

**Zeitschrift:** Zenit  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Luzern  
**Band:** - (2014)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Freiwilligenarbeit im Alter hat Zukunft  
**Autor:** Höpflinger, François  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-820899>

#### 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>**

# Freiwilligenarbeit im Alter hat Zukunft

Seit einiger Zeit erfährt Freiwilligenarbeit, insbesondere diejenige älterer, pensionierter Frauen und Männer, eine soziale Neuaufwertung. Während der Anteil der Menschen – die sich organisiert oder unorganisiert freiwillig engagieren – zurückgeht, werden selbstbestimmte Tätigkeiten immer wichtiger.

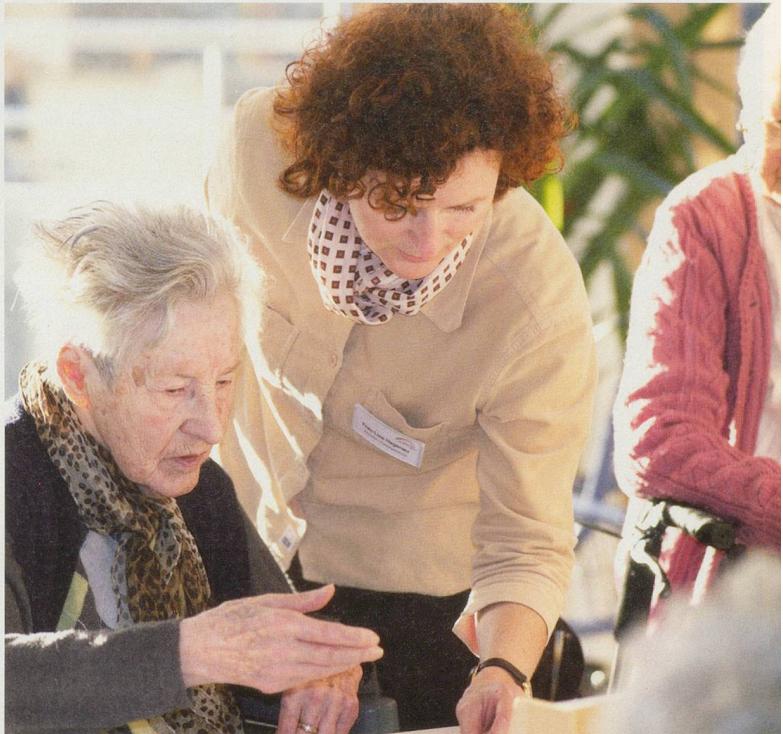
VON PROF. FRANÇOIS HÖPFLINGER\*

Bei der neuen Diskussion um die Freiwilligenarbeit stehen zwei Argumentationsfelder im Zentrum: Erstens wird deutlich, dass in einer demografisch alternden Gesellschaft manche soziale, kulturelle, pflegerische, sportliche und politische Aufgaben ohne Engagement älterer Frauen und Männer nicht mehr erfüllt werden können. Ohne aktives zivilgesellschaftliches Engagement älterer Menschen funktionieren moderne Gesellschaften nicht mehr. Staatliche Sparmassnahmen erhöhen den Bedarf nach unbezahlten sozialen Leistungen. Gleichzeitig zeigt sich, dass neue Generationen älterer Frauen und Männer nicht nur länger leben, sondern auch länger gesund, aktiv, kompetent und innovativ verbleiben, was das Potenzial an zivilgesellschaftlichem Engagement im Alter erhöht.

Zweitens belegen empirische Studien, dass Menschen, die sich auch nach dem Ende ihrer Berufskarriere engagieren, im Alter ein höheres Wohlbefinden und bessere soziale Beziehungen aufweisen. Freiwilligenarbeit ist ein wirksames Instrument für ein gutes Altern, auch weil durch soziales oder kulturelles Engagement das Risiko sinkt, die Zeit nach der Pensionierung als sinnlos zu erleben. Die Teilnahme in intergenerationalen Projekten erlaubt älter werdenden Menschen, neue Beziehungen zu jüngeren Menschen zu knüpfen, und selbstbestimmte Aktivitäten mit anderen älteren Menschen verringern die Gefahr von Isolation und Vereinsamung.

Die gesellschaftlichen wie individuellen positiven Wirkungen einer Freiwilligenarbeit 60+ sind unverkennbar. Allerdings darf daraus nicht der voreilige Schluss gezogen

Foto: Prisma/Blickwinkel

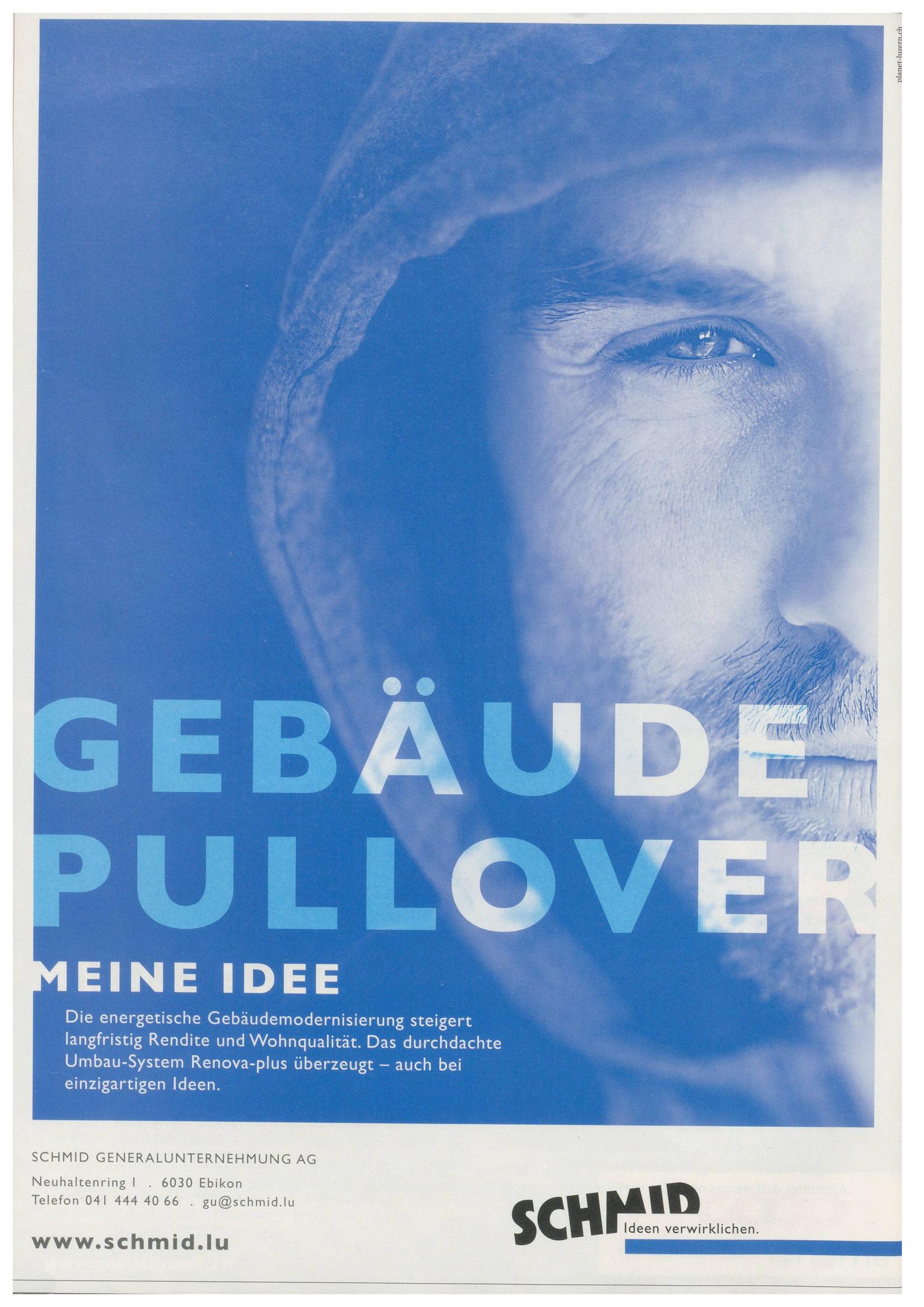


**Ohne freiwilliges Engagement** älterer Menschen könnten viele soziale und pflegerische Aufgaben nicht mehr erfüllt werden.

werden, dass freiwilliges Engagement zu einer «neuen Pflicht des Alters» werden soll, wie auch sozial-romantische Vorstellungen, dass Freiwilligenarbeit alle sozialen Probleme kostengünstig zu lösen vermag, kritisch zu hinterfragen sind.

Interessanterweise steht die soziale und sozialpolitische Aufwertung der Freiwilligenarbeit 60+ in Widerspruch zu tatsächlichen Trends: Erstens hat sich der Anteil von Menschen, die sich organisiert oder unorganisiert freiwillig engagieren, in den letzten 16 Jahren in allen Altersgruppen verringert. Manche soziale, kirchliche oder politische Gruppierungen verzeichnen Mühe, genügend Mitglieder für unbezahlte Nebenaktivitäten zu gewinnen. Dies kann damit zusammenhängen, dass heutige Frauen und Männer beruflich oft so stark gefordert und gestresst sind, dass für ausserberufliche Engagements keine Kräfte mehr verbleiben.

Bei pensionierten Menschen können individuelle Selbstverwirklichung und der Wunsch, bisher Verpasstes nachzuholen – wie Reisen, Bildung, Freundschaftsbeziehungen –, dazu beitragen, dass Pensionierte Mühe zeigen, sich wieder fest für neue Aufgaben zu verpflichten.



# GEBAUDE PULLOVER

## MEINE IDEE

Die energetische Gebäudemodernisierung steigert langfristig Rendite und Wohnqualität. Das durchdachte Umbau-System Renova-plus überzeugt – auch bei einzigartigen Ideen.

SCHMID GENERALUNTERNEHMUNG AG

Neuhaltenring 1 . 6030 Ebikon

Telefon 041 444 40 66 . gu@schmid.lu

[www.schmid.lu](http://www.schmid.lu)

**SCHMID**  
Ideen verwirklichen.

Zweitens zeigt sich nicht, dass Frauen und Männer nach ihrer Pensionierung vermehrt freiwillig engagiert sind. Dass Menschen nach Ende der Erwerbsarbeit mehr Zeit haben, führt nicht zu einem markanten Anstieg der Freiwilligenarbeit. Zumeist sind auch im Alter diejenigen engagiert, die schon vorher stark engagiert waren. Zeitliche Ressourcen sind für ein soziales Engagement weniger bedeutsam als vorhandene soziale Beziehungen. Entsprechend funktioniert die Rekrutierung neuer Freiwilliger primär über persönliche Kontakte (und nicht über allgemeine Aufrufe).

Drittens unterliegt auch freiwilliges Engagement – wie andere Aktivitätsformen im Alter – deutlichen sozialen Unterschieden: Engagiert sind und verbleiben vor allem Personen mit guter Bildung, genügender wirtschaftlicher Absicherung und hoher sozialer Integration. Es existieren weiterhin grosse Gruppen älterer Frauen und Männer, die anderen keine Hilfe leisten können, weil sie selbst Hilfe benötigen.

Viertens nimmt freiwilliges Engagement im höheren Alter (75+) ab, auch aufgrund körperlicher Einschränkungen. Allerdings kompensiert ein wesentlicher Teil der Frauen und Männer, die sich altersbedingt nicht mehr aktiv für andere einsetzen können, dies durch Spenden. Die Gruppe der 70-jährigen und älteren Menschen gehört zu den grosszügigsten Spendern und Spenderinnen für soziale, religiöse, kulturelle und ökologische Zwecke.

Neue Generationen älterer Frauen und Männer sind zwar oft weiterhin bereit, sich auch nach ihrer Pensionierung zu engagieren, aber die Vielfältigkeit ihrer Interessen erzwingt eine klar zielgruppenspezifische Rekrutierung älterer Freiwilliger. Oft sind heutige ältere Menschen zudem nicht bereit, sich erneut in fremdbestimmte Strukturen einzubinden, sondern selbstbestimmte Tätigkeiten werden wichtiger (wie die wachsende Zahl aktiver Seniorengruppen belegt). Mehr ältere Menschen sind pensionierte Fachleute, die kaum mehr erpicht sind, sich für unqualifizierte Tätig-

## FREIWILLIGENARBEIT IN DER SCHWEIZ

prozentualer Anteil der freiwillig Tätigen nach Altersgruppen:

	15-24	25-39	40-54	55-63/64*	64/64-74*	75+
1997	38	49	52	50	52	26%
2013	27	31	36	39	41	21%

\* 1997: 55-61/64 J. bzw. 62/65-74 J.

Quelle: Schweizerische Arbeitskräfte-Erhebungen 1997 und 2013 (Modul: Unbezahlte Arbeit).

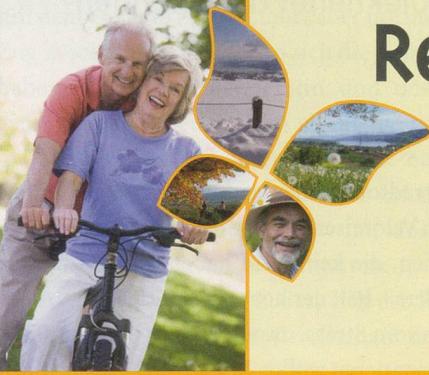
keiten (unerfahrenen) Professionellen unterzuordnen. Mehr ältere Frauen und Männer sehen auch nicht ein, weshalb sie immer alles unbezahlt leisten müssen, und neue Formen von teilbezahlter Freiwilligenarbeit werden an Bedeutung gewinnen.

Freiwilligenarbeit im Alter hat Zukunft, aber unter heutigen gesellschaftlichen Bedingungen erweist sich die Idee, dass durch eine verstärkte Freiwilligenarbeit älterer Menschen staatliche Mittel und professionelle Fachpersonen eingespart werden können, als verhängnisvolle Illusion.

Freiwilligenarbeit ist nicht mehr eine Ressource, die man unbesehen ausschöpfen oder ausnutzen kann, sondern wer heute Freiwillige sucht, muss in die Freiwilligen «investieren», durch Ausbildung, Anerkennung und Bereitstellung von Strukturen, die qualifizierte Freiwilligenarbeit von pensionierten Fachpersonen erlaubt. Da der grösste Teil der Freiwilligenarbeit im persönlichen Umfeld stattfindet, sind gute lokale Bedingungen – wie lokale Treffpunkte, kostenlose Sitzungsräume, gute Nachbarschaftskontakte usw. – entscheidend, ob sich in einer Gemeinde Menschen ausser- und nachberuflich engagieren oder nicht.

\* Prof. Dr. François Höpflinger, geb. 1948, verheiratet, 2 Kinder, 4 Enkelkinder. Seit 1994 Titularprofessor für Soziologie an der Uni Zürich. Seit 2009 selbstständige Forschungs- und Beratungstätigkeiten zu Alters- und Generationenfragen.

INSERAT



**Residenz-Suiten**  
mit Hotelstandard

- Exklusiver Ausbaustandard, 2.5 und 3.5 Zimmer (55-98m<sup>2</sup>)
- Einmalige Lage über dem Hallwilersee in Seengen AG
- Barrierefrei mit Tiefgarage und Lift
- Modulare Hotel-Leistungen

[www.Residenz-Eichberg.ch](http://www.Residenz-Eichberg.ch)



*Erstvermietung  
Bezug ab Okt. 14*

