

Die neuen Herbstfarben

Autor(en): **Mettler, Rebecca**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung**

Band (Jahr): **83 (2005)**

Heft 9

PDF erstellt am: **11.09.2024**

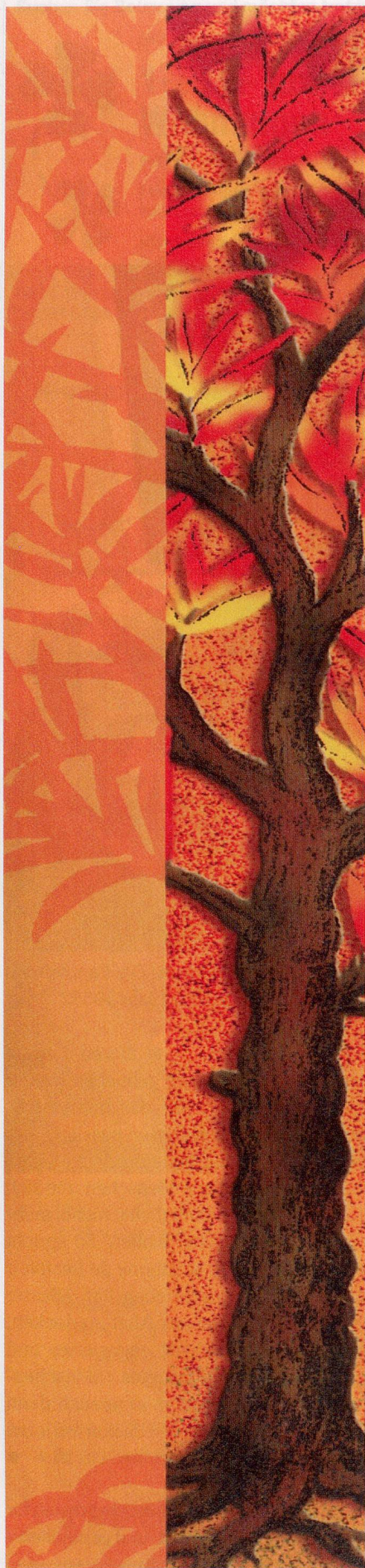
Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-725575>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



Die neuen Herbstfarben

Ende Oktober findet in Basel zum zweiten Mal der Kongress «Herbstfarben» statt. Eine der Referentinnen zum Thema «Alter und Weisheit» ist Judith Giovannelli-Blocher.

VON REBECCA METTLER

Alt zu werden fällt heute vielen Menschen schwer. Sie setzen sich stattdessen zum Ziel, so lange wie möglich jung und dynamisch zu bleiben. Dafür investieren sie fleissig Geld in hautstraffende Kosmetika und mühen sich im Fitnessstudio übermässig ab. «Zu den grossen Leitsternen unserer Zeit gehören Schönheit, Schnelligkeit und Flexibilität», sagt Judith Giovannelli-Blocher, Referentin am diesjährigen «Herbstfarben»-Kongress. «Doch mit dem Alter werden wir weder schöner noch flexibler, dafür aber langsamer und unbeweglicher.» Natürlich habe man sich früher auch nicht wirklich auf den letzten Lebensabschnitt gefreut, betont die ehemalige Leiterin von Kursen zum Älterwerden. Aber es habe damals eine andere Gesellschaftsordnung geherrscht, in der die alten Menschen mehr Macht und Ansehen gehabt hätten. Zudem ist die Zeitspanne nach der Pensionierung deutlich kürzer gewesen. «Wir haben früher gesagt, die Alten würden noch ein wenig auf dem Feierabendbänkchen sitzen. Danach sind sie schon bald gestorben», erinnert sie sich.

Eigene Bedürfnisse erkennen

Inzwischen bleiben uns nach der Pensionierung voraussichtlich weit mehr als zehn Jahre, die es zu gestalten gilt. Heute sind alte Menschen zudem gesundheitlich meistens fit. Ihnen steht ein riesiges Angebot an Weiterbildung, sportlichen Betätigungen und verschiedensten Unterhaltungsmöglichkeiten zur Verfügung. Diese Themenkreise – sowie auch die Veränderung des Alltags nach dem Weg-

VIELSEITIGE VERMITTLERIN

Judith Giovannelli-Blocher wurde 1932 in der Nähe von Zürich geboren. Nach einer Ausbildung zur Sozialarbeiterin war sie Abteilungsleiterin der Fachhochschule für Sozialarbeit in Bern, dann freiberufliche Organisationsberaterin und Leiterin von Kursen zum Thema Älterwerden. Von ihr sind zwei Romane sowie ein Buch über das Alter («Das Glück der späten Jahre») erschienen.

fall der Erwerbstätigkeit und das Näherücken des Abschieds vom Leben – sind Stichworte, über die am Kongress «Herbstfarben» diskutiert wird. Daran nehmen unter anderen namhafte Experten wie der Sozialethiker Hans Ruh und der Psychotherapeut Peter Schellenbaum teil (siehe Kasten auf der rechten Seite).

Bei der Pensionierung denken viele vorerst an freie Zeit. «Endlich kann ich das tun, wofür ich bisher keine oder zu wenig Kapazitäten hatte», sagen sie sich. Doch dieser Vorsatz kann nicht immer realisiert werden. «Häufig setzt man gar nicht um, was man sich alles vorgenommen hat», ist die Erfahrung von Judith Giovannelli-Blocher. «Ausser man hat sich vorher schon damit beschäftigt.»

Bei vielen Menschen stelle sich nach der Pensionierung zuerst ein Vakuum ein, und zwar besonders bei solchen, deren Beruf bis dahin ihr hauptsächlichlicher Lebensinhalt war. «Deshalb sollte man schon früh mit der Vorbereitung auf das Leben nach der Pensionierung anfangen», ist sie überzeugt. Sich ausserhalb der Arbeitsstelle ein Interessengebiet zu suchen, sorgt also nicht nur für einen Aus-



Plädoyer für das Alter: Judith Giovannelli-Blocher ist überzeugt, dass man mit den Jahren auch gewinne.

gleich, sondern hilft auch, nach dem Wegfall der Arbeit eine Leerstelle zu füllen.

Unsere letzten Jahre sind ein Lebensabschnitt mit eigenen Ressourcen und Möglichkeiten. Judith Giovannelli-Blocher betont, dass man im Alter in vieler Hinsicht auch gewinne und nicht nur verliere. «Man kennt sich besser, kann sich selber Grenzen setzen und hat oft mehr Humor sowie Selbstironie durch den Abstand, den man zu sich selber gefunden hat», erklärt sie.

Stark im Alter

Überhaupt sei es erstaunlich, wie zäh, mutig und lernfähig alte Menschen seien. «Sie überstehen schwere Krankheiten, finden sich mit körperlichen Einschränkungen zurecht und wagen neue Schritte ins Leben», sagt die Autorin. Deshalb sei sie auch neugierig gewesen aufs Alter und habe nicht bemerkt, wann dieses bei ihr angefangen habe. Auch dürfe nicht vergessen werden, dass man in späten Jahren wesentliche persönliche Entwicklungen und Befreiungen erlebe, die früher vielleicht gar nicht möglich gewesen wären.

Die demografischen Entwicklungen zeigen, dass unsere Gesellschaft immer älter wird. Davor verschliessen auch alte Menschen nicht die Augen. «Sie er-

schrecken oft selbst darüber, was sie den Staat kosten», stellt die 73-Jährige fest. Dabei geht jedoch vielfach unter, wie gross das soziale Engagement der älteren Menschen ist. Sie springen in Lücken und leisten unentgeltlich wertvolle Arbeit. Zögen sie ihre freiwillige Unterstützung zurück, würde die Gesellschaft das schmerzhaft spüren. Insofern sei es falsch, die Alten vor allem als Last zu bezeichnen, so die ehemalige Sozialarbeiterin.

Gerade weil das Verhältnis zwischen Jungen und Alten eher angespannt sei, müssten ihre freiwilligen Leistungen erkannt und mehr geschätzt werden. «Es muss vermehrt darüber nachgedacht werden, wie das Wissen, die Fähigkeiten und das Verantwortungsbewusstsein der älteren Menschen besser genutzt werden können», erläutert Judith Giovannelli-Blocher. Das würde den Jungen und der ganzen Gesellschaft zugute kommen. ■

KONGRESS «HERBSTFARBEN»

Am Wochenende vom 22./23. Oktober 2005 findet im Kongresszentrum Basel zum zweiten Mal der Kongress «Herbstfarben» statt. Er richtet sich an Menschen mit Lebenserfahrung. An alle also, die in der Altersarbeit tätig sind oder sich fachlich und persönlich mit dem Alter beschäftigen, sowie an Angehörige und Freunde von älteren Menschen. Diskutiert wird etwa über den Kampf der Generationen, über Liebe im Alter und das Leben nach der Pensionierung. Zu den Referenten gehören unter anderem alt Nationalrätin Judith Stamm, der Philosoph Hans Saner und der Direktor von Pro Senectute Schweiz, Marc Pflirter. Organisiert wird der Kongress von perspectiva, einem Institut für Aus- und Weiterbildung mit Sitz in Riehen BS. Pro Senectute Schweiz hat das Patronat und die Zeitlupe eine Medienpartnerschaft übernommen.

Programme und Informationen sind erhältlich bei: perspectiva, Postfach, 4125 Riehen, Telefon 061 641 6485, info@perspectiva.ch, www.herbstfarben.ch

