

**Zeitschrift:** PS-Info : Neues von Pro Senectute Schweiz  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** - (2011)  
**Heft:** 4: Alter kann schön und schwierig sein

**Artikel:** Unterwegs zum "vierten" Alter  
**Autor:** Seifert, Kurt  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-788165>

### **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:** 22.01.2026

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

# Editorial

**Jeder will alt werden, aber niemand alt sein**



Früher rechnete man die über 75-Jährigen zu den Ältesten. Die höhere Lebenserwartung hat heute dazu geführt, dass erst die über 80-Jährigen zu den Hochaltrigen gezählt werden. Mit zunehmendem Lebensalter steigt der Anteil der Alleinstehenden und der Frauen. Das hohe Alter wird singularisiert und feminisiert.

Wenn wir über die Sprachgrenzen sehen, fällt auf, dass im Französischen

Hochaltrigkeit als «grand âge» bezeichnet wird. Trotz oft genannter Einschränkungen und Gebrechen wird hier auf etwas Grosses und Kostbares verwiesen.

Hochaltrigkeit kann uns überall und sehr vielfältig begegnen, weil auch sie im Wandel ist. Dies zeigen die verschiedenen Beiträge dieser Nummer. Sie zeigen die Grenzen der Medizin auf, beschreiben Wohnformen im hohen Alter im Wallis und bringen uns den Besuchsdienst im Kanton Schwyz näher. Das Porträt dieses Angebots gibt auch einen guten Einblick in die Freiwilligenarbeit bei Pro Senectute.

Die meisten Menschen wünschen sich, bis ans Lebensende im eigenen Heim zu verbleiben und gut zu altern. Pro Senectute unterstützt diese Wünsche mit verschiedenen Dienstleistungen und dem Einsatz von engagierten Freiwilligen.

Charlotte Fritz, Leiterin Soziales, Prävention & Forschung, Mitglied der Geschäftsleitung

THEMA

## Unterwegs zum «vierten» Alter

**Die durchschnittliche Lebenserwartung nimmt weiterhin zu und immer mehr Menschen erreichen ein sehr hohes Alter. Dies stellt die Individuen wie die Gesellschaft im Ganzen vor neue Herausforderungen. Pro Senectute bietet Unterstützung an.**

**Kurt Seifert** – Leiter des Bereichs Forschung und Grundlagenarbeit, Pro Senectute Schweiz

Demografische Daten und Prognosen geben Gelegenheit, Stimmungen zu schüren und Schreckensmeldungen zu verbreiten: Wir werden zu alt, wir haben zu wenig Kinder, wir können uns die Altersvorsorge nicht mehr leisten, unsere Kinder und Enkel werden dereinst keine AHV mehr bekommen ... Solche apokalyptischen Botschaften kommen im Geist der Wissenschaften daher, blenden aber – ob durch Nachlässigkeit bedingt oder mit Absicht, das sei dahingestellt – wesentliche Zusammenhänge aus. So wird beispielsweise übersehen, dass die Verringerung der

Geburtenrate wie die Abnahme der verlorenen Jahre durch vorzeitigen Tod zivilisatorische Errungenschaften darstellen, die kaum jemand aufgeben möchte. Weshalb sollte es nicht möglich sein, eine Gesellschaft zu verwirklichen, die genau diese Fortschritte schützt?

Mit der Verlängerung des Lebens geht zugleich eine Differenzierung des Alters einher. Die Lebensphase nach der Beendigung der Erwerbstätigkeit ist bei vielen Menschen durch ein weiterhin hohes Mass an Eigenständigkeit geprägt. Je nach materieller Ausstattung können die Angehörigen des «dritten» Alters eine Zeit mit mehr oder weniger starker Selbstbestimmung geniessen. Sie widmen sich Enkelkindern und Freunden, gehen ihren Hobbys nach oder auf Reisen. Doch die Anzeichen schwindender Kräfte und zunehmender Abhängigkeit von anderen Menschen lassen sich nicht vermeiden. Es kündigt sich der Übergang zu einem «vierten» Alter an, das durch vermehrte Hilfsbedürftigkeit bestimmt wird.

### Last für die Gesellschaft?

Einer der führenden Altersforscher unseres Landes, François Höpflinger, weist darauf hin, dass das dritte Lebensalter heute eine «gesellschaftliche Aufwertung» erlebe. Gleichzeitig konzentrierten sich «die traditionellen negativen Bilder über das Alter immer stärker auf das hohe, in seiner individuellen Gestaltungsautonomie eingeschränkte Lebensalter». Die zu erwartende wachsende Zahl von Pflegebedürftigen werde als «Belastung für den sozialpolitischen Generationenvertrag» wahrgenommen. Dabei gilt auch hier, die Kunst der Unterscheidung zu üben: Die Daten über den gegenwärtigen Anteil der auf Pflege angewiesenen Menschen an der jeweiligen Altersgruppe dürfen nicht einfach in die Zukunft fortgeschrieben werden. Auf jeden Fall sind veränderte Lebensumstände sowie Verbesserungen im medizinisch-technischen Bereich in Rechnung zu stellen.

Wenn das hohe Alter in erster Linie als eine Last wahrgenommen wird, dann liegt die Frage nahe, wie man sich dieser am besten entledigen könne.

Die vorgeschlagenen Lösungen bleiben oft diffus – und dies nicht ohne Grund: Würden sie zu Ende gedacht, dann käme ethisch höchst Bedenkliches zum Vorschein. Sollte den pflegebedürftigen Menschen etwa nahegelegt werden, sich mittels Sterbehilfe vom Leben zu verabschieden, um dem Staat beim Kostensparen zu helfen? Oder sollten nur jene eine ausreichende Pflege erhalten, die finanziell vorgesorgt haben? Mit solchen Vorschlägen gerät man schnell auf eine abschüssige Bahn, auf der es dann kein Halten mehr gibt.

### Kostbarkeit des Lebens

Das hohe Alter gehört genauso zum Leben wie die Kindheit, die Jugend und die Zeit des beruflich-familiären Aktivseins. Wenn immer mehr Menschen dank zivilisatorischer Fortschritte diese Phase erreichen können, dann sollte dies nicht Grund zur Klage sein. Wie alle vorangehenden Lebensalter, so zeigt auch diese letzte Etappe menschlicher Existenz ihre ganz spezifischen Bedingungen. Der Blick von aussen nimmt eher die Probleme wahr. Mancher Jüngere ist verwundert zu hören, dass sehr alte Menschen sagen, sie würden gerne leben – trotz aller Einschränkungen und Gebrechen, die den Alltag erschweren. Die Erfahrung der Endlichkeit muss nicht deprimieren. Sie kann auch das Bewusstsein für die Kostbarkeit des in diesem Moment gelebten Lebens schärfen.

Damit das hohe Alter nicht als individuelle und kollektive Bedrohung erscheint, bedarf es angemessener Rahmenbedingungen. Bei hochaltrigen Menschen nimmt das Bedürfnis nach Sicherheit stark zu. Sie benötigen verlässliche Unterstützung – sei dies in ihrem eigenen Zuhause oder in einer entsprechenden Institution. Gerade beim Übergang von einem durch Selbstständigkeit geprägten Leben hin zu einer Zeit vermehrter Hilfsbedürftigkeit sind die sozialen Netze gefordert. Auch die Unterstützerinnen und Unterstützer brauchen Rückhalt: Sie sind auf Einrichtungen wie Pro Senectute, Spitex und Pflegeheime angewiesen. Die dafür notwendigen personellen wie finanziellen Mittel müssen vorhanden sein. Ohne den Konsens, dass die Sorge um die hochaltrigen Menschen auch eine



Foto: Béatrice Ropers

*Wie alle vorangehenden Lebensalter, so zeigt auch das hohe Alter, diese letzte Etappe menschlicher Existenz, seine ganz spezifischen Bedingungen.*

gesellschaftliche Aufgabe ist, geht es nicht!

### Unser Auftrag

Es gehört zum Auftrag von Pro Senectute, gerade auch für die Frauen und Männer im hohen Alter da zu sein, von denen längst nicht alle in Pflegeeinrichtungen leben. In der Sozialberatung ist der Übergang vom «dritten» zum «vierten» Alter ein wichtiges Thema. Auch in den Bereichen Sport und Bildung gibt es spezifische Angebote, die sich an die Hochaltrigen wenden. Nicht zuletzt gehört die Informations- und Aufklärungsarbeit zu den zentralen

Aufgaben von Pro Senectute. Wir wollen dazu beitragen, dass die sehr alten Menschen als Teil unserer Gesellschaft wahrgenommen, ihre Bedürfnisse und Anliegen ernst genommen werden.

«L'air du temps – Hochaltrigkeit im Wandel» lautet der Titel des Kongresses der Schweizerischen Gesellschaft für Gerontologie, der am 2./3. Februar 2012 in Freiburg stattfinden wird. Nähere Informationen unter [www.sgg-ssg.ch](http://www.sgg-ssg.ch).