

**Zeitschrift:** Älter werden : das Angebot von Pro Senectute Kanton Zug

**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zug

**Band:** 8 (2002)

**Heft:** 16

**Vorwort:** Liebe Leserin, lieber Leser

**Autor:** Seeberger, Christian

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 19.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Liebe Leserin, lieber Leser

Es besteht Hoffnung.

Für uns wird der Mitmensch wieder wichtiger und für dauerhafte Beziehungen sind wir bereit, mehr zu tun. Wir wollen miteinander gut auskommen. Wir wollen uns in Rücksicht üben, wir wollen andere nicht mit allen Mitteln übertreffen und wir machen uns vermehrt Sorgen um andere.

Das Bedürfnis nach Nähe, Bindungen, nach Austausch von Gefühlen, nach Liebe, Wahrheit, Sinn und auch nach Ordnung nimmt zu. Das Streben nach materiellen Gütern wie Geld und Luxus wird zunehmend als hohl und sinnlos entlarvt.

Das «Heute-Hier» und «Morgen-Dort» wird in seiner Unverbindlichkeit durchschaut. Das moderne Credo von Mobilität, Flexibilität und Globalisierung ist uns verdächtig geworden. Wir wollen uns nicht der Unberechenbarkeit der ökonomischen Strukturen angleichen.

Wir wollen nicht Wechselkursen und Aktien gleich behandelt werden. Das Gespenst vom «flexiblen Menschen» (Richard Sennett) ist auf dem Rückzug. Seine Zeit ist um. Wir wollen uns wieder festlegen, Wurzeln schlagen dürfen. Überschaubarkeit ist gefragt.

Es besteht Hoffnung. Zumindest in Deutschland, wenn wir den oben zitierten Ergebnissen der «Giessen-Test-Studie» zur Millenniumswende trauen dürfen.

Tatsache ist, dass an jedem Pensionierungskurs von Pro Senectute Kanton Zug ohne Ausnahme drei Dinge im Mittelpunkt stehen, die sich die Teilnehmenden, die wir uns letztlich alle für die Zukunft erhoffen: Gesundheit, soziale Bindungen und die Ausübung einer sinnvollen Tätigkeit. Und was wir uns erhoffen, wollen wir auch erreichen. Also bewegen wir uns, treiben Sport, essen gesund, trinken viel, pflegen Beziehungen, kümmern uns um Mitmenschen, sind geistig aktiv, zeigen Interesse, sind offen für Neues, für die Welt, gehen auf Mitmenschen zu, versuchen mit Einschränkungen umzugehen, machen uns nützlich, wollen auch das Positive wahrnehmen, haben die Menschen, die Tiere, unsere Umwelt gern ...

Eine eindrückliche Tatsache fällt Ihnen beim Blättern im neuen «älter werden» auf. Da begegnen Ihnen Seniorinnen und Senioren, die sich für andere einsetzen und sich um andere sorgen, die ihr Können, ihre Fertigkeiten und ihr Wissen anderen zur Verfügung stellen, die dauerhafte Beziehungen pflegen – z. B. in allen Musik-, Sprach- und Sportgruppen –, die nach «Wahrheit», die nach Ausdrucksweisen suchen, die sich mit der eigenen Persönlichkeit auseinander setzen, die Fragen stellen und nach Antworten ringen, die geben und dadurch erhalten, die Zeit für sich und Zeit für andere haben.

Und es gibt viele Seniorinnen und Senioren, die teilnehmen und mitmachen, die sich neue Ziele setzen, die Visionen entwickeln ...

Da ist die Vision vom MusikRaum-Zug einer Zuger Seniorin. Die Region Zug als klingender Raum, in dem sich mehr ältere Menschen mit Musik beschäftigen, für das eigene Wohlbefinden, für das Zusammenleben generell (Rubrik «Musik und Tanz»).

Da ist der Anspruch, unserem Leben immer wieder neu Richtung und Sinn zu verleihen (Kurs «Meine persönliche Zukunfts-Vision») und dort sieht Werner Fritschi die Chance, aus erlebten und begriffenen Dingen das Altwerden neu oder gründlich zu lernen (Kurs «[K]EIN BISSCHEN WEISER ...»). Hans Küttel erhellte die spannende Welt der Kommunikation und im Projekt PSART erhalten Sie die Möglichkeit, Einsichten in das Arbeiten und die Ausdrucksweisen von jüngeren Kunstschaaffenden der Sparten Bildende Kunst, Literatur und Musik zu gewinnen.

Es besteht Hoffnung. Denn seit längerem wird vermutet, dass sich die Zahl der Hirnzellen durch Lernen, Bewegung und Geselligkeit erhöht, sich also lebenslang neue Zellen – mindestens in zwei Hirnregionen – bilden können. Und die Vermutungen scheinen sich tatsächlich zu bestätigen.

Lernen. Bewegen. Gemeinschaft(en) bilden. Machen Sie auch mit? Machen auch Sie mit!

Christian Seeberger