


200 FT
61 M

E

200 FT
61 M

100 FT
30.5 M

F  P

100 FT
30.5 M

70 FT
21.3 M

T  Z 

70 FT
21.3 M

50 FT
15.2 M

 P E 

50 FT
15.2 M

40 FT
12.2 M

S W  S S

40 FT
12.2 M

30 FT
9.14 M

F U T U R E

30 FT
9.14 M

25 FT
7.62 M

A L T T A G

25 FT
7.62 M

15 FT
4.57 M

E  O  P  T


15 FT
4.57 M

13 FT
3.96 M

D F  D  C T

13 FT
3.96 M

10 FT
3.05 M

F D  L T C E 

10 FT
3.05 M

8 FT
2.87 M

P E Z O L C F T D

8 FT
2.87 M

Liebe Leserinnen und Leser,

die Phänomenologie bezeichnet mit dem Begriff der Alltagswelt die «unhinterfragte» und «normale» Welt; eine intersubjektiv geteilte «Paramount Reality», wie es Alfred Schütz formulierte. Moderne Gesellschaften sind jedoch pluralistisch und zeichnen sich durch eine Vielzahl von Alltagswelten aus, die sich entlang von unterschiedlichen Linien ausdifferenzieren.

Eine dieser Linien ist das Alter. Trotz aller denkbaren Individualität von Lebensstilen zeigen Generationen auch spezifische Merkmale, weil die primäre Sozialisation die Menschen bis ins Alter prägt: Für die Generation, die noch knapp den zweiten Weltkrieg und das darauf folgende Wirtschaftswunder erlebte, ist etwas anderes «normal» und «alltäglich» als für die Baby Boomers, die in die 1968er-Umbrüche hineingeboren wurden, die den darauf folgenden Wertewandel erlebten und vorantrieben. Seit gut 15 Jahren wird unsere Alltagswelt durch Kommunikationsmedien verändert. Ältere Menschen sind folglich «Digital Immigrants»; im Gegensatz zu «Digital Natives» sind sie nicht mit modernen Kommunikationstechnologien aufgewachsen. Wie werden Digital Natives altern? Wie wird ihre Alltagswelt aussehen?

Dass diese Fragen eine gesellschaftspolitische Relevanz haben, zeigt sich bei der Lektüre der «Szenarien zur Bevölkerungsentwicklung der Schweiz» des Schweizerischen Bundesamts für Statistik. Der Altersquotient, also der Anteil der über 64-Jährigen am Anteil der Erwerbsbevölkerung (zwischen 18 und 64 Jahren), wird dramatisch zunehmen und im Jahr 2030 bereits 43 Prozent und 2060 gar 53 Prozent betragen. Gegenwärtig sind es 27.5 Prozent. Diese zukünftige Entwicklung lässt sich aufgrund der Geburtenraten relativ präzise prognostizieren.

Einmal mehr realisieren wir das Bulletin mit Studierenden der Zürcher Hochschule der Künste. Die Studierenden gehen der Frage nach, wie der Alltag zukünftiger älterer Generationen aussehen könnte. Ihre – zuweilen durchaus auch spekulativen – Prognosen basieren auf empirischen Ansätzen: Wie nutzen gegenwärtig alte Digital Immigrants neue Kommunikationsmedien? Wie könnte sich dies ändern, wenn Digital Natives alt und die Technologien längst x-fach erneuert sind? Wie fühlt es sich überhaupt an, alt zu sein? Eine Studentin schlüpfte hierzu in den «Age Explorer», in einen Anzug, der einen fast ein halbes Jahrhundert älter fühlen lässt. Wie werden wir wohnen? Wer wird uns in der vierten Lebensphase – also nach Kindheit, Arbeit und Pension bei guter Gesundheit – bei Pflegebedürftigkeit unterstützen? Werden dabei Tiere – wie man das bisher zum Beispiel bei Blindenhunden kennt – zum Einsatz kommen?

Die Studierenden haben verschiedene Nischen untersucht, die – vielleicht – den zukünftigen Alltag prägen werden.

Wir wünschen Ihnen viel Lesespass.

Basil Rogger und Francis Müller



EDITORIAL

4

NEVER RETIRE

12

NEUE ALTE

18

**MIT 73 JAHREN, DA FÄNGT
DAS LEBEN AN...**

20

SILVER-NET

26

SEXY SIXTY

31

WILLKOMMEN IM ALTER

36

DIE AFFEN SIND LOS

40

**DER TAG, AN DEM ICH
ALT WAR**

VON DER SERIENSCHALTUNG ZUR PARALLELSCHALTUNG

François Höpflinger im Gespräch mit Dominik Rohr

AM PULS DER ZUKUNFT

Sabina Bösch

BÖSE COMPUTER

Dominik Rohr

SENIOREN EROBERN DAS INTERNET

Rodolfo Bindschädler

WIR BLEIBEN A(TTRA)KTIV

Jeannine Funkhouser

BITTE FÜHLEN SIE SICH WIE ZUHAUSE

Anaïs Hostettler & Fabienne Walter

WIE PRIMATEN DAS LEBEN VON PFLEGEBEDÜRFTIGEN ERLEICHTERN

Maja Nicolin

EIN SELBSTEXPERIMENT

Sabina Bösch

Prof. Dr. François Höpflinger ist Gerontologe am Soziologischen Institut der Universität Zürich. Er ist national und international bekannt für seine gerontologischen Studien, hat im Rahmen des Nationalen Forschungsprogramms «Alter» wesentlich zur Weiterentwicklung der Sozialgerontologie in der Schweiz beigetragen und war treibende Kraft bei der Gründung des Zentrums für Gerontologie (ZfG) an der Universität Zürich. Seine aktuellsten Forschungsprojekte sind: Generationenbericht 2012, belastete Generationenbeziehungen in Burkina Faso und Zürich, Swisscare sowie Pflegebedürftigkeit und Pflegestrukturen. Der vorliegende Text basiert auf einem Gespräch, das am 11. Oktober 2011 in Zürich stattfand.

Dominik Rohr

NEVER RETIRE

VON DER
SERIENSCHALTUNG
ZUR
PARALLELSCHALTUNG

Dominik Rohr: Laut dem Statistischen Amt des Kantons Zürich werden im Kanton Zürich 2030 rund 19'000 Personen den 65. Geburtstag feiern, heute sind es ca. 14'000. Schweizweit wird es nicht viel anders sein. Resultiert daraus ein Problem?

François Höpflinger: Dies kommt auf die Situation der Betroffenen an. Bleiben diese lange gesund und produktiv, steigen die Gesundheitskosten nicht wesentlich an. Es kommt wahrscheinlich auch darauf an, wie die Rahmenbedingungen bei der Pensionskasse und der AHV aussehen. Werden das Rentenalter und/oder die Löhne erhöht, ist die AHV finanziert. Bestimmte Rahmenbedingungen müssen verändert oder fixiert werden, damit keine Probleme entstehen.

Viele Jahre wurde das Rentenalter 65 propagiert. Nun stehen Veränderungen an. Haben Sie das Gefühl, dass die Betroffenen das einfach so hinnehmen?

Die Meinungen der Fachleute und die der Bevölkerung gehen auseinander. Die Bevölkerung hält an 65 Jahren fest. Die Fachleute hingegen sehen die Probleme, die auf uns zukommen und versuchen dafür Lösungen zu finden. In der Schweiz kommt aber hinzu, dass wir über die Zuwanderung unser Problem entschärft haben. Die Erwerbsquote der 55- bis 64-Jährigen ist in der Schweiz sehr hoch. Alle anderen sind immer noch am Aufholen. Die Schweiz weist zudem noch einen sehr hohen Anteil an Arbeitnehmern auf, welche noch nach 65 Jahren arbeiten. Zum momentanen Zeitpunkt ist in der Schweiz der Handlungsbedarf noch nicht gross.



Der amerikanische Journalist William Safire hat zu diesem Thema das Motto «Never Retire» lanciert. Bedeutet dies arbeiten bis zum Tod?

Dies wäre ein Rückfall ins 18. Jahrhundert. Die Frage an Never Retire ist, ob das heisst, nie die Macht abzugeben oder nie in den Ruhestand zu gehen. Es ist so, dass die Menschen bis anfangs des 20. Jahrhunderts gearbeitet haben, bis sie gestorben sind. Die Phase einer späten Freiheit ist eher eine neuere Entwicklung. Ursprünglich lag das Rentenalter im Deutschen Rentenversicherungsgesetz unter Bismarck bei 70 Jahren.

Denken Sie, dass es trotzdem noch ein gewisses Alter geben wird, nach dem man in «Rente» geht? Oder ist es viel eher so, dass die zukünftigen Rentner eher Freelancer sein werden und nach Lust und Laune etwas beitragen?

Ich denke, dass man mit 65 für 2 Jahre in Rente geht und danach wieder arbeitet. Während jener Zeit, in der man arbeitet, hat man einen Rentenunterbruch. So etwas ist heute noch nicht möglich. Es gibt von Avenir Suisse

die Idee, dass das Rentenalter variabel ist und sich an der Lebenserwartung ausrichtet. Das heisst: Steigt die Lebenserwartung, steigt das Rentenalter und umgekehrt. Der Bedarf an älteren Arbeitnehmern muss am Arbeitsmarkt aber vorhanden sein. Zum jetzigen Zeitpunkt macht so ein Modell keinen Sinn. In Europa besteht der Trend, dass die Menschen möglichst lange im Erwerbsleben bleiben, mindestens bis zum staatlich festgesetzten Rentenalter. Frühpensionierungen versucht man zu reduzieren.

Anders in der Schweiz, wo Frühpensionierungen Einzug gehalten haben. Ist es möglich diesen Trend wieder umzukehren – oder ist es zu spät?

Dieser Trend hat schon gedreht. Die Erwerbsquote zwischen 55 und 64 ist in vielen Ländern wieder gestiegen. Und in gewissen Ländern sogar die Erwerbsquote 65plus. Dazu gibt es Daten aus der Arbeitskräfteerhebung. In Deutschland etwa arbeiten heute mehr Leute länger, weil man beispielsweise die Anreize für die Frühpensionierungen reduziert hat.

Die Reduzierung der Frühpensionierung hat ja auch Vorteile. Mit der Pensionierung geht Wissen verloren. Es wäre gut, das Wissen weiter zu geben, leider geschieht dies viel zu selten. Wie könnte das verbessert werden?

ABB zwingt Arbeitnehmer aus Linienfunktionen und Vorgesetzten-Positionen ab 60 Jahren in eine Beratertätigkeit. Einerseits können sie als Berater einem jüngeren Arbeitnehmer beiseite gestellt werden, andererseits nehmen sie aber auch selbstständig Beratertätigkeiten für ABB wahr, so bleibt das Know-how in der Firma. Ein weiterer Vorteil ist, dass die Aufstiegsmöglichkeiten jüngerer Arbeitnehmer so nicht verhindert werden. Schindler und Alstom haben zwischenzeitlich festgestellt, dass sie für ältere Produkttypen zu wenig Ingenieure haben, die noch über das entsprechende Wissen verfügen. Sie haben damit begonnen, die Älteren wieder zu beschäftigen. Dies ist sehr stark bei den Fachkräften der Fall, beispielsweise auch im Pflegebereich. Auch für Ferienvertretungen in der Schule werden nun, da Lehrermangel herrscht, wieder pensionierte Lehrer herbeigezogen.

Welche Massnahmen wären denn wichtig, um ältere Mitarbeitende möglichst lange im Unternehmen zu beschäftigen?

Viele Firmen betreiben ein Case Management im Bereich Gesundheit am Arbeitsplatz. Vereinzelt können auch Teilzeitangebote eine Möglichkeit sein. In der modernen Dienstleistungsgesellschaft machen sich immer mehr Leute mit 55 oder 60 Jahren noch selbstständig und gewinnen so Freiheiten, die sie vorher nicht kannten, zum Beispiel flexible Arbeitszeiten, welche in diesem Lebensabschnitt gewünscht werden.

Angepasste Arbeitszeiten, sinnvolle Arbeit, Gleichbehandlung, Fairness, respektvolles Führungsverhalten der Vorgesetzten, angepasste Arbeitsumgebung. Viele dieser Punkte betreffen ältere Mitarbeiter, aber bekommen sie auch den Jüngeren gut?

Sainsburys hat in Putney (London) ein Pilotprojekt. Geht eine junge Kassiererin in den Urlaub, greifen sie auf pensionierte Kassiererinnen zwischen 75 und 80 Jahren zurück. Wissend, dass es etwas langsamer geht, dann wird einfach eine weitere Kasse geöffnet. Bei diesem Projekt ist das jetzt möglich, weil es sich um Arbeitsschritte handelt, die schnell erlernbar

sind. Sobald es komplizierter wird, liegt so eine Lösung nicht drin.

Um auf die altersgerechten Arbeitsplätze zurückzukommen: Wie müssten denn beispielsweise Altersregelungen der Firmen gestaltet sein, um eine Weiterarbeit nach der Pensionierung zu ermöglichen?

Die Axa Winterthur hat ein Modell, bei welchem die Mitarbeitenden zwischen 58 und 70 Jahren Teilzeit arbeiten können. Die Mitarbeitenden erhalten entsprechend weniger Lohn, aber trotzdem 100 Prozent Pensionskassenrente, weil der Arbeitgeber den fehlenden Teil einbezahlt. Solche Modelle kennen momentan vor allem Grossunternehmen. Auch Migros hat ein solches Programm, das den Namen «Fit bis 64» trägt, in welchem es um Gesundheitsförderung und Motivationsgewinn geht.

Wie sieht die Situation in Kleinbetrieben aus?

In kleinen Betrieben wird eher versucht bei Nachfolgeproblemen die bestehenden Mitarbeiter weiter zu beschäftigen, auch über das Rentenalter hinaus. Dies läuft informell und auf der persönlichen Beziehungsebene ab. Oft wird bei den pensionierten Berufsleuten auch das bestehende Beziehungsnetz geschätzt, welches in gewissen Berufszweigen unverzichtbar ist. In der Schweiz spüren wir den Fachkräftemangel eher weniger, weil die Schweiz das Problem über die Zuwanderung «gelöst» hat.

Dann besteht heute schon die Möglichkeit, als Rentner noch einmal einen Job zu bekommen?

Es gibt solche Modelle, beispielsweise ein Malerunternehmen, das einen leicht behinderten Maler angestellt hat. Er arbeitet sehr sauber und pflichtbewusst, aber nicht so schnell. Hier kann dann ein Maler in Rente von Nutzen sein, der nach Feierabend die Arbeit vollendet. So entsteht für beide eine «win-win» Situation. Eigentlich ist ein Pool von Pensionären vorstellbar, die bei Bedarf abgerufen werden können, beispielsweise für Arbeiten, die auch gut von zuhause aus zu erledigen sind.

Wissen Sie, wie viele «Pensionäre» heute schon beschliessen, teilweise weiter zu arbeiten und so einen fließenden Übergang zur Pensionierung erleben?

Dazu gibt es eine Erhebung. Die meisten sind Einzelunternehmer oder Firmeninhaber, die weiterarbeiten, weil sie noch Arbeit haben oder keine Nachfolgeregelung. Mit 65 Jahren arbeiten noch 36 Prozent der Männer und 17 der Frauen; mit 68 Jahren arbeiten dann noch 17 Prozent der Männer und 13 der Frauen.

Das ist interessant, denn bis vor kurzem war unser Leben dreigeteilt in Ausbildung, Erwerbsleben und Pension. Im Laufe meiner Recherche habe ich aber festgestellt, dass Ausbildung, Erwerbsleben, Pension, Freizeit in den kommenden Jahren vermischt werden.

Was sich abzeichnet, ist die Aufspaltung des Rentenalters in zwei Phasen. Einerseits in das aktive, gesunde Rentenalter und andererseits in das Alter mit Fragilität und Pflegebedürftigkeit ab ca. 80 Jahren. Die heutige Dreiteilung wird aufgehoben. Es wird in Richtung lebenslanges Lernen, lebenslanges Gesundbleiben, lebenslanges Aktivbleiben gehen. Das wird relativ komplex und stellt für die Gesellschaft eine grosse Herausforderung dar. So werden wahrscheinlich auch Standortbestimmungen mit 40 bis 50 Jahren obligatorisch. Sinnvoll wäre es, eine nachhaltige Entwicklung zu fördern, denn die Bevölkerung wird immer älter und benötigt Ressourcen. Eine langlebige Gesellschaft sollte auch eine nachhaltige Gesellschaft sein. Die Politik hinkt hier noch hinterher.

Nachhaltig wäre etwa die Altersteilzeitarbeit. Man müsste nicht sofort die Arbeit niederlegen und sich ein neues Beschäftigungsfeld suchen. Man könnte sich langsam daran gewöhnen weniger zu arbeiten. Welche wichtigen Meilensteine sind schon geschafft und wie viel ist noch zu tun?

Schweden hat ein solches Modell. Der grösste Knackpunkt ist bei uns die Politik. Es ist heute noch nicht möglich, eine Teilrente zu beziehen. Im Sozialversicherungsbereich müsste eine kostenneutrale Flexibilisierung herbeigeführt werden. Die Firmen machen das heute teilweise schon. Nicht alle Arbeitnehmenden wünschen aber solche flexiblen Lösungen. Oft sind die Arbeitnehmer froh, wenn sie wissen, dass sie mit 65 in Rente gehen können. Bei einem generellen Ruhestandsalter sind alle gleich betroffen und es kann jeder für sich selbst entscheiden, ob er noch weiterarbeiten will oder nicht.

Wie können flexible Lösungen denn an Attraktivität gewinnen?

Sie sollten wahrscheinlich mit Vorruhestandsphasen verbunden werden, z.B. mit rentenbezahlem Urlaub, um nachher wieder einzusteigen. Oft benötigt ein Arbeitnehmer nach 30 bis 40 Berufsjahren eine Auszeit. Dies hängt stark von der Tätigkeit ab. Das Problem ist hier, dass generelle Lösungen nicht funktionieren. Vielmehr braucht es zielgruppenorientierte und individuelle Lösungen. Da dieses Altersvorsorgesystem sehr vielfältig wird, wäre es das Beste, wenn alles reversibel wäre, so dass man AHV beziehen kann oder auch nicht. Probleme könnten beim BVG entstehen, diese wären aber lösbar.

Die International Association for the Study of Insurance Economies in Genf bezeichnet die Altersteilzeitarbeit unter anderem auch als 4. Säule der Altersvorsorge.

Es gibt natürlich für einen Teil der Menschen noch eine andere 4. Säule, das sind die Erbschaften. Für die Teilzeitarbeit nach 65 muss eine Nachfrage bestehen und auch geklärt werden, wie man die Sozialabzüge regelt, wenn die Menschen weiterarbeiten. Man hat festgestellt, dass durch die Erhöhung der Lebensarbeitszeit eine Kombination aus Arbeitsmarktpolitik, Gesundheitspolitik und Bildungspolitik erforderlich ist. Die Bildungspolitik ist wichtig, damit man die Leute auch fachlich à jour halten kann. Da wird ein Gesamtpaket benötigt.

Wie müsste denn Weiterbildung für ältere Arbeitnehmer aufgebaut sein? Oft bieten die Firmen jenen Mitarbeitern gar keine Weiterbildung mehr an, da sie «zu alt» sind.

Das ist der sogenannte Matthäus-Effekt: Junge Leute, die schon viel Bildung haben, bekommen noch mehr Bildung. Jene die es eigentlich nötig hätten, bleiben den Bildungsangeboten fern. Im Alter gibt es ebenfalls zwei Gruppen: Jene, die sich aktiv um Weiterbildung bemühen und jene, die nichts tun. Dies hat unter anderem mit der eigenen Biographie zu tun. Es gibt heute schweizweit noch keine Bildungspolitik 50plus. Es gibt kein Modell, bei dem die Leute mit 30, 40 oder 50 noch eine Zweitlehre machen können. Es gibt keine Darlehen, Stipendien etc., die das unterstützen würden, obwohl das alles schon angedacht wurde. Weiterbildungspolitik 50plus wäre ein wichtiger Punkt für die Zukunft. Pro

Senectute bietet ab 45plus eine Standortbestimmung an. Genau bei einer solchen Standortbestimmung kann man schauen, wo Bildungslücken bestehen. Im Alter ist nicht das Lernen das Problem, sondern eher das Überlernen. Das bedeutet: Früher Gelerntes über Bord werfen und für Neues Platz schaffen. Diese Tatsache stellt aus meiner Sicht die grösste Hürde dar.

Eigentlich könnten Jung und Alt voneinander profitieren. Es würde ein ideales Tandem entstehen. Sehen Sie in diesem Prinzip Zukunftscharakter?

Das Problem besteht im Begriff «Erfahrung», den man nicht genau quantifizieren kann. Oft überschätzt ein Arbeitnehmer seine Erfahrung. Erfahrene Mitarbeiter sind nicht immer ein Segen, denn sie wissen, wie es früher war und halten daran fest. Dies kann vor allem bei einer Reorganisation hinderlich sein, da diese Mitarbeitenden zu einer Veränderung nicht bereit sind. Erfahrene Teams haben auch viel Mühe mit der Aufnahme von neuen Teammitgliedern. Bestehende Teams haben das höchste Mobbing-Potenzial. Daraus erkennt man, dass Erfahrung nicht immer nur positiv ist. Aus dieser Erkenntnis lässt sich ableiten, dass eine Firma kein Altersmanagement benötigt, sondern eher ein Langjährigkeitsmanagement. Damit will ich sagen, dass, wenn jemand zu lange an der gleichen Stelle ist, die Erfahrung irgendwann ins Negative drehen kann.

Man müsste eigentlich den Unternehmen klar machen, dass eine völlige Verjüngung der Belegschaft nicht immer sinnvoll ist. Die Käuferschaft wird älter, man möchte vielleicht lieber von jemand gleichaltrigem bedient werden...

Die Basellandschaftliche Kantonalbank hatte ein Projekt, bei dem sie 11 bis 12 pensionierte Bankberater angestellt hatte. Diese Berater haben dann Beratungsgespräche bei älteren Hauseigentümern getätigt. Es ist heute schon weit verbreitet, dass man Kundenberater für alle Altersschichten hat. Vor allem da, wo ein grosses Beziehungsnetz gefragt ist.

Gibt es andere Ansätze, wie heutige Unternehmen sich auf die zunehmend ältere Kundschaft vorbereiten?

Swisscom macht im Callcenter eine Splittung: je älter der Kunde, desto erfahrener der Kundenberater. Im Shop besteht aber das Problem, dass ein Rentner nicht von einem Senior

bedient werden will, da das Vertrauen nicht da ist. Die moderne Technik wird eher der Jugend zugeschrieben. Im Bankgeschäft ist es genau umgekehrt. Diese ganze Thematik ist sehr heikel und das subjektive Alter spielt eine grosse Rolle. Sehr wenige Firmen haben sich über den Generationenwandel schon Gedanken gemacht und verfügen über ein systematisches Generationenmanagement.

Welche Bedeutung haben ausserberufliche Perspektiven?

Viele Menschen professionalisieren sich stark im Ausserberuflichen, teilweise schon vor der Pensionierung. Es werden viele ausserberufliche Tätigkeiten wahrgenommen nach der Pensionierung. Das Beziehungsnetz wird fleissig gepflegt. Gefördert werden momentan Auslandaufenthalte, dies auch vom Bund.

Was heisst Rentner sein in 40 Jahren?

In 40 Jahren wird das Rentenalter höher sein, eventuell bei 67 oder 68 Jahren. Die demographische Alterung ist rückläufig, da die geburtenstarken Jahrgänge verschwinden. Die Lebenserwartung steigt in den nächsten 40 Jahren und die Rentner mausern sich zu den wichtigsten Konsumenten. Die Rentner als Konsumenten werden momentan noch unterschätzt.

Bildquellen:

<http://www.ur.ch/dateimanager/hoepflinger06b.jpg>

Quellen:

<http://www.suz.uzh.ch/forschung/schwerpunkte/hoepflinger.html>

<http://www.hoepflinger.com/fhtop/fhperson2.html>





Vier Portraits von Menschen im Jahre 2030. Sie erzählen von ihrem Alltag, vom Konflikt zwischen dem Alter und der gefragten Jugendlichkeit, von neuen Möglichkeiten nach der Pension, von den Schwierigkeiten und der gleichzeitigen Neugierde, mit den schnellen Technologien mitzuziehen.

Sabina Bösch

NEUE ZEITEN

ALTE

**AM
PULS
DER
ZUKUNFT**

| 67

Andy 67, ehemaliger Consultant

Nach einem leichten Herzinfarkt wusste ich, dass ich etwas in meinem Leben ändern muss. Ich habe vorher nie wirklich realisiert, unter wie viel Stress ich stehe. Nun habe ich einen kleinen Chip neben meinem Herzen. Die Herztöne werden ständig übertragen. Treten Unregelmässigkeiten auf, wird sofort ein Arzt benachrichtigt und der Chip stimuliert die Herzmuskulatur. Zum Glück gewinnt der Cardiacnote dank thermoelektrischen Generatoren automatische Energie aus meiner Körperwärme. So muss ich nie mehr operiert werden, um eine Batterie auszutauschen. Dank dem Fortschritt der Technik werde ich ein paar Jahre mehr unbeschwert leben. Meine Einstellung zu meinem Körper und Leben habe ich seitdem grundlegend überdacht.

Am Morgen stehe ich auf und geniesse mit meiner Frau das Frühstück. Das habe ich in den Jahren, als ich gearbeitet habe, nie wirklich bewusst gemacht. Es ging immer nur um die Optimierung der Firma, auch nach Feierabend. Ich wollte, als ich mein Studium begann, für eine Familie sorgen können. Darum habe ich früher nie daran gedacht, wirklich das zu machen, was ich will. Ruhe habe ich aber erst gefunden, als ich begonnen habe, mich mit Kunst auseinanderzusetzen. Ich mache mannshohe Plastiken mit Fabbern. Die Technik fasziniert mich immer noch; aus einer programmierten Datei werden Skulpturen. Mein Atelier liegt direkt in den alten Hallen der ehemaligen Metzgerei Angst, die wegen der Fleischproduktionseinschränkung schliessen musste. Ich selbst esse auch seit 20 Jahren kein Fleisch mehr. Und zusätzlich machen meine Frau und ich jedes Jahr Fastenkuren. Es ist schon fast normal, regelmässige Detoxication zu machen.

Am Abend sinke ich ins Bett und meine Frau und ich besprechen den Tag. Diese halbe Stunde ist mir sehr wichtig. Ich denke, das ist das Geheimnis unserer Beziehung. Wir hören einander zu.

| 68

Susan 68, Projektleiterin

Ich habe eigentlich kein Ritual am Morgen. Ich bin so viel unterwegs, dass ich froh bin, wenn ich ohne Jetlag aufstehen kann. In meiner Ausbildung zur Chemielaborantin hatte ich nicht so viel Kontakt mit Menschen. Ich habe den Job nach drei Jahren geschmissen und bin ins Gastgewerbe eingestiegen. Nach zwei Jahren habe ich mich aber nach etwas Kreativen gesehnt und eine Zweitausbildung in Berlin begonnen. Die Stadt war damals ein kreativer Spielplatz. Leider hat sie sich seitdem nicht zum Guten gewendet. Der freie Geist von damals ist verschwunden.

Dort habe ich auch meinen Mann kennengelernt. Es war eine wilde Liebe. Weil er einen Job in Mumbai erhalten hat, bin ich ihm gefolgt. Die Jahre in Indien haben mich viel gelehrt, vor allem meiner Seele Gutes zu tun. Daneben konnte ich mich kreativ verwirklichen. Die Stadt mit ihrer Farbenpracht und den niedrigen Lebenshaltungskosten wurde zum neuen Berlin.

Nach der Hungerkatastrophe am Horn von Afrika betreue ich vor allem Projekt der humanitären Hilfe. Weil ich Freunde in der ganzen Welt habe, finde immer irgendwo ein Zimmer, wo ich übernachten kann. Ich bin sehr froh um Viper: Als ich noch jung war hätte niemand dran gedacht, dass man so schnell und einfach über hunderte von Kilometern in Verbindung bleiben kann. Nach meiner Scheidung bin ich in ein Zimmer in einer Generationen-WG eingezogen. Wenn ich einmal in Zürich bin, geniesse es sehr, dass nach einer langen Reise immer jemand da ist, der mich wirklich kennt. Seit meiner Scheidung bin ich nie mehr eine Beziehung eingegangen und geniesse die Unabhängigkeit. Ich hätte auch gar keine Zeit, um mich um jemanden ausserhalb meiner Projekte zu kümmern. Manchmal sagt meine Tochter, ich hätte schon 20 Enkel: meine Projekte. Vor dem Schlafengehen danke ich noch meiner Göttin Sirna für den Tag und bitte sie um Schutz für den kommenden.

| 60

Tatjana 60, CEO

Ich bin ein Arbeitstier. Ich weiss, was ich will und was nicht. Dass dabei mein Familienleben zu kurz kommt, nehme ich in Kauf. Meine Mutter lag mir bis zu ihrem Tod noch in den Ohren, wann denn endlich mal ein Enkelkind unterwegs sei. Ich habe mich bewusst gegen Kinder entschieden und Karriere gemacht. Als Frau muss man Durchhaltevermögen beweisen. Aber wenn an die Situation vor 20 Jahren denke, hat sich schon einiges verbessert. Eine Frau an der Spitze ist keine Seltenheit mehr. Ich stehe gegen sechs Uhr auf und checke als erstes die Mails, Statusmeldungen, Tweets, Scoops und die Europaallgemeine auf meinem Ipaper3.

Dann wartet auch schon mein Roboterfahrer, um mich zur Arbeit zu bringen. Die Aufgabe als Geschäftsführerin von Beauté ist anspruchsvoll. Wir bieten minimal invasive Schönheitsbehandlungen für zu Hause an. Unser Longseller sind die Unterspritzungshilfsroboter, die beim Ansetzen der Spritze automatisch die richtige Hausschicht treffen und Nerven meiden. Ich profitiere ganz klar vom gesteigerten Schönheitsbewusstsein der letzten Jahre. Aber warum sollte man seine besten Jahre verschwenden, wenn es heute genug Mittel gibt, um sein Leben so lang, schön und gesund wie möglich zu leben? Ich verstehe passive Silverager nicht: sich immer über die Gebrechen beklagen, nützt auch nichts.

Mittags trage ich immer meine Erfrischungsmaske auf und lasse mich in meiner Napkapsel für einen kurzen Mittagsschlaf nieder. So gegen 19 Uhr gehe ins Fitnesscenter und lasse den Alltag hinter mir.

Wenn ich am Abend keine Verabredungen mit Geschäftspartnern oder Freunden habe, ruf ich meine Vermittlungsagentur an. Dort weiss man genau, was ich will und auf welchen Typ Mann ich stehe. Zum Glück verfügt sie über Filialen in der ganzen Welt. So bin ich auch auf Geschäftsreise in der Nacht nicht alleine. Ich kann sagen, dass ich mich noch nie so glücklich und stark gefühlt habe wie in den letzten Jahren. Bevor ich mich schlafen lege schaue ich noch-mals nach Neuigkeiten, sonst habe ich das Gefühl, nicht auf dem neuesten Stand zu sein. Und in meiner Position kann ich mir keine Informationslücken leisten.

| 90

Hans 90, Rentner

Ich stehe meistens so gegen sieben Uhr auf. Ich könnte auch länger schlafen, aber dann juckt es mich doch in den Beinen. Man muss etwas machen aus seinem Tag, das habe ich schon von meinem Vater immer gehört. Den Tag verbringe ich meistens mit Gartenarbeit, das hält mich fit. Ich verstehe diese vitalen Alten nicht, die so neomodische Fitnessgeräte benutzen. Die verhalten sich so als wären sie noch zwanzig. Ich meine, ein Pensionär in einem Lycra-Ganzkörperanzug sieht in meinen Augen einfach lächerlich aus. Es darf einen schon hie und da zwicken, das ist das Alter. Ich habe schliesslich mein Recht, alt zu sein, mit allem, was dazu gehört. Mein Arzt will mir die ganze Zeit so ein Cardiacdings einpflanzen, wegen meinem Herz. Aber ich weigere mich. Solche Sachen sind mir nicht geheuer. Wer weiss, was mit allen Daten passiert. Big Brother is watching you.

Manchmal ist der Kontakt zu meinen Enkeln schwierig. Sie sind halt in einer ganz anderen Welt aufgewachsen als ich. Für sie sind 3D-Telefonie und flexible Tablets ganz normal. Sie haben mir auch so ein Teil geschenkt. Manchmal schreibe ich da Sachen auf oder schaue nach, was mein ehemaliger Gesangsverein macht. Aber ganz geheuer ist mir das nicht mehr, seit mein jüngster Enkel mir vom Google-Skandal erzählt hat. Dass Google wegen finanziellen Schwierigkeiten seine Kundendaten an Kirgistan verkauft, konnte niemand ahnen.

Ich zeige ihnen aber gern, wie ich so lebe und wenn sie bei uns sind, sind sie auch nicht die ganze Zeit online, da bestehe ich drauf. Mittags kommt immer meine jüngste Tochter vorbei, sie hilft meiner Frau beim Kochen. Sie ist nicht mehr so gut zu Fuss. Und wenn ich kochen würde, wären wir schon längst verhungert.

Am Abend schaue ich gerne die nationalen Nachrichten, das ist mein Ritual. Wir haben aber immer noch einen 2D-Fernseher – eine Seltenheit, wie meine Enkelin gesagt hat. Sie hat sogar schon Freundinnen mitgebracht, um ihnen diese Antiquität zu zeigen.





Ernst Büsser, geboren 1938 in Amden, ist Firmeninhaber und Kunsthändler. Eigentlich im Seniorenalter, bezeichnet er sich nicht als Senior. Viel mehr ist er aktiv und voller Tatendrang. Ans Aufhören denkt er noch lange nicht.

Dominik Rohr

MIT

73

JAHREN, DA FÄNGT DAS LEBEN AN...

Ein halbes Jahr nach Abschluss der Ausbildung zum Retuscheur, Spezialgebiet Tiefdruck, hat sich Ernst selbstständig gemacht. Das ist fünfzig Jahre her.

«Ernestos Bistro» ist so etwas wie ein Stammisch. Für die Mitarbeitenden sowie für Freunde und Bekannte. Ernst kocht gerne. Die Küche befindet sich ganz hinten in seinem «Repro Studio B» in Zürich. Hier wird politisiert, diskutiert, gefeiert, geraucht, Alkohol konsumiert – wie in einem Bistro eben. Zwischen Tellern, Gläsern und Kochtöpfen hat Ernst mit mir über vergangene Zeiten geplaudert und in die Zukunft geschaut.

In sein Geschäft kommt er noch jeden Tag. Von hier aus pflegt er sein Beziehungsnetz und schaut für Aufträge. Das ist für ihn nicht Arbeit, viel eher Hobby. Die Arbeit hält ihn fit. Er kann immer noch klar denken und liebt es Witze zu erzählen. In seinem Freundeskreis ist er nicht der Einzige, der noch arbeitet. Ernst ist ein aktiver «Pensionär». Der Dienstleistungssektor und seine Firma halten ihn lebendig.

Statistisch gesehen sind Männer, die mit 73 Jahren noch arbeiten, eine Seltenheit.

Ernst ist überzeugt, dass in Zukunft wieder mehr ältere Menschen arbeiten werden, nicht zuletzt, weil sie sich noch fit fühlen und Spass daran haben.

Aber auch die Entwicklungen auf dem Arbeitsmarkt, der aufgrund von Fachkräftemangel auf ältere Arbeitnehmer angewiesen sein wird, oder die Entwicklung der Einkommenssituation von älteren Menschen, die aus finanziellen Gründen länger arbeiten müssen, deuten in diese Richtung.

Die demographische Entwicklung – viele alte Menschen und weniger junge Arbeitskräfte – trägt das ihre dazu bei, dass das Pensionsalter steigen wird. Unsicherheiten bei der ersten und zweiten Säule hinterlassen bei vielen Arbeitnehmern ein ungutes Gefühl, wie es um ihre finanzielle Absicherung im Alter stehen wird.

Das Repro Studio B ist geradezu ein Paradebeispiel für diese These, befinden sich doch 50 Prozent seiner Angestellten im Pensionsalter. Ernst greift noch heute auf ehemalige Mitarbeiter zurück, die im Betrieb aushelfen. Aus seiner Sicht eine gute Lösung, die vermehrt praktiziert werden sollte. Das Beiziehen von älteren Mitarbeitenden in Spitzenzeiten hat sich für ihn bewährt. Die jüngeren Arbeitnehmer profitieren in Form von Know-how-Transfer ebenfalls davon.

Das Firmenmodell von Ernst Büsser dürfte in den nächsten Jahren Schule machen – so ist er überzeugt. Pensionäre sind ein «Arbeitskräfte-reservoir». Wissen, Zeit sowie geistige und körperliche Fitness sind bei vielen noch vorhanden, was genutzt werden sollte. Auf diese Weise könnten die Probleme bei den Sozialwerken abgefedert und die Solidarität zwischen den Generationen aufrechterhalten werden. Zurzeit löst die Schweiz ihren Fachkräftemangel über die Zuwanderung. Das wird nicht immer so weitergehen, einerseits, weil bereits heute umliegende Länder wie Deutschland und Österreich diesen Umstand anprangern und ihrerseits um diese Arbeitnehmer buhlen, andererseits, weil der kleinen, dicht besiedelten Schweiz beim Bevölkerungswachstum Grenzen gesetzt sind. Langfristig muss die Schweiz ihr Problem eigenständig lösen und das Zurückgreifen auf die «Silberpfeilgeneration» ist ein praktikabler Ansatz.

Die Silver Surfer sind im Kommen! Was früher noch eindeutig der Jugend vorbehalten war, wird heute vermehrt von der älteren Generation genutzt. Nach einem einleitenden theoretischen Teil rundet eine online durchgeführte ethnographische Studie das Bild über die Gegenwart und Zukunft des Internetverhaltens im Alter ab.

Rodolfo Bindschädler

SILVER NET

**SENIOREN EROBERN
DAS WORLD WIDE WEB**

Eifersüchteleien überschatten die Seniorenplattform Sonnenhof. Eigentlich sollte Nicole Schmid (75) schon längst in der Robotersensoriktherapie sein. Da sie ihre Schlafkammer nie ohne IScreen verlässt, packt sie in aller Eile versehentlich das Interface ihres Mannes ein. Und fällt aus allen Wolken, als sie plötzlich ein sehnsuchtsvolles Scopp der Mitbewohnerin aus der 4. Ebene erhält. Von wegen «harmlose 3DF»! Sie hätte von selbst draufkommen können – erst kürzlich hat sie die schlüpfrigen 3D Fotos von Rosi auf dem Facebook-Profil ihres Mannes entdeckt. Nicole Schmid muss sich schnell hinsetzen: «Schon der dritte Ehe und jetzt wieder das!» Sie schluckt dreimal leer. Mit zitterigen Händen hält sie das IScreen ihres Mannes, während sie der Welt ihr unglückliches Schicksal tweetet. IScreens und FlexoTablets klingeln, leuchten und vibrieren auf der ganzen Plattform. Eine virtuelle Wolke der Bestürzung macht sich im Sonnenhof breit. Schon huschen die faltigen Finger der Einwohner über projizierte Tastaturen und Touchscreens, ein digitaler Rosenkrieg aus Tweets, Flicks und Scopps bricht aus.

Auch wenn nicht die Zukunft nicht so dramatisch ausfallen muss wie dieses Szenario – wenn wir den demographischen Statistiken Glauben schenken, wird sich genau dieses Bild vom Umgang mit digitalen Medien verfestigen. Die Überalterung unserer Gesellschaft nimmt immer deutlichere Züge an, allein im deutschsprachigen Raum Europas zeichnet sich ein klarer Wandel ab. Infolge einer höheren Lebenserwartung und gleichzeitig sinkenden Geburtenraten wächst die Zahl der über 65-Jährigen stetig. Im Jahr 2050 ist den Berechnungen der Demographen zufolge bereits fast jeder dritte Schweizer (28%) über 65 Jahre alt, dieser Anteil ist heute nicht einmal halb so gross (12,2%). Wir sprechen hier nicht von einer Nachkriegsgeneration, die den Umgang mit PC und Maus mühsam erlernen muss, sondern von grösstenteils technikkompetenten Menschen, die vitaler und aktiver kaum sein könnten und die ganz selbstverständlich mit Laptops und Smartphones agieren. Die zukünftigen Senioren werden uns eine neue Form des Alterns vorleben, wo Online-Aktivitäten wie das Surfen und die Kontaktpflege via Skype zum Alltag gehören. Diese Generation wird das Internet und die Gestaltung der Interfaces stark beeinflussen, denn laut Bundesamt für Statistik liegt fast die Hälfte des verfügbaren Einkommens in deren Hand, Tendenz steigend. Das macht diese Generation zum attraktivsten Drittel der Bevölkerung.



Wirtschaft und Wissenschaft haben das vielversprechende finanzielle Potenzial bereits entdeckt und ein Auge auf das lukrative Seniorengeschäft geworfen. Marketing und Medien nennen diese Zielgruppe liebevoll «Silver Surfer» oder «Best Agers». Zukunfts-trächtige Webplattformen bemühen sich, den Werten, Wünschen und Bedürfnissen dieser zukünftig sehr heterogenen Zielgruppe nachzukommen. Und überfluten schon heute das Internet mit Senioren-Chaträumen, Datingportalen und anderen interaktiven Plattformen. Auch Organisationen wie die TAO (Third Age Online) versuchen das World Wide Web der älteren Generation schmackhaft zu machen und sie zur aktiven Teilnahme am Online-Geschehen zu motivieren. Und wenn nicht gerade die Enkel zur Seite stehen, geben die heute in jeder grösseren Stadt verbreiteten Computertreffs Nachhilfestunden.

Die Bemühungen, Senioren über 65 in das tägliche Online-Geschehen zu involvieren, scheinen berechtigt zu sein. Denkt man zum Beispiel an einen Rentner, der durch die Pensionierung mehr Zeit hat und infolge gesundheitlicher Probleme womöglich auch

noch an einen Ort gebunden ist – in einem solchen Fall kann das Internet ein Ausweg aus der Vereinsamung sein. Er hätte nicht nur die Chance, weiterhin soziale Kontakte zu pflegen, sondern würde gemeinsam mit anderen und generationenübergreifend Neues entdecken und sich ein Stück Selbständigkeit im Alter zurückerobern.

Aber was bedeutet das für einen 70-Jährigen, der in seinem Arbeitsleben nie mit einem Computer in Berührung gekommen ist? Er lebt in einer Gesellschaft, in der Information und Kommunikation hauptsächlich von einem Bildschirm und einer Tastatur ausgehen. Wie kann eine solche Person die Angst vor der Technik überwinden und die digitale Kluft überschreiten, um das World Wide Web als das zu entdecken, was es ist; nämlich als Tor zu unbegrenzten Möglichkeiten.

Eine kleine ethnographische Online-Studie soll zeigen, wie aktive Mitglieder von Seniorenchats diese Hürde überwunden haben und wie sie dieses neue, virtuelle Zuhause nutzen, um neue Kontakte zu knüpfen und die bereits bestehenden zu pflegen. Dabei habe ich mich bewusst als aktiver Beobachter in einem Chatroom


```

ple> ihr habt ja eine ganz eigene sprache untereinander 😊
ple> ihr kennt euch gut.. so wie ich sehe
la> jo scho apple
ple> kannt seestern auch schweizerdütsch?
ple> 😊
la> jedes läberli hät es fleckli ggg und seestern ist mein fl
gggggggggggg
ple> ggg
seestern> appleverstehen schon viel, nur mit dem schreiben noch
schwierigkeiten
seestern> apple bisch zwäg?
ple> wow
ple> schon mal ganz gut
seestern> danke apple
la> und ich hab mich so abgemüht und hoch schweizer schwäbische
slavert seestern gggg
ple> ich war letzten sommer in berlin und da habe ich den leute
schweizerdeutsch bei gebracht
seestern> sala *lol*
ple> hahaha
ple> ich spreche auch mit extremer akzent
ple> manchmal ist mir das sooo peinlich
la> eher schwäbale tu ich gggg
seestern> sala ein Müntschli vom Erich, er ist grad hergekommen
la> wsio .. wat iss dat iss apple gggg
ple> hahaha
ple> was habt ihr früher gearbeitet?
la> ui oh bin grad bauchgepinzelt seestern auch ein müntschli a

```

eingelogg. Um die Anonymität zu wahren, habe ich einen falschen Usernamen verwendet. Die URL gebe ich auf Wunsch des Portals nicht bekannt. Hier meine Eindrücke:

Als Erstes fällt mir nach der Eingabe der Keywords «Chat für Senioren» in Google die grosse Anzahl und die Vielfalt der angebotenen Portale auf. Ob Musik, Reisen oder Hobbys – die aufgelisteten Webseiten bieten attraktive Angebote, die für die Senioren, abgesehen vom Informationsaustausch, interessant sein könnten. Nachdem ich sechs verschiedene Online-Portale evaluiert habe, entscheide ich mich wegen der einfachen Registration für eine kleine, aber aktive Community auf virtuellem Schweizer Boden. Die Frontpage ist von oben bis unten beschrieben. Mit fett-weisser Schrift auf mintgrünem Hintergrund wird der Besucher in die Verhaltensregeln und Besuchszeiten der Community eingeführt: «Frühaufsteher sagen sich um 6.30 Uhr guten Tag, ab 10 Uhr morgens sind die meisten User online und um 22 Uhr erwachen dann die Nachtenten, die bis früh in die Morgenstunden chatten.» Ausserdem wird darauf hingewiesen, dass sich oft internationale Gäste im Chat befinden, weshalb erwünscht ist,

die Konversation auf Hochdeutsch zu führen. Bei Fragen oder Anregungen kann man sich direkt an die Moderatoren Fufu und Lilly wenden. Die amateurhafte Aufmachung der Seite passt perfekt zum gebotenen Inhalt, der in der Navigation links aufgelistet ist. Foren, Fotos von Chattrreffen und Portraits der 30 Stammmitglieder runden das Bild ab und vermitteln dem Besucher eine sympathische und sehr familiäre Atmosphäre.

Gespannt klicke ich auf den Link, der mich zum Chatraum führt. Nach fünf Sekunden öffnet sich das Chatfenster. Es ist 22.20 Uhr, also sind die Nachtenten aktiv. Ich lese im übervollen Chatfenster in farbenfroher Schrift die Mitteilung: «Gast 23 hat sich gerade angemeldet.» Bevor ich überhaupt «Hallo» schreibe, werde ich von der Hälfte aller anwesenden Chatter herzlich begrüsst. Offensichtlich freuen sie sich, dass ein neuer Gast zu ihnen gestossen ist. «Denn nur neue Gäste werden mit einer Gastnummer versehen», erklärt mir Mausli. «Ja, du bist unser neues Nummermädchen, *gggggg*», schreibt Louis. Ich bin erstaunt, dass auch Senioren die Chatsprache mit Emoticons und Abkürzungen verwenden.

Endlich greife ich in die Tastatur und gebe mein erstes Lebenszeichen von mir. Nach der Begrüssung frage ich, wo ich denn jetzt meinen Namen umbenennen kann. «Unten rechts im blauen Feld kannst du deinen Nicknamen hinschreiben, dann einfach auf Bestätigen klicken», antwortet mir Maudi – mit einer Schnelligkeit, die ich von Senioren niemals erwartet hätte. Ich lasse meinen Blick über die Gegenstände in meinem Zimmer schweifen, um nach einer Inspirationsquelle für einen Nicknamen zu suchen. Schon merke ich, dass Maudi langsam ungeduldig wird: «Und, hast du jetzt einen Namen?» Unter Druck fällt mir dann nichts Besseres als «apple» ein.

«Ah, apple, dann bist du sicher Macianer», wirft schneeflocke ein, «die Macianer sind meistens tagsüber online.» Ich schmunzle über die Bezeichnung und frage, ob sie auch eine Bezeichnung für PC-User hätten. «Nein, hier sind die meisten Leute PC-User, die Macianer sind die Speziellen», antwortet er, eindeutig langsamer als Maudi. Ich versuche nun, die Anwesenden davon zu überzeugen, dass sie zu Macianern konvertieren sollen und erkläre, wie toll und einfach man Bilder aus dem Internet auf den Desktop schieben und dort abspeichern könne. Leider treffen meine Überzeugungsversuche nur auf wenig Resonanz. Schneeflocke unterbricht mich: «Ach, apple, weisst du, wir haben eigentlich genügend Probleme mit unserem PCs, wir bleiben deshalb lieber beim alten «Neuen.»

«Wie alt bist du, und m oder f?», fragt mich Louis. Ein wenig überrascht mich, dass die Frage, die alle vereint und mich ausschliesst, schon so früh gestellt wird. Ich antworte kurz entschlossen: «Ich bin m und 28 Jahre alt.» Plötzlich breitet sich eine unberechenbare Stille im Raum aus. Sie können mich nicht rauswerfen, nur weil ich jung bin, denke ich. Und wenn sie mich jetzt einfach ignorieren? Maudi unterbricht meine Gedanken: «Dann bist du eindeutig der Jüngste unter uns, *gggg*.» Diese humorvolle Reaktion war das Beste, was mir passieren konnte. Zumindest Maudi akzeptiert mich. «Habt ihr wirklich nichts dagegen, dass ich so jung bin und darf ich euch weiterhin duzen?», frage ich verunsichert. «Nein, wir sind sogar dankbar, wenn Junge hier vorbeischauen und anregende generationenübergreifende Gespräche führen können», versichert mir Louis. «Und das Duzen gehört hier zum guten Umgangston, mein Lieber», weist mich Maudi zurecht. «Mit welcher Altersgruppe habe ich denn die Ehre hier?», frage ich neugierig. Darauf folgen einzelne Zahlen. schneeflocke 72, mausi

68, Louis 68, fulu 70. «Und weisst du, der Älteste hier im Chat ist sogar 92», fügt Louis hinzu. Ich drücke sofort meine Bewunderung und meinen Respekt gegenüber der älteren Generation aus, die heute so selbstbewusst und sicher mit dem Computer umgeht.

Auf die Frage, wo und wie sich die Senior-User ihre PC-Kenntnisse angeeignet hätten, entgegnet mir fulu: «Die meisten hier haben es in einer Computeria gelernt, auf Druck der Verwandten und Enkelkinder oder aufgrund von äusseren Umständen.» – «Das Internet ist eine tolle Sache, das Alter baut Mauern, aber das Internet kennt keine Mauern», ergänzt schneeflocke. «Ausser ich», schreibt Louis dazwischen, «ich habe noch die Anfänge miterlebt, habe sogar meinen ersten Rechner 1974 selbst zusammengelötet und bin Mitgründer dieser Online-Plattform, die seit 15 Jahre existiert.» – «Dann bist du ein Profi!», entgegne ich schnell. «Ja, unser lieber Louis ist unser Technikfreak ;-)), bestätigt schneeflocke, was alle bejahen, wobei Louis verlegen still bleibt. «Und wie war es für dich, dein erstes Mal an einem PC, schneeflocke?», frage ich, wissend, dass jetzt gerade sie die Älteste im Raum ist. «Ououou, das erste Mal, schrei, grausam, ich habe den Techniker gefragt, wo ich das Farbband wechseln muss, *gggg*.» So folgen weitere lustige Anekdoten über Erfolge und Misserfolge mit der neuen Technik. Es ist schon 23.30 Uhr, aber die Stimmung unter den Nachteulen ist nach wie vor prächtig. «Schneeflocke, ein Müntschi vom Erich, er sitzt gerade neben mir.» – «Ouh, ich bin grad bauchgepinselt, Maudi, auch ein Müntschi an Erich.» Entzückt von dieser kurzen Unterhaltung zwischen Maudi und schneeflocke stelle ich fest: «Ah, dann kennt ihr euch hier auch persönlich?» – «Jedes leberli hät es fläckli und scheeflocke isch mis fläckli.» Nach Maudis liebevollem Kommentar macht sie mich sofort auf die Fotos auf der Eingangseite aufmerksam. «Ja, wir sind wie eine kleine Familie, die Stammchatter treffen sich jeweils drei Mal im Jahr und dazu komme ich jeweils von Deutschland extra nach Zürich», fährt Maudi fort. «apple, auf den Fotos sind auch unsere Nicknamen versehen, schau doch mal rein», fordert mich Fulu auf. Und siehe da: Senioren mit Hund und Katze, versammelt in einem Bergrestaurant, vertieft in Gespräche, geniessen das Zusammensein in der realen Welt. Nachdem ich mir von jedem anwesenden User ein Bild machen konnte und überwältigt bin von der Herzlichkeit, mit dem sie mich als «Jungen» aufgenommen haben, beglückwünsche ich Louis und die anderen zum tollen Projekt und dazu, dass sie diesem so lange treu geblieben sind.

«Danke, apple, ja, wir sind froh, dass dieser Chat noch lebt, denn unsere Idee war es, deutsch sprechende Menschen, die sich sonst nie kennengelernt hätten, zusammenzuführen, um Freundschaften fürs Leben aufzubauen», entgegnet mir Louis, «leider sind viele Menschen nicht bereit, öffentlich mit mehreren Personen Gespräche zu führen und so bevorzugen diese Anwendungen wie Skype oder Facebook. Wir sind aber zuversichtlich, dass abgesehen von uns ab und zu einer wie du, apple, unseren gemütlichen Chatraum aufsuchen wird.» Mit diesen Worten beendet Louis den Chat der Nachteulen. Meine Mission als «apple» ist nun zu Ende. Diese zweieinhalb Stunden haben mir einen vertieften Einblick in die Internetwelt der heutigen Senioren verschafft. Ich weiss nun, wie die heutigen Senioren in der virtuellen Welt kommunizieren und wie sie zu diesem Zweck mit der modernen Computer-Technologie umgehen.

Nimmt man diese ethnographische Online-Erfahrung und vergleicht sie mit dem am Anfang formulierten Zukunftsszenario, so kristallisieren sich ganz klare Unterschiede heraus im Online-Verhalten der heute aktiven Senioren im Vergleich zu den Silver Surfers des Szenarios. Während sich die einen noch mit ihren unveränderten moralischen Grundwerten, die aus einer anderen Generation stammen, höflich und zurückhaltend in den öffentlichen Chaträumen bewegen, übt die zukünftige Generation schlimmstenfalls ein zeitgemäss ekliges Cyber-Mobbing und eine eigene clevere Art der Copy-Paste-Kultur auf einer ganz neuen Ebene, abgesehen von der mittlerweile nur zu bekannten abstossend-aufdringlichen Selbstdarstellung. Die neuen Alten werden nicht unschuldig sein, wenn sich der virtuelle Boden durch den üblichen Internetgebrauch weiter in einen Kriegsschauplatz verwandelt wird.

Die aktuellen Senioren sind zwar noch zurückhaltend, aber wenn sie sich erst einmal genügend intensiv mit dem Internet auseinandergesetzt haben werden, dann wird dieses Medium auf sie – wie auf alle anderen Generationen auch – eine enorme Faszination ausüben. Diese Faszination wird in Zukunft noch stärker zunehmen und noch mehr Lebens- und Freizeitinhalte der Senioren ausfüllen bzw. besetzen und bestimmen. Dies liegt daran, dass sie miterleben konnten, wie das Internet bereits den jungen und gesunden Menschen die tägliche Arbeit erleichtert und die Freizeit attraktiver gemacht hat, und dass sie dabei daran denken müssen, um wie viele Annehm-

lichkeiten nun erst heute das Leben eines Behinderten erleichtert werden kann. Es fragt sich nur, wie die Welt aussehen wird, wenn körperlich eingeschränkte und gebrechliche Senioren in Zukunft Hilfe im Internet suchen und wieviel Freizeit dann noch ausserhalb des Internets verbracht wird?

Quellen:

Zoch, Annette (2008): Mediennutzung von Senioren: Eine qualitative Untersuchung zu Medienfunktionen, Nutzungsmustern und Nutzungsmotiven

Schelling, Hans Rudolf / Seifert Alexander (2010): Internet-Nutzung im Alter. Gründe der (Nicht-)Nutzung von Informations- und Kommunikationstechnologien (IKT) durch Menschen ab 65 Jahren in der Schweiz. Eine Studie des Zentrums für Gerontologie im Auftrag von Pro Senectute Schweiz in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Kommunikation (BAKOM) und dem Institut für Publizistikwissenschaft und Medienforschung der Universität Züri Gassmann, Oliver / Reepmeyer, Gerrit (2006): Wachstumsmarkt Alter www.bfs.admin.ch www.spiegel.de/netzwelt

Ab wann ist man alt? Und ab wann zu alt für Sex? Wieso ist Sex im Alter eigentlich ein Tabu? Wird eine sexuelle Präferenz ins hohe Alter «mitgenommen»? Oder verändert und verwandelt sich die Sexualität im Alter? Welche Rolle spielen dabei gesellschaftliche Schönheitsbilder und wie stark sind diese generationenspezifisch konditioniert? Es führt nur ein Weg zu den Antworten – Gespräche mit Vertretern und Vertreterinnen von verschiedenen Generationen.

Jeannine Funkhouser

SEX

WIR BLEIBEN A(TTRA)KTIV

SIXTY

Y

Mit dem Alter assoziiert man in der Regel nicht unbedingt ein aktives Sexualleben. Denn wenn man alt ist und die Haut faltig oder fleckig, entspricht das nicht den allgemein verbreiteten Idealen von Schönheit, Attraktivität und Sexyness. Erotische und wohlproportionierte Körper sind in unseren Medien omnipräsent. Kulturpessimisten warnen vor einer «Tyrannei der Intimität» und einer «Vermarktung des Sexuellen». Als Folge eines Wertewandels verändert sich das gesellschaftliche Verständnis der Sexualität. Zugleich aber verändert sich die Bedeutung der Sexualität innerhalb der individuellen Biografie – wichtig jedoch bleibt sie, was die folgenden Beispiele zeigen.

Die älteren Menschen, mit denen ich gesprochen habe, leben in einer neuen Beziehung. Es sind Akademiker und einige davon sind noch berufstätig. Sie haben ihre neuen Partner über verschiedene Wege kennengelernt: In der Kirche, durch ein Inserat in der Zeitung oder sie waren früher schon mit ihnen befreundet. Es geht ihnen körperlich immer noch gut und sie haben nach wie vor ein aktives Sexualleben. Sie haben erwachsene Kinder und können sich auf ihr Leben konzentrieren. Die einen teilen sich eine gemeinsame Wohnung und die Anderen führen Wochenendebeziehungen.

Rolf zum Beispiel ist Psychoanalytiker jungianischer Prägung. Er empfängt mit seinen **72** Jahren immer noch Klienten. Verheiratet ist er bereits zum dritten Mal, aus der zweiten Ehe hat er zwei Kinder. Der Sex sei nicht mehr so wichtig, aber er sei ein schöner Teil einer Beziehung. «Körperliche Nähe ist etwas Schönes und Wohltuendes.»

Rolf schildert wie er damals aufgeklärt wurde. In seiner Teenager-Zeit hatten die Erwachsenen nicht so offen über Sex gesprochen – besonders auf dem Land nicht, wo er auf einem Bauernhof aufgewachsen ist. «In der Schule wurde nur in der Biologie am Rande über die Fortpflanzung gesprochen, das war noch kein Aufklärungsunterricht. Unter den Jungs hatte man sich darüber ausgetauscht, vielleicht hatte man sich auch mal verglichen. Nebenbei hatten wir uns auch mal über eine Krankheiten unterhalten, wenn einer eine gehabt hatte.»

Gleichgeschlechtlicher Sex wurde als Krankheit angesehen, erklärt Rolf. Viele Menschen haben sehr gelitten, weil sie ihre Neigung nicht ausleben konnten. Es sei bis heute eine grosse Problematik. Viele Eltern haben immer noch das Gefühl, versagt zu haben, wenn sich ihr Sohn oder Tochter sich schwul oder lesbisch outet. Es gab früher viele, die ihre sexuelle Identität verleugneten, heirateten und Kinder kriegten. Rolf erzählt mir von einem Paar. Der Mann versuchte seine sexuelle Neigung zu unterdrücken und hat eine Frau geheiratet, die ihn später unterstützte, zu seiner Homosexualität zu stehen. Dies komme sehr auf das Umfeld an. «Ich kenne aber auch einen Mann, der als Homosexueller lebte und sich später in eine Frau verliebte», ergänzt Rolf. Sex werde bei den Jungen als sehr wichtig genommen, es entstehe Druck: Wer keinen Sex hat, müsse sich schämen. Rolf schimpft über die Medien. «Sie pushen das Thema Sex und Schönheit um ihre Produkte zu verkaufen.»

Barbera, 68, sagt Sex sei etwas Wundervolles, etwas, das man unbedingt geniessen sollte. Ihre Haut sei nicht mehr so straff und ihre Figur habe sich auch ein wenig verändert. Mann müsse sich aber akzeptieren wie man sei. Natürlich probiere man, sich fit und schlank zu halten, aber man müsse sich auch nur erreichbare Ziele setzen. «Beim Sex sind es nicht mehr die Hormone, die verrückt spielen, sondern eine Form der Zuneigung.» Barbera sagt, dass die Mädchen früher nicht

über Sex sprechen wollten – aus Angst, dass die Anderen etwas Schlechtes von einem denken könnten. «Junge Frauen schämten sich, sich selber zu berühren.» Die meisten hatten erst Sex um die 18 oder 20 Jahre. Sie gingen auch erst zum Frauenarzt, wenn sie ein Problem hatten oder schwanger waren. Darüber wurde danach unter Freunden diskutiert. In den Kommunen in den späten 1960er gehörte Sex zur spirituellen Weiterentwicklung, sagt Barbara. «Die Jungen von heute sprechen offen über Sex und ihre Probleme, getrauen sich aber nicht, nackt baden zu gehen.»

So individuell sexuelle Präferenzen auch sein mögen, sie haben immer auch eine sozialhistorische Dimension: Bis in die 1960er-Jahre stand die Sexualität vor allem im Zusammenhang mit Fortpflanzung. Das grösste Risiko einer ausgelebten Sexualität war – natürlich in erster Linie für die Frau – eine ungewollte Schwangerschaft. Die Entdeckung der Rolle der Sexualhormone für den weiblichen Zyklus und der kommerzielle Durchbruch der Antibabypille ermöglichten erstmals die radikale Trennung von Sexualität von Fortpflanzung. Sexualität wurde nun zum Experimentierfeld und zu einer Form der Selbsterfahrung und -verwirklichung. Diese Phase dauerte jedoch nur wenig mehr als zehn Jahre. War es bis anhin die drohende Schwangerschaft, so stand in den frühen 1980er-Jahren die Sexualität als Folge von AIDS plötzlich in einem engen Zusammenhang mit dem Tod.

Diese dramatischen Ereignisse hatten jeweils einen spezifischen Wertewandel zur Folge, der die Vertreter der Generationen, die derweil ihre Sexualität findet, ein Leben lang prägt. Das heisst: Wir nehmen ein einst erlerntes Sex-Muster mit ins Alter. Die Frage lautet nun, welche Sexualität dies bei den aktuell jungen Menschen sein wird? Dazu müssen wir erst ergründen, wie diese überhaupt über Sex denken.

Zur klassischen Kleinfamilie, wie sie in der Industrialisierung entstanden ist, sind Alternativen gekommen; zum Beispiel Patchwork-Familien. Dies bringt andere Rollenverständnisse und auch andere sexuellen Wertvorstellungen mit sich: Sexuelle Treue innerhalb von Beziehungen bis zum Tod verliert an Bedeutung. Nicht von ungefähr spricht man von «serieller Monogamie». Ein Befund meiner Gespräche

lautet, dass Kinder von geschiedenen Eltern ein anderes Verhältnis zu ihren Eltern haben, weil sie schon deren Partnerwechsel miterlebten.

Daniela, 13, kurz geschnittene und rot gefärbte Haare, erzählt von ihrer Mutter. Die Mutter sei für sie eine Freundin – und teils leiht sie Kleider von ihr aus. Ihre Mutter hat seit einem Jahr einen neuen Freund und er übernachtet manchmal auch bei ihnen zuhause. Daniela spricht allerdings nicht mit ihrer Mutter über ihr Sexleben, wohl aber über neue Beziehungen und vielleicht auch über das Verliebtsein. «Nur weil meine Eltern geschieden sind, müssen sie nicht alleine bleiben.» Sie ist froh, dass ihre Eltern eine neue Beziehung haben. Zugleich verschärft sich der aufmerksamkeitsökonomische Wettbewerb. Das gesellschaftliche Klima wird kompetitiv. Vor allem die Frauen wollen möglichst attraktiv für ihre Partner sein und bleiben. Aber auch immer mehr Männer pflegen ihr Äusseres sehr bewusst.

Maria ist 28 Jahre alt und ist seit elf Jahren in ihrer Beziehung: «Wenn ich den Rest des Lebens mit meinem Partner zusammenbleiben, sollte er mir immer das Gefühl geben schön und erotisch zu sein.» Frauen sehen sich gegenseitig als eine grosse Konkurrenz, der sie standhalten müssen. Maria hat Angst, ihren Freund an eine Andere zu verlieren. «Männer, die schon lange in einer Beziehung sind, sind bei Singlefrauen sehr begehrt.» Man kann davon ausgehen, dass dieses kompetitive Muster auch bis ins Alter reproduziert wird. Das Äussere wird also gerade bei älteren Generationen an Bedeutung gewinnen.

Für **Sarah, 26**, ist es wichtig, im Sexleben zwischendurch etwas Neues auszuprobieren. Sie wohnt seit vier Jahren mit ihrem Freund zusammen. «Zwanzig oder mehr Jahre mit der gleichen Person verheiratet zu sein und immer mit dem Gleichen Sex zu haben, könnte langweilig werden.» Sie findet es auf der einen Seite naiv zu glauben, dass kein Seitensprung geschehen wird – und doch hofft sie, dass es nicht soweit kommen möge. Wie sie damit umgehen würde, weiss sie nicht. «Es kommt immer auf die Situation an.»

Pascal ist ein 29 Jahre alter Grafiker und glaubt, ewig Sex zu haben. Sollte er einmal Schwierigkeiten haben, gäbe es ja verschie-

den Hilfsmittel. «Wieso soll ich aufhören Sex zu haben?» Es gäbe viele Frauen, die im Alter immer noch gut aussehen. Es ist für ihn wichtig, dass eine Frau attraktiv ist. «Ich möchte, dass sie ihr Aussehen pflegt.» Schönheit und Erotik sind also weniger an ein bestimmtes Alter gebunden, sondern sie haben mit einem bestimmten Körperverständnis zu tun. Die jüngere Generation scheint das Natürliche nicht mehr in dem Masse wertzuschätzen wie dies die 68-Generationen tat.

Welche Tendenzen lassen sich aus diesen Gesprächen mit VertreterInnen aus verschiedenen Generationen ablesen. Fünf Beobachtungen zum Schluss:

Sex in jedem Lebensalter: Es wird je länger desto selbstverständlicher, dass eine aktive Sexualität zu jeder Lebensphase gehört. Sex ist nicht ein Bedürfnis, das irgendwann im Verlauf des Lebens «erlischt». Wohl verändern sich Bedeutung und Wichtigkeit, das Phänomen selbst bleibt aber.

Sex in neuen Konstellationen: Neue Paar- und Familienstrukturen führen zu neuen Verständnissen von Beziehung und Treue: Sexualität kann durchaus auch in losen Beziehungen eine Rolle spielen und ist nicht mehr exklusiv auf das Gegenüber der «starken» Beziehung reserviert – mit allen Problemen, die aus diesen neuen Freiheiten auch resultieren können. Gleichzeitig wird es immer selbstverständlicher, dass dadurch auch sexuelle Beziehungen nur von begrenzter Dauer sind.

Sexuelle Identität wird variabel: Ob jemand homo-, hetero-, bi- oder transsexuell ist, wird heute weder kriminalisiert noch als Konstante betrachtet, sondern als Teil einer auch sonst variablen Identität. Die Akzeptanz dieser Wandelbarkeit wird weiter steigen.

Schönheitsideale bleiben zentral: Männer wie Frauen möchten im Alter immer noch gut aussehen – und dies heisst meist: jünger. Die Wertschätzung des Ästhetischen dürfte zunehmen, weil natürliche Alterserscheinungen künstlich kompensiert werden.

Wo bleibt die Erotik? Hoffentlich nicht auf der Strecke. Die wichtige Frage, wie sich eine gelebte und erfüllte Sexualität angesichts der immer noch steigenden Sexualisierung in der Gesellschaft behaupten kann, muss leider offen bleiben.



Altersheim

Der Wertewandel, die Individualisierung und die demographische Zäsur – sie haben Dich in die Knie gezwungen.
In die Jahre gekommen, hast du den Anschluss verloren und den Übertritt ins 21. Jahrhundert nur mit Mühe geschafft.
Der stete Vorwurf Du, gerade Du, seiest nicht altersgerecht, hat Dir die Kraft zum Weiterleben geraubt.
Dein Status war geduldet – wenn auch nie ganz akzeptiert – als notwendiges Übel.
Solltest Du früher Sicherheit und Geborgenheit ausstrahlen, hast Du in Deinen letzten Tagen nur mehr Kontrolle, Zwang und Entmündigung verkörpert.
Deine Zeit ist gekommen – wir nehmen Abschied von Dir, treues, elendiges und gebrechliches Altersheim.
Du wirst nicht mehr gebraucht, hast Dich selbst überlebt.
Je älter Du wurdest, desto jünger wurden wir.
Deine jungen, zukunftsweisenden Nachkommen, allesamt noch in den Kinderschuhen steckend, versprechen wir fürsorglich grosszuziehen.
Heute noch wackelig und wagemutig, werden sie schon bald auf eigenen Beinen stehen.
Für uns bist Du fern, bleibe fern - wir schieben Dich ab!
Mit einem weinenden und einem lachenden Auge –
Adieu.

Die Neuen Alten

WILL- KOMMIEN IM ALTER

**BITTE FÜHLEN
SIE SICH WIE
ZUHAUSE!**

**WOHNVORSTELLUNGEN
DER GENERATION 50PLUS
IM WANDEL**

Anais Hostettler & Fabienne Walter

Dass das Altersheim nun für tot erklärt wird, mag einer visionären Forderung der anspruchsvollen 50plus-Generation entsprechen, und doch gibt es einige Anzeichen, die für diese Tendenz sprechen. Denn obwohl das Altersheim in unserem Bewusstsein immer noch der Ort ist, wo man seinen Lebensabend verbringt, zeigt bereits ein kurzer Blick in die Statistik der Wohnverhältnisse heutiger Senioren Erstaunliches: 2007 lebten nur 6% der über 65-jährigen in Alters- oder Pflegeheimen, bei den über 80-jährigen nicht einmal 20% und selbst bei den über 95-Jährigen waren es weniger als die Hälfte. Die Zahl der Altersheime nimmt denn auch kontinuierlich ab: Gab es im Jahr 2000 noch 2'920 Altersheime, waren es im 2005 noch 2'681 und im 2009 1'407 (BfS). Im Allgemeinen ist der Anteil der Personen in Alters- oder Pflegeheimen geringer als landläufig angenommen.

Zudem ist die Lebenserwartung gestiegen. Dies betrifft vor allem die behinderungsfreien und gesunden Lebensjahre. Dank des medizinischen Fortschritts nimmt die Pflegebedürftigkeit im Alter tendenziell ab und verschiebt sich immer weiter nach hinten. Der Eintritt in eine institutionelle Pflegeeinrichtung wird – wenn überhaupt – erst im hohen Alter in Betracht gezogen. Realität und Vorstellung klaffen deutlich auseinander: in unseren Köpfen herrscht ein falsches Bild vom Alter. Das Altersheim als Vorstufe zum Pflegeheim ist ein Auslaufmodell.

Gesetzliches Verbot für den Bau neuer Altersheime

In Dänemark begann schon vor mehr als zwanzig Jahren ein Umdenkprozess in der «Seniorenpolitik», der 1987 in einem gesetzlichen Verbot für den Bau herkömmlicher Altersheime mündete. Wurden davor hauptsächlich Altenpflegeheime gefördert, so werden seither konsequent neue hindernisfreie und altersgerechte Wohnungen unterstützt. Dänemark schloss quasi über Nacht die ehemaligen Altersheime, strukturierte sie neu, um sie danach in Form einzelner Wohnungen wieder zu öffnen. Die neuen Alterswohnungen unterstehen einem ganz normalen Mietverhältnis, mit der Option auf ein bedürfnisorientiertes Service- und Betreuungsangebot. Dies impliziert auch den Gästestatus des Pflegepersonals, das nicht mehr quasi zum Inventar gehört, sondern als externer Dienstleister bei Bedarf vorbeikommt. Der in Dänemark gelebte Umgang mit «Wohnen im Alter» zeigt eindrucksvoll die sich abzeichnende kulturelle

Verschiebung; weg von der institutionellen Denkweise, hin zu einer kundenorientierten Sicht.

Dass sich auch die Schweiz ähnlich entwickelt, zeigt ein Indiz aus dem Alters- und Pflegeheim Allmendhof in Männedorf: Entgegen der geläufigen Assoziation von endlosen Wartelisten in Altersheimen beklagt der Allmendhof, seit drei Jahren keinen Neueintritt mehr verzeichnen zu können. Veralterte Altersheime (im wahrsten Sinne des Wortes!) werden durch Modernisierungsprozesse überholt und so komplett in Pflegeheime für Hochbetagte und stark Pflegebedürftige umgewandelt. Wobei sich auch im Bereich der Pflege ein vergleichbarer Trend weg von der stationären Versorgung hin zu ambulanten Dienstleistungen abzeichnet.

Im Hinblick auf den demographischen Wandel drängt sich jedoch eine Frage auf: Ist es nicht fahrlässig, gerade jetzt das Altersheim abzuschaffen, wo das «Schreckensgespenst der Überalterung» in aller Munde ist? Im Gegenteil, der Zeitpunkt könnte passender nicht sein.

«Neue Alte» altern anders

Wer sich das vermeintliche «Schreckensgespenst der Überalterung» als lähmende und passive Gestalt vorstellt, verkennt, dass die «Alten von morgen» nicht die «Alten von heute» sind: Voller Dynamik treten sie gegen die viel befürchtete Verreisung der Gesellschaft an.

Es sind die geburtenstarken Jahrgänge der Babyboomer, die in die Jahre kommen und das «Alt sein» in ein neues Zeitalter führen. Geboren und aufgewachsen in einer Zeit des wirtschaftlichen Wachstums und der Prosperität, erkämpften sie in ihrer Jugend Autonomie im Denken und Freiräume in der Lebensgestaltung. Sie führten bis dato ein selbstbestimmtes Leben und haben nicht vor, einen Teil ihrer Unabhängigkeit abzugeben. «Während das Alter früher passiv erduldet wurde, gestalten heute immer mehr Menschen diese Lebensphase aktiv und selbstbewusst», sagt der Altersforscher François Höpflinger. Im Unterschied zu früheren Generationen sind sie in der Regel bis über achtzig relativ gesund, haben Zeit, Geld und Energie, um noch einmal voll durchzustarten. Für die Baby Boomer gibt es «den Ruhestand» oder «das Alt sein» nicht. Der Austritt aus dem Erwerbsleben und somit der Eintritt ins Pensionsalter stellt für sie keinen markanten Bruch in der Lebensführung dar. Blosses Rumsitzen, Däumchendrehen und dabei womöglich noch zu vereinsamen ist passé. Die Rentner von morgen nutzen die

immense Wucht an freier Zeit, die mit der Pensionierung auf sie einbricht, auch wirklich als Freizeit. Sie verkörpern den Umbruch von der Verzichtszur Anspruchs- und sind somit auch Begründer einer neuen Altersgeneration.

Das klassische Altersheim als Inbegriff eines konformistischen Lebensraumes und als einzig denkbare Wohnlösung widerspricht den Vorstellungen der «Neuen Alten». Vielmehr möchten sie sich individuelle Wohnwelten schaffen und diese, wenn irgendwie möglich, in ihrer angestammten Umgebung ansiedeln. Geplant wird dazu schon heute, Ansätze gibt es viele. Fast so viele wie es «Neue Alte» gibt.

«Wohnen im Alter» als Baukasten

Die heutige 50plus-Generation will so lange wie möglich selbständig in ihren eigenen vier Wänden wohnen – auch im Pflegefall. So wünschen es sich jedenfalls 90 Prozent der Teilnehmer an einer repräsentativen Umfrage des Fraunhofer Institutes für Arbeitswirtschaft und Organisation und der Universität Stuttgart zur «Pflege 2020».

Um Institutionen wie das Altersheim zu umgehen, findet momentan eine grosse Angebotserweiterung von alternativen Wohnformen statt, die einem Potpurri gleicht. Ähnlich dem Prinzip eines Baukastens lässt sich je nach Bedarf, durch verschiedene Bauteile, ein individuelles Altersdomizil – wenn nötig inklusive Pflegeleistungen – zusammenstellen. Gemeint sind unter anderem selbstverwaltete Wohn- oder Hausgemeinschaften, wie auch betreutes Wohnen bzw. Wohnen mit Services, das sowohl privat durch Angehörigen- oder Nachbarschaftshilfe (informell), oder auch professionell durch kommunale bzw. kommerzielle Dienstleister (formell) organisiert sein kann. Der sich vollziehende Wandel manifestiert sich sogar auf der Management-Ebene von Unternehmen, wie ein Beispiel aus Kanada zeigt: Um ihre Angestellten zu entlasten und leistungsfähig zu halten, nutzen Firmen in Calgary neuerdings Senioren-Krippen, wo die hochbetagten Eltern der Mitarbeiter tageweise betreut werden können. Immerhin leben wir in einer Zeit, in der mehr Menschen Eltern als Kinder haben.

Im Wohnungsbau erleben die Adjektive «altersgerecht» und «hindernisfrei» einen Boom. Sowohl auf privater wie auch auf Investoren-Seite wird altersgerechtes Bauen als Investition in die Zukunft verstanden. Der Hauptgrund fürs Bauen ist nicht mehr die Familienplanung, sondern der Ruhestand. Wer

sich den Neubau nicht leisten kann oder nicht umziehen will, rüstet sein Zuhause durch kleine Anpassungen auf, wie zum Beispiel durch das Entfernen von Türschwellen.

Diese losen Gebilde und kleinteiligen Strukturen in Form individuell zusammengesetzter Bausätze verlangen auch neue Formen von Organisation. Ein innovatives Schnittstellenmanagement ist gefordert: Dieses richtet sich nicht nur an professionelle Dienstleister, sondern verlangt auch nach funktionierenden sozialen Netzwerken im Familien- und im Wohnumfeld.

Die Zukunft vom «Wohnen im Alter» wird von jedem einzelnen Babyboomer geprägt. Als Inspiration für die bevorstehende Altersplanung, folgen nun fünf potentiellen Rentner-Wohntypen aus dem Jahr 2030:

Die Retired Social Networkerin

Nicole, 68-jährig: «Ich bin eine soziale Tauschbörse. Profitiert von mir!»

Wohnt zentral in der Stadt, braucht ihre Connection-Points. Als Wohnform hat sie eine selbstorganisierte, intragenerationelle Hausgemeinschaft mit überhöhten Ansprüchen gewählt. Sie ist sehr (geschäfts-)tüchtig. Nicole vermietet Zimmer an «Land-Senioren» zum kulturellen Wochenendaufenthalt. Diese Idee treibt sie weiter: Inspiriert vom universitären Erasmus-Gedanken entwickelt sie gerade ein Konzept für ein internationales Senioren-Austausch-Programm – inklusive Stipendienvergabe und Bereitstellen von Wohnateliers. Zeitgleich schliesst sie ihre dritte Ausbildung ab: zur Altenpflegerin, spezialisiert auf hochbetagte Pflegebedürftige. Ihr hohes soziales Engagement liess sie vor 15 Jahren eine der ersten Online Plattformen für die Wohnpartnersuche älterer Menschen gründen. Sie ist bereits zum dritten Mal für den renommierten Swiss Age Award nominiert, in der Kategorie «Lifetime Achievement».

Mit ihrem zehn Jahre jüngeren Lebenspartner führt sie seit einem Jahr eine Beziehung. Noch leben sie in separaten Hausgemeinschaften, bauen aber zusammen ein altersgerechtes Haus, das planmässig zum 70. Geburtstag von Nicole bezugsbereit sein soll.

Der iRentner

Martin, 73-jährig: «Altern bedeutet nicht Game Over, sondern Restart und Second Life.» Ist experimentell und technikaffin, mit leichtem Hang zur Misanthropie. Er ist pensionierter Akademiker und kinderlos, aber gut virtuell ver-

netz. Gaming ist sein Lebensprinzip, sein Zuhause sieht er als Lab. Nach und nach verwandelte er seine Parterre-Wohnung in ein Smart Home. Integrierte Touchscreens, Sensoren und Mikro-Chips sind für ihn zugleich notwendige Gadgets und ideale Wohnaccessoires. Er verfolgt jede technische Neuerung mit Leidenschaft und wendet sie unverzüglich in seinem Leben an, oft in Form von Tests an seiner Person und seiner Umgebung. Seine Angst vor einer Demenz endete in einem missglückten Selbstversuch: Als Präventivmassnahme liess Martin sich einen Chip ins Rückenmark implantieren, der durch elektronische Impulse die Hirnaktivität anregen sollte. Der experimentelle Eingriff zog folgenschwere Komplikationen nach sich. Seitdem sitzt er im Rollstuhl, was er nicht als dramatische Einschränkung empfindet, da er ohnehin mehr Geist als Körper ist. Martin ist bereits bestens mit digitalen Pflegemöglichkeiten und Alltags-services ausgerüstet.

Die Mobility-Rentnerin:

Claudia, 80-jährig: «Stillstand ist der Tod.» Je gebrechlicher sie wurde, desto grösser wurde die Sehnsucht nach Mobilität. Sie ist der Überzeugung, dass das Nomaden-Dasein geistig frisch und jung hält. Seit fünf Jahren lebt sie nun auf Rädern, in einem Wohnwagen-ähnlichen Gefährt, ganz nach dem Leitsatz: «Die Welt dreht sich immer schneller – kein Problem, ich dreh mich mit». Claudia ist Zugpferd der Bewegung «Senior Trailer Residence Costa Brava», mit der sie teils gemeinsam, teils alleine umherzieht - immer auf der Suche nach dem momentan schönsten oder auch brisantesten Wohnort. Im Winter ziehen sie oft mit der ganzen Karavane Richtung Süden.

Im Laufe der Zeit ist die Mobility-Bewegung weiter gewachsen und hat sich immer mehr ausdifferenziert. Mittlerweile gibt es einen grossen, politisch und ökologisch motivierten Zweig. Die ehemaligen 68er und Grünen verstehen den Ruhestand als Zeit der Empörung. Oft sieht man sie in improvisierten Zeltcamps. Als sogenannte «Wut-Alte» schliessen sie sich Demonstrationen und Besetzungskaktionen jeder Couleur an.

Der Neverever-Rentner

Stephan, 72-jährig: «I'm dying for work and will die working.»

War, ist und bleibt Unternehmer. Nach der Scheidung von seiner Frau und dem Auszug der Kinder begann er, seine leergewordene

6-Zimmer-Wohnung umzunutzen: Stephan gründete das «Silver-Gold-Haus», einen 24/7 geöffneten Co-Working-Space, wo er 20 Arbeitsplätze für junge und alte, selbständige Wissensarbeiter vermietet. Das «Silver-Gold-Haus» fördert die Altersdurchmischung in der Berufswelt. Stephan mag diese hektische Arbeits- bzw. Wohnatmosphäre sehr. Sein einziger Rückzugsort ist das übriggebliebene Schlafzimmer, wobei auch dies bei Höchstbelegung zum Sitzungszimmer wird. In seiner knapp bemessenen Freizeit bietet er «Cool-Down-Seminare» für gestresste Jungunternehmer an. Sein Sohn fragt sich manchmal, ob er nicht selber so ein Seminar nötig hätte. Auch Martin ist für den diesjährigen Swiss Age Award nominiert, gleich in zwei Kategorien: «Silver Entrepreneurship» und «Old meets Young».

Der Retro-Rentner

Andres 71-jährig: «Lasst mich in Frieden (sterben).»

Kurz nach seiner Pensionierung zog er enttäuscht wieder zurück ins Haus seiner Kindheit, nachdem er vergeblich nach einem übriggebliebenen Altersheim suchte. Seither ist er ständig am Nörgeln und beschimpft seine Nachbarn. Er ist nur dann zufrieden, wenn er seiner grossen Leidenschaft, der Gartenarbeit, nachgehen kann. Oft vermisst er in nostalgischer Verklärtheit die gute alte Zeit, als es mitunter noch Altersheime gab. In diesen wurde, wie er findet, dem Lebensabend noch ehrlich und authentisch begegnet. Der natürliche Abbau durch das Altern wurde gar begrüsst. Das scheinheilige Jung-Getue der «Neuen Alten» bringt ihn auf die Palme. Seinen Vorteil sieht er darin, dass ihn der Tod nicht überraschen kann.

Er pflegt seine 102-jährige pflegebedürftige Mutter. Zweimal pro Woche kommt die Pflegerin Nicole vorbei. Andres kann ihren Übermut nicht ausstehen.

Quellen:

Höpfinger, François / Bayer-Oglesby, Lucy / Zumbunn, Andrea (2011): Pflegebedürftigkeit und Langzeitpflege im Alter.

Aktualisierte Szenarien für die Schweiz. Schweizerisches Gesundheitsobservatorium.

Schweizerisches Bundesamt für Statistik: Statistik der sozialmedizinischen Institutionen (Anzahl Plätze in Altersheimen im Jahr 2009) <http://www.bfs.admin.ch/bfs/portal/de/index/themen/14/03/02/key/01.html>

Wohnen im Alter, Sind Altersheime überflüssig geworden? In: Zürichsee Zeitung, <http://www.zsz.ch/storyst/storyst.cfm?vID=11236>

Frick, Karin (2005): Generation Gold. GDI Studie Nr. 18

Omi kommt in die Senioren-Krippe. In: Süddeutsche Zeitung <http://www.sueddeutsche.de/leben/altenpflege-in-kanada-omi-kommt-in-die-senioren-krippe-1.765974>

Der Verhaltenspsychologe M.J. Willard hatte in den 1970er-Jahren die Idee, Kapuzineraffen als Helfer für Menschen mit Ganzkörperlähmungen zu trainieren. Durch die Organisation «Helping Hands: Monkey Helpers for the Disabled» sind heute rund 180 von ihnen in den USA im Einsatz und unterstützen Körperbehinderte im Alltag.

Maja Nicolin

DIE AFFEN

WIE PRIMATEN DAS
LEBEN VON
PFLEGEBEDÜRFTIGEN
BEREICHERN.

SIND LOS!

Die Organisation «Helping Hands: Monkey Helpers for the Disabled» begann als Projekt an der Tufts University in Boston, Massachusetts. Geleitet wurde es von M.J. Willard, dem Verhaltenspsychologen, der als erster die Idee hatte, Kapuzineräffchen als Helfer zu trainieren. Eine damalige Studentin der Tuft Univeristy, Judi Zazula, schloss sich dem Projekt während ihres Masterstudiums an. 1979 konnten sie und Willard das erste Kapuzineräffchen an einen jungen Querschnittgelähmten vermitteln. Kapuzineraffen kommen ursprünglich aus Süd- und Zentralamerika und gehören zu der Gruppe der mittelgrossen Neuwelt-Primaten. Sie gelten als neugierig, sehr intelligent und geschickt und sind daher für das Helfertraining äusserst gut geeignet.

Die Affen sind bereits sieben oder acht Jahre alt, wenn sie ihr Training im Hauptquartier in Boston, im sogenannten Monkey-College, beginnen. Dort durchlaufen sie vier Trainingsstufen in vier Räumen: Im ersten Raum lernen die Affen grundlegende Dinge, zum Beispiel das Unterscheiden und Aufheben von Gegen-

ständen. Nach jeder Aufgabe werden die Affen mit Zuneigung und kleinen Leckereien motiviert.

Die Aufgaben werden von Raum zu Raum komplexer. Im vierten Raum schliesslich werden die Affen mit einer realen Wohnungssituation konfrontiert: ausgestattet mit Bett, elektronischem Rollstuhl, Stereoanlage, Fernseher und Mikrowelle.

Während ihrer zweijährigen Ausbildung müssen die Affen rund 30 englische Begriffe lernen. «Fetch» bedeutet, dass das Tier etwas holen soll, «trash» heisst es, wenn der Müll in den Abfalleimer soll. Bei «open» und «push» öffnen und schliessen die Affen die Külschranktür. Zur Belohnung gibt es Erdnussbutter und Sprühsahne.

Schon während des Trainings beginnen die Mitarbeiter des Monkey College mit der Suche nach einem geeigneten Patz für den Affen. Schlussendlich wählt die Organisation einen von vielen Pflegebedürftigen aus, die sich im Vorfeld beworben haben. Zum Platzierungsverfahren gehört ausserdem eine Probewoche,



die der Affe und sein Trainer gemeinsam im ausgewählten Haushalt verbringen. So wird überprüft, ob die Chemie zwischen Mensch und Tier stimmt. Ausserdem soll auch der Mensch lernen, wie ihn der Affe im Behindertenalltag unterstützen kann.

Für gelähmte Patienten oder Patienten mit eingeschränkter Mobilität ist die Anwesenheit eines Kapuzineräffchens eine Bereicherung. Nun muss nicht mehr für jede Kleinigkeit der Pfleger herbestellt werden. Von nun an übernimmt der Affe kleine Aufgaben, wie das einlegen von CDs, das Herholen von Fernbedienung oder Telefon – letzteres kann im Falle eines Sturzes eine entscheidende Rolle spielen. Aber es sind nicht nur die praktischen Aspekte, die dieses Projekt so überzeugend machen. Hinzu kommen soziale und emotionale Faktoren, wie gegenseitige Zuneigung und Akzeptanz, die das Leben des Pflegebedürftigen bereichern.

Craig Cook, ein kalifornischer Börsenmakler ist querschnittgelähmt, seit er vor 14 Jahren einen schweren Autounfall erlitt. Er und sein Helferaffe Minnie machen alles gemeinsam: Sie fährt

auf seinem Rollstuhl mit und sitzt auf seinem Schoss, wenn sie sich gemeinsam ein Baseball-Spiel im Fernsehen anschauen. Nach seinem Autounfall war er nicht nur auf einmal gelähmt, sondern hatte auch eine schwere Depression. Minnie habe ihn da rausgeholt, sagt Cook. «Sie hat mir auch mehr Selbstvertrauen gegeben. Ich habe mich immer unwohl gefühlt wenn die Leute mich in meinem Rollstuhl angestarrt haben. Heute ist es mir egal, die Meisten interessieren sich eher für Minnie.»

Anfänglich wurden die Kapuzineraffen von «Helping Hands: Monkey Helpers for the Disabled» ausschliesslich für den Einsatz bei Paraplegikern trainiert. Das Training der Affen wurde jedoch über die Jahre so angepasst, dass sie heute bei Patienten mit ganz unterschiedlichen Mobilitätseinschränkungen eingesetzt werden können.

An diesem Punkt zeichnet sich das Einsatzpotenzial von Kapuzineraffen in der Altenpflege ab. Die Pflegeansprüche von Senioren sind mit jenen von Körperbehinderten vergleichbar: Beide Gruppen sind von Faktoren wie eingeschränkter Mobilität und zunehmender



sozialer Isolierung betroffen. Auch alte Menschen stehen irgendwann einmal an dem Punkt, an dem sie selbst einfache Dinge im Haushalt nicht mehr ohne weiteres bewältigen können. Ein Helferaffe, der das Training am Monkey College in Boston absolviert hat, kann also theoretisch auch in einem Seniorenhaushalt eingesetzt werden. Bisher existiert das Projekt jedoch nur in den USA. Ob das Projekt bei Pflegebedürftigen in der Schweiz ankommen würde bleibt offen. Offen bleibt auch die Frage, inwiefern es gerechtfertigt ist, Tiere die Arbeit von Menschen übernehmen zu lassen.

Quellen:

- <http://www.kwh-seniorenbetreuung.de/pflegeroboter-utopie-oder-schon-bald-realität/>
- <http://www.golem.de/1103/82020.html>
- <http://www.tufts.edu/alumni/magazine/fall2007/jumbolaya/monkey.html>
- <http://www.monkeyhelpers.org/ourprograms/>
- <http://www.spiegel.de/spiegel/0,1518,734133,00.html>

Unterdessen wird auch der Einsatz von Robotern in der Altenpflege untersucht. Erste Resultate von US-Forschern des Georgia Institute of Technology liegen seit 2010 vor: Humanoide Roboter werden in der Altenpflege von den Pflegebedürftigen nur teilweise akzeptiert: In der Studie wurden die Probanden vom Roboter am Unterarm gewaschen. Sie hatten grundsätzlich nichts dagegen, von den Robotern berührt zu werden, solange die Berührung funktional war. Anders war es, wenn die Testperson der Meinung war, der Roboter fasse sie an, um Trost zu spenden. Die Unterscheidung nahmen die Probanden jedoch selbst vor – der Roboter machte stets die gleiche Bewegung. Wenn Roboter künftig Aufgaben im Gesundheitswesen übernehmen sollen, müssten Aspekte wie die Akzeptanz durch die Patienten weiter erforscht werden.

Sabina Bösch

DER TAG

AN DEM ICH ALT WAR

Dr. Ruth Stüben vom «Swiss Age Explorer Institute» begrüsst mich mit einer grossen Kiste in der Hand. Darin stecken etwa 50 zusätzliche Lebensjahre. Nachdem ich im Anzug stecke, mache ich die ersten schweren Schritte. Und merke, wie mühsam einfaches Gehen sein kann. Eine niedrige Stufe ist ein anstrengendes Hindernis für mich. Mein Tempo wird automatisch langsamer und ich habe das Gefühl in ständiger Eile zu sein. Ich werde übel gelaunt, wegen meinen Begleitern, weil sie so schnell gehen und vor allem wegen mir, weil ich nicht schneller gehen kann. Als wir nach draussen treten, blendet mich das Sonnenlicht zuerst so stark, dass ich einen Moment stehen bleiben muss. Stück für Stück habe ich mich in eine über 70-Jährige verwandelt. Möglich macht es der «Age Explorer», ein Anzug, der das Alter und seine Gebrechen erlebbar macht. Bis zum Alter von 65 oder 70 Jahren kann ein Mensch bis zu 30 Prozent seiner Muskelkraft verlieren. In der Hose und der Jacke des Anzugs sind Gewichte eingearbeitet, die mir dieses Gefühl vermitteln sollen. Daneben sorgen Bandagen an Ellenbogen und Knie für eine eingeschränkte Gelenkbeweglichkeit, wie sie infolge von altersbedingter Arthrose auftreten kann. Wegen dem Helm muss ich mich zuerst an die veränderten Farben der Umgebung gewöhnen. Darin wurde eine Folie eingearbeitet, die Altersichtigkeit simuliert. Altersbedingte Verfärbungen der Augenlinse können dazu führen, dass Farben vor allem im grün-blau Bereich nicht mehr so einfach unterschieden werden können. Frau Dr. Stüben erzählt mir während eines kurzen Spazierganges von den verschiedenen Möglichkeiten, älteren Menschen den Alltag zu erleichtern. Ich muss mich sehr konzentrieren, um der Unterhaltung folgen zu können. Die schalldämpfenden Kopfhörer stehen wie eine

Barriere zwischen mir und meinem Umfeld. Das Gehör der meisten Menschen nimmt ab dem Alter von etwa 45 Jahren stetig ab. Zuerst können die hohen Töne nicht mehr so gut wahrgenommen werden und dann die Konsonanten. Im hohen Alter kann es zum weitgehenden Verlust des Hörvermögens kommen. Ich suche immer den direkten Blickkontakt und ich versuche Lippen zu lesen. Beteiligt sich mein Begleiter an der Unterhaltung zwischen Frau Dr. Stüben und mir, wird es beinahe ein Ding der Unmöglichkeit, dem Gespräch zu folgen. Neben dem verringerten Hörvermögen macht mir das eingeschränkte Sichtfeld zu schaffen. Ich muss meinen Kopf ständig zur Seite drehen, um mein kleiner gewordenes Gesichtsfeld auszugleichen. Das Gesichtsfeld eines jungen Menschen liegt (horizontal) bei rund 175° Grad, meines wurde mit dem Helm auf etwa 140° Grad verkleinert, im hohen Alter kann eine Einschränkung auf bis zu 120 Grad erfolgen. Steht also jemand Schulter an Schulter mit mir, ignoriere ich ihn ungewollt, weil ich ihn nicht sehen kann. Mein erstes Ziel ist die Terrasse im 5. Stock. Die Treppen führen normalerweise schon ohne Anzug zu einem erhöhten Puls. Darum mache ich mich auf eine anstrengende Aufgabe gefasst. Ich bin heilfroh, dass ich im 4. Stock einen Grund für eine Pause habe, als ich auf meine Mitstudenten und Dozenten treffe. Weil ich nicht mehr gut höre, verliere ich immer wieder den Faden der Unterhaltung. Ein grosses Problem ist das störende Geräusch des Staubsaugers im Hintergrund. Ich beginne typische Altersfloskel wie «mhm» und «jaja» zu benutzen. Ich habe keine Geduld, in einem Gespräch mit sechs Leuten immer wieder nach zu fragen, was sie gerade gesagt haben. Ich schäme mich gleichzeitig, weil ich vorgebe aufmerksam zu zuhören.





Ich fühle mich ausgeschlossen in Mitten von mir bekannten Leuten. Als mich mein Dozent mit einem festen Händedruck verabschiedet, zucke ich unwillkürlich zusammen, da die Handschuhe durch ein Spezialgewebe das Nachlassen der Handkraft als auch schmerzhaft Veränderungen simulieren, die durch Arthrose oder Arthritis im Alter auftreten können. Im 5. Stock auf der Terrasse angekommen, freue ich mich, dass ich das Ziel erreicht habe. Sonst gehört dieser Gang zu meinen Alltäglichkeiten. Als nächstes lässt mich Frau Stüben in ihrem Auto Platz nehmen. Das Einsteigen ist sehr anstrengend. Ich setze mich nicht direkt in das Auto, sondern setze mich zuerst auf die Sitzfläche mit den Beinen aussen am Wagen, dann drehe ich mich um 90° Grad in den Sitz und versuche die Beine ins Auto zu heben. Ich entwickle kleine Tricks und Handgriffe, um mir in einer schwierigen Situation zu helfen. Ich muss immer zuerst denken, wie ich etwas mache, bevor ich etwas tue. Im Auto bemerke ich jetzt eine eingeschränkte Beweglichkeit meines Oberkörpers und Schwierigkeiten beim Drehen des Kopfes. Zwei Leinen an der Jacke sind mit der Hose verbunden und

hindern mich daran, Kontrollblicke nach hinten zu werfen. Dazu kommt noch mein eingeschränktes Gesichtsfeld. Ich kann mir gar nicht mehr vorstellen im Alter Auto zu fahren, weil ich der Situation nicht gewachsen wäre. Das Problem ist, dass diese Gebrechen sich kontinuierlich entwickeln. Viele ältere Menschen nehmen gar nicht mehr wahr, dass sie weniger Kontrolle über ihr Fahrzeug haben. Das Aussteigen ist genau so mühsam wie das Einsteigen. Eine Hilfe, die schon heute in gewissen Automodellen eingebaut ist, sind erhöhte Sitze. Beim Lösen des Parktickets stellt sich mir die nächste Herausforderung. Die Anzeige auf dem digitalen Bildschirm ist viel zu klein und nicht kontrastreich genug. Im unter Teil des Helmvisiers ist zum Gelbfilter zusätzlich eine zweite Folie angebracht so dass ich an altersbedingter Weitsichtigkeit leide. Wäre ich sonst nicht normalsehend, hätte ich fremde Hilfe gebraucht, um ein simples Ticket zu lösen. Ich spüre eine Abhängigkeit, die mir sehr zu schaffen macht. Ich merke auch, dass sich Frau Stüben und mein Begleiter öfters nach mir umsehen. Vor allem beim Überqueren der Strasse heben sie schützend die Hand, so dass ich nicht in ein Auto laufe. Ich fühle mich wieder wie ein Kind. Im nächsten grossen Lebensmittelgeschäft angekommen, fällt mir besonders im Eingangsbereich die ungenügende Beleuchtung auf. In einem Elektronikgeschäft ist das Licht so dunkel, dass ich gar nicht erst hineingehen würde, weil ich genau weiss, dass ich Stunden hätte, um etwas zu finden. Es sind meistens simple Änderungen, die einem älteren Menschen mehr

Der Age Explorer ist eine Entwicklung des Meyer-Hentschel Instituts, Saarbrücken. Der Anzug soll vor allem junge Menschen das Alter physisch erleben lassen. Das Meyer-Hentschel Institut arbeitet unter anderem mit Unternehmen der Automobilindustrie, Lebensmittelgeschäften, der Tourismusbranche und Pflegefachleuten zusammen. Der Age Explorer wurde 1995 das erste Mal eingesetzt und seitdem weiter entwickelt. Das Verständnis für die Bevölkerungsgruppe der Senioren ist sehr wichtig, da laut dem Bundesamt für Statistik wird im Jahr 2030 ein Viertel der Bevölkerung in der Schweiz über 65 Jahre alt sein. (Vertretung in der Schweiz: Swiss Age Explorer Institute, Zürich, info@age-explorer.ch)

Unabhängigkeit ermöglichen würden. Die hellere Beleuchtung zum Beispiel wird von jüngeren Leuten gar nicht wirklich wahrgenommen, könnte aber den älteren Menschen helfen, sich besser und schneller zurechtzufinden. Ich bemerke nun auch, wie ich auf unterschiedliche Bodenbeläge reagiere. Es ist für mich sehr viel angenehmer, auf einem hellen, matten Untergrund zu gehen. Auf einem dunkeln Boden habe ich das Gefühl, nicht wirklich sicher zu sein, da sich Unebenheiten und Stufen oder sogar schon ein einfacher Schatten nicht von einem tatsächlichen Hindernis unterscheiden lassen. Mein Gang hat sich, seit ich den Anzug trage, völlig verändert. Ich schlurfe durch die Gegend, hebe meine Füsse nur ein Minimum an. Und ich habe wegen der gelben Folie das Gefühl, ständig auf glitschigen Boden zu gehen, weil sie Helligkeiten akzentuiert und die Lampen auf dem glatten Boden reflektiert werden.

Die Rolltreppe, die in das Lebensmittelgeschäft führt, meistere ich ganz gut. Die Lichtimpulse, die zwischen den einzelnen Stufen aufleuchten, zeigen mir den richtigen Moment für das Betreten der Rolltreppe an. Unten angekommen, kaufe ich zuerst Früchte. Die grösste Herausforderung für mich ist, den feinen Plastiksack zu öffnen, um die Früchte einzupacken. Wegen meinen Handschuhen habe ich kein Fingerspitzengefühl mehr und klaube gefühlte fünf Minuten daran rum. Das fehlende Gefühl ist die Folge einer Verringerung der Tast-Nervenzellen in den Fingerspitzen. Das gleiche Spiel wiederholt sich bei den Kleinbrotchen. Ein weiteres Hindernis ist die Lage der Plastiktüten. Ich muss auf die Knie gehen, um sie zu erreichen. Als ich ein normales Brot kaufen will, fehlt der Preis. Erst nach langem Nachfragen an der Theke weiss ich wieviel es kostet.

Grosse Probleme habe ich mit den Verpackungen. Meistens steht zu viel drauf und ich kann wegen meinem getrübteten Sehvermögen kontrastarme Beschriftungen nicht lesen. Steht also zum Beispiel eine rote Schrift auf einem orangen Hintergrund, verschwimmen die Angaben vor meinen Augen. Die Serviervorschläge, welche den Inhalt bebildern, helfen bei der Auswahl. Sie sind aber oftmals zu kontrastarm, so dass die Gerichte zu einem unansehnlichen Brei verschwimmen. Häufig stehen auf der Packung zu viele Informationen, eine Folge davon sind zu kleine Schriftgrössen. Und was ich nicht lesen kann, kaufe ich nicht.

Ein gutes Beispiel für seniorenfreundliches Design sind die San Pellegrinoflaschen. Sie haben in der Mitte eine Einbuchtung, so dass ich sie gut greifen und halten kann. Flaschen von anderen Anbietern rutschen mir wortwört-

lich aus der Hand. Die Anordnung der Artikel ist für meine Körpergrösse angemessen. Ich kann alles mit anstrengendem Strecken erreichen. Als wir zu den Hygieneartikeln gelangen, greife ich automatisch zu Produkten, die sich leicht öffnen lassen. Wichtig ist dabei auch eine Markierung, die den Deckel definiert und die zeigt, ob das Produkt geöffnet oder geschlossen ist. Nicht zu unterschätzen ist auch der Kraftaufwand. Senioren benötigen häufig Hilfsmittel beim Öffnen von Flaschen. Die Deckel sollten nicht zu klein und perforiert sein. Beim Zahlen ist die Kommunikation mit der Verkäuferin wegen meiner Müdigkeit und dem Hintergrundlärm schwierig. Ich bin froh, dass ich mit einer 50-Franken-Note zahlen kann und kein Kleingeld hervorklauben muss. Die Cumuluskarte suche ich gar nicht erst, weil ich meine, die genervten Blicke der andere in der Schlange schon zu spüren.

Zum Schluss teste ich noch einen Bancomaten. Meine Karte wäre fast wieder eingezogen worden, weil ich sie nicht herausziehen konnte. Die Tasten aber waren gross genug, nur die Schrift auf dem Bildschirm sollte per Option vergrössert werden können. Die Banken legen heute schon grossen Wert auf die altersgerechte Betreuung der Generation 60plus. Es wird immer häufiger älteres Personal eingestellt, das sich in die Situation der Kunden hineinversetzen kann. Das mag sicher mit der grossen Finanzkraft dieser Bevölkerungsgruppe zusammenhängen.

Als ich den Anzug wieder los bin, fühle ich mich erleichtert. Nicht nur wegen den acht Kilo weniger Gewicht, sondern auch, weil ich endlich wieder richtig hören kann. Die Einschränkung meines Gehörs hat mir am meisten zu schaffen gemacht. Dass die Welt viel bunter ist als unter meinem Helm, habe ich in den zweieinhalb Stunden schon vergessen und ich bin darum um so mehr überrascht.

Die Erfahrung hat mich gelehrt, mehr Rücksicht zu nehmen und nicht zu denen zu gehören, die vor Ungeduld die Augen verdrehen. Im Moment muss ich sagen, dass ich mich nicht freue, alt zu werden. Ich hoffe einfach, ich kann mich dann nicht mehr erinnern, wie einfach alles früher einmal war.

Dank:

an Ruth Stüben vom Swiss Age Explorer Institute, Zürich, und an Gundolf Meyer-Hentschel vom Meyer-Hentschel Institut, Saarbrücken

Quellen:

Age Explorer® – Brücke für mehr Verständnis zwischen den Generationen
www.swissinfo.ch/ger/Home/Archiv/Foederalismus_auch_bei_den_Bevoelkerungszahlen.html?cid=5854564

IMPRESSUM

swissfuture Nr. 04/11

Offizielles Organ der swissfuture

Schweizerische Vereinigung für Zukunftsforschung,
Organe officiel de la Société suisse pour la recherche prospective

38. Jahrgang

Herausgeber

swissfuture
Schweizerische Vereinigung für Zukunftsforschung
c/o Büro für Kongressorganisation GmbH Claudia Willi
Kasimir-Pfyffer-Strasse 2
6003 Luzern
T: +41 (0)41 240 63 33
M: +41 (0)79 399 45 99
future@swissfuture.ch

Co-Präsidium

Cla Semadeni, Dr. Andreas M. Walker

Chefredaktion

Basil Rogger, Francis Müller

Redaktion

Rodolfo Bindschädler, Sabina Bösch, Dominik Rohr, Jeannine Funkhouser,
Mario Hipleh, Maja Nicolin, Anaïs Hostettler, Fabienne Walter

Bildredaktion

Rodolfo Bindschädler, Sabina Bösch, Dominik Rohr, Jeannine Funkhouser,
Mario Hipleh

Bilder

Dominik Rohr, Léa Girardin, Rodolfo Bindschädler

Layout

Rodolfo Bindschädler, Sabina Bösch, Dominik Rohr, Jeannine Funkhouser,
Mario Hipleh

Druck

UD Print, Luzern

Erscheinungsweise

4x jährlich

Einzelexemplar

CHF 30.-

Mitgliedschaft swissfuture

(inkl. Bulletin)

Einzelpersonen CHF 100.-

Studierende CHF 30.-

Firmen CHF 280.-

Zielsetzung der Zeitschrift

Das Bulletin behandelt die transdisziplinäre Disziplin der Zukunftsforschung, die Früherkennung sowie die prospektiven Sozialwissenschaften und es macht deren neuen Erkenntnisse der Fachwelt, Entscheidungsträgern aus Politik, Verwaltung und Wirtschaft und einer interessierten Öffentlichkeit zugänglich.

SAGW

Unterstützt durch die Schweizerische Akademie
der Geistes- und Sozialwissenschaften (SAGW), Bern. www.sagw.ch

ISSN 1661-3082

swissfuture

Schweizerische Vereinigung für Zukunftsforschung
Société Suisse pour des études prospectives
Swiss Society for Futures Studies



Mitglied der Schweizerischen Akademie
der Geistes- und Sozialwissenschaften
www.sagw.ch