

Kompetenznetz Alter(n)

«Ein neues Denken auslösen»



Ältere Semester sollen sich besser vernetzen, wie hier an der Seniorentagung im Lassalle-Haus.

ARCHIVBILD STEFAN KAISER

Studium mit 65? Initianten rufen zu mehr Engagement im Alter auf. Der erste Zuger Tag für ein aktives Altern ist Tatsache.

VON FALCO MEYER

«In der allgemeinen Vorstellung vom Altern geht es vor allem um Abbau», sagt Gerontologin Rita Balmer und ergänzt: «Abbau von körperlicher Leistungsfähigkeit, sozialem Kontakt und so weiter.» Eine fatale Einstellung, so Balmer, und ein gesellschaftlicher Verlust. Denn die heutige ältere Generation habe sich ein Leben lang Kompetenzen angeeignet, die auch nach dem Ausstieg aus dem Berufsleben für die Gemeinschaft wichtig wären. «Deshalb wollen wir ein neues Denken auslösen, dass das Potenzial der älteren Leute, ihre Ressourcen und ihre Kompetenz in den Vordergrund stellt.»

Zu diesem Zweck lädt das Kompetenznetz Alter(n) am 21. März zum ersten Zuger Tag für ein aktives und engagiertes Altern ins Casino in Zug. Projektleiterin Balmer: «Wir wollen mit

den Leuten über die Potenziale des Alterns diskutieren, Problemfelder eruieren, Lösungen finden, und vor allem ein neues Engagement für das eigene Alter bewirken.» Neben einem Vortrag des Soziologen Peter Gross über das Altern als Glücksfall werden an diesem Tag auch sechs Pensionierte über ihre Aktivitäten und Weiterbildungsprozesse im Alter berichten: Eine Frau etwa, die mit 65 ein Unistudium begonnen hat, oder jemand, der seine Spiritualität auf dem Jakobsweg entdeckte.

Soziale Netze schaffen

Denn die meisten schoben die Gedanken ans Alter bis zur Pensionierung hinaus, und stünden dann mit leeren Händen da, so Hans-Rudolf Enggis, Präsident des Kantonalen Seniorenverbandes: «Dann hocken sie am ersten Montag nach der Pensionierung zu Hause und haben weder Hobbys noch sonst etwas zu tun. Die Frau will sie nicht herumlungern sehen, und gerade mal drei Tage vorher waren sie noch wer in der Firma.»

«Wir wollen mit den Leuten über die Potenziale des Alterns diskutieren.»

RITA BALMER, PROJEKLEITERIN

Anders bei Frauen, so Enggis: «Sie sind meistens besser organisiert, führen entweder sowieso den Haushalt immer weiter oder machen Weiterbildungen.» Viele Leute wollen gerade nach der Pensionierung alle die Dinge tun, die sie sich vorenthalten hatten, so Balmer: «Reisen, Hobbys usw. Nach fünf Jahren ist das aber bei allen vorbei, und es kommt das grosse Loch.» Damit das nicht geschieht, müsse man sich so schnell wie möglich soziale Netze schaffen, so die Botschaft. Und das geschehe, sagt Therese Arnet von Benevol, am einfachsten über ehrenamtliche Arbeit: «Freiwilligenarbeit hat eine starke soziale Rolle. Wer sich engagiert, hat schnell ein soziales Netz, das ihn auch in schlechteren Tagen trägt. Deshalb ist es wichtig, früh damit anzufangen, denn wer mit 60, 70 nicht bereit war, sich zu organisieren, der kann dies auch im hohen Alter nicht gut nachholen.»

Ob sich mit dem Aufruf des Kompetenznetzes die Leute zu mehr Engagement bewegen lassen, werden Balmer, Enggis und Arnet am Tag für ein

EXPRESS

- ▶ Die meisten Männer schieben die Gedanken ans Alter hinaus.
- ▶ Frauen sind meistens besser organisiert und machen eine Weiterbildung.

aktives Altern feststellen können. Balmer: «Ob wir auch die jüngeren, also Leute ab 55 ansprechen können, wissen wir nicht, wir hoffen es aber.» Anmeldungen habe es immerhin schon viele, sagt sie und scherzt lachend: «Ob die aber kommen, um wirklich etwas zu verändern, oder nur weils gratis ist, das wissen wir noch nicht.» Enggis ergänzt: «Und dass wir auch die Personen ansprechen können, die nicht von sich aus schon sehr motiviert und engagiert sind, sondern es wirklich nötig haben.»

HINWEIS

▶ Der erste Zuger Tag für ein aktives und engagiertes Altern findet am 21. März im Casino Zug statt. Eintritt frei, Anmeldung erforderlich. Türöffnung um 8 Uhr. ◀