

Zeitschrift: Zenit
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Luzern
Band: - (2011)
Heft: 2

Inhaltsverzeichnis

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: 01.02.2026

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



inhalt

Wir Methusalems

In den reichen Industrienationen ist der Menschheits-
traum vom langen Leben für viele zur Realität gewor-
den. In der Schweiz leben Männer und Frauen heute
durchschnittlich während über zwanzig Jahren im
Rentenalter. Noch vor einhundert Jahren lag die
Lebenserwartung dreissig Jahre tiefer. Heute zählt
unser Land 1300 Hundertjährige und Ältere. Studien
gehen davon aus, dass fünfzig Prozent aller Neugebo-
renen hundert Jahre alt werden, sofern sich die
Lebensumstände nicht verändern.

Wie alt ein Mensch wird, hängt auch von anderen
Faktoren ab. Dabei spielen die Gene, aber auch das
Geschlecht eine Rolle. Frauen werden älter als Männer,
was u.a. auf ein besseres Gesundheitsbewusstsein
zurückgeführt wird. Die Wissenschaft vertritt die
Ansicht, dass man seine Lebenserwartung durch
richtiges Verhalten um bis zu 14 Jahre erhöhen kann.
Die steigende Lebenserwartung und die hinzugewonne-
nen Lebensjahre bedeuten für die meisten einen
Gewinn an aktiver und gesunder Lebenszeit. Sie wird
allerdings für die Gesellschaft grosse Auswirkungen auf
die ökonomischen, sozialen, kulturellen, psycholo-
gischen und spirituellen Bereiche unseres gesamten
Lebens haben. Es hängt von der Gestaltungskraft
unserer Gesellschaft ab, wie unsere Welt in den
nächsten Jahrzehnten aussehen wird, auch was langes
Leben betrifft. Wenn es uns gelingt, die Stärken und
Kompetenzen der Älteren besser zu nutzen und die
zunehmende Alterung als Bereicherung zu sehen,
werden wir den demografischen Wandel problemlos
meistern. Methusalem, der laut dem 5. Buch der
Genesis 969 Jahre alt wurde, soll am Ende seines
Lebens gesagt haben: «Es gibt nichts, was es nicht
gibt.» In diesem Sinne freue ich mich mit Ihnen auf ein
möglichst langes, gesundes und erfülltes Leben.

Ihr

Peter Dietschi

Geschäftsleiter Pro Senectute Kanton Luzern

Impressum
ZENIT ist ein Produkt
von Pro Senectute
Kanton Luzern

Redaktionsadresse
ZENIT, Pro Senectute
Kanton Luzern,
Bundesplatz 14,
6002 Luzern
Telefon: 041 226 11 88
Fax: 041 226 11 89
E-Mail:
info@lu.pro-senectute.ch

Redaktionsteam
Peter Dietschi, Jürg
Lauber, Monika Fischer,
Bernhard Schneider
(Bildung + Sport)

Layout/Produktion
Theodor Bilger
Emil Mahnig
Marianne Noser
papercommunication ag

Inserate
Pro Senectute Kanton
Luzern, Geschäftsstelle

Druck und Expedition
Vogt-Schild Druck AG
Gutenbergstrasse 1
CH-4552 Derendingen

Auflage
30 000

**PRO
SENECTUTE**
KANTON LUZERN

- 4 **IM ZENIT**
Im Gespräch mit Ida Glanzmann.
- 8 **GEBRECHLICHKEIT**
Lothar Müller über Grenzen der Vitalität.
- 10 **LEBENSÜBERGÄNGE**
Psychologe Rudolf Bähler ermuntert
Ältere, das Leben selber zu gestalten.
- 12 **OKINAWA**
Zu Besuch im Süden Japans, wo welt-
weit am meisten Hundertjährige leben.
- 15 **HUNDERTJÄHRIGE**
Drei Hundertjährige aus Luzern
berichten von gestern und heute.
- 22 **LEBENSERWARTUNG**
Laurence Seematter über Langlebigkeit.
- 24 **WOHNEN FÜR HILFE**
Generationenübergreifendes Projekt.
- 25 **VERWAHRLOSUNG IM ALTER**
Rückblick auf die 11. Fachtagung.
- 26 **FREIWILLIGE**
Frühlingskonzert im KKL als Dankeschön.
- 27 **ALZHEIMERVEREINIGUNG**
Persönliche Belange rechtzeitig regeln.
- 28 **LUZERNER SINFONIEORCHESTER**
Numa Bischof Ullmann im Interview.
- 32 **AGENDA**
Was wann wo los ist.
- 34 **ES WAR EINMAL ...**
Beizentour im «alten» Luzern.
- 37 **GELDRATGEBER**
Isabel Glur zum Aktionärs-Sparkonto.
- 39 **GUT ZU WISSEN**
Wichtige Adressen von Pro Senectute
Kanton Luzern.