

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 77 (1999)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Alter und Zukunft : das Leben - ein Marathonlauf  
**Autor:** Annen-Ruf, Margrit  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-724855>

### **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:** 10.01.2026

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



# Das Leben – ein Marathonlauf



Ein langes Leben wird zu einem Marathonlauf. Doch ältere Menschen bereichern die Gesellschaft mit eigenen Erfahrungen und Fähigkeiten.

Foto: ESSM  
Daniel Käsermann

Von Margrit Annen-Ruf

«Das Leben gleicht immer weniger einem Kurzstreckenlauf, sondern ist zu einem Marathonlauf geworden», sagte Uno-Generalsekretär Kofi Annan anlässlich der offiziellen Eröffnungsfeier zum Internationalen Jahr der älteren Menschen am 1. Oktober 1998 in New York. Dieser Marathonlauf bereitet uns einige Mühe. Er kann aber auch eine Chance sein.

**W**ie in allen andern Industrieländern haben auch bei uns die Menschen eine deutlich höhere Lebenserwartung als frühere Generationen: Der Anteil der über 60-Jährigen von rund sechs Prozent um 1900 ist heute auf rund 15 Prozent der Gesamtbevölkerung gestiegen. Mit dem Eintritt der geburtenstarken Jahrgänge und der zahlreichen Gastarbeiter der 60er und 70er Jahre ins AHV-Alter wird er in den kommenden Jahren weiter steigen. Die Freude über die an sich positive und letztlich erstrebenswerte längere Lebenszeit ist jedoch nicht ungetrübt. Zwar wollen alle alt werden, aber niemand will alt sein.

## Ein neues Altersbild

In unserer Gesellschaft hat das Alter noch allzu oft nur einen geringen Stellenwert. Der Austritt aus dem Erwerbs-

leben wird vielfach mit dem Verlust psychischer und physischer Fähigkeiten, mit Hilflosigkeit und Pflegebedürftigkeit, gleichgesetzt. Diese Haltung illustrieren auch die in der Werbung oft als dümmlich dargestellten Alten oder jene Stimmen, welche die politischen Rechte der Älteren in Frage stellen, weil sie deren Urteilsvermögen bezweifeln. Auch Begriffe wie «Grufti», «Altenberg» oder das so viel wie überzählig bedeutende Wort «Überalterung» zeugen von einer abwertenden und lieblosen Einstellung gegenüber älteren Menschen. Zur weit verbreiteten Meinung vom alten Menschen als blossem Kostenfaktor trägt das von Ökonomen und Politikern an die Wand gemalte Schreckensszenario von der überproportional wachsenden Zahl Älterer bei: die «Rentnerschwemme».



Wie manch anderes in unserer schnelllebigen, von Bildern und Schlagzeilen dominierten Welt ist dieses defizitäre Bild vom Alter jedoch viel zu vereinfachend. Es ist einseitig und wird dem älteren Menschen als Individuum nicht gerecht. Dabei soll nicht negiert werden, dass es durch das Alter bedingte Veränderungen – oft körperliche Beschwerden – oder pflegebedürftige und auf materielle Unterstützung angewiesene ältere Menschen gibt. Unbestritten ist auch die Tatsache, dass der steigende Anteil Älterer auf die AHV Auswirkungen haben wird. Es wird unumgänglich sein, über eine andere Finanzierungsart als das bisherige Umlageverfahren zu diskutieren, wenn diese auch in Zukunft gesichert sein soll. Schliesslich werden oft auch die Tatsachen übergangen, dass junge Leute ebenfalls kosten und auf materielle Unterstützung angewiesen sind und dass die im Rentenalter stehende Generation während ihres Erwerbslebens neben Beiträgen in die Pensionskasse und für die private Vorsorge auch AHV-Beiträge bezahlte.

Die Statistik des Bundesamtes für Konjunkturfragen zeigt, dass die Gesamtzahl der Nichterwerbstätigen, (Kinder, Jugendliche und Pensionierte zusammen genommen), auch in Zukunft nicht steigen wird: Fielen 1970 auf 100 Erwerbstätige 74 Nicht-Erwerbstätige, werden es im Jahr 2025 deren 72 sein. Im weiteren stellten zwei grosse Krankenkassen auf Grund von Individualdaten verstorbener Mitglieder fest, dass die demografische Alterung nichts zur Erklärung der steigenden Gesundheitsausgaben beiträgt. Wenn überhaupt, dann haben die zwar deutlich steigenden Kosten bei den 80-Jährigen und Älteren nur eine geringe Auswirkung auf die gesamte Kostensteigerung. Dies, weil der Anteil der Hochbetagten an der Gesamtbevölkerung relativ gering ist.

1997 führte unser Seniorenrat bei 80 Geschäften und Firmen verschiedener Branchen sowie bei Banken und Versicherungen in der Stadt Luzern eine Umfrage bezüglich Kaufkraft der über 60-Jährigen durch. Aus den 62 zurückgesandten Fragebogen ging hervor, dass die Älteren vor allem zur mittleren und oberen Kaufkraftklasse gehören. Obwohl nicht einmal ein Viertel aller Lu-

zernerinnen und Luzerner über 65 Jahre alt ist, bezahlen diese doch über 37 Prozent der städtischen Steuern. Besonders hervorgehoben wurde bei der Umfrage die gute Zahlungsmoral der Älteren.

### Ein Engagement – auch nach der Pensionierung

So wenig wie alt gleich arm oder umgekehrt gleich reich ist, so wenig ist alt gleich inkompetent und hilflos. Immerhin erforderten nur schon die enormen technischen Entwicklungen unseres Jahrhunderts von den heute über 70-Jährigen und Älteren ein hohes Mass an Flexibilität und Lernbereitschaft. Das sich so lange hartnäckig gehaltene negative Altersbild scheint denn auch allmählich ins Wanken zu geraten. Vermehrt sind ältere Arbeitnehmer, vorab Führungskräfte, auf dem Arbeitsmarkt wieder gefragt. Zum einen gewinnt offenbar die Erkenntnis an Bedeutung, dass Anpassungsfähigkeit und Flexibilität nicht an das Alter gebundene Fähigkeiten sind. Zum andern, dass andere Qualifikationen wie Wissen, Können und Erfahrung in der heutigen Arbeitswelt so wichtig sind und auch morgen sein werden wie jugendliches Draufgängertum.

Dass viele Ältere die ihnen nach der Pensionierung zustehende Freiheit nutzen, um neue Fähigkeiten zu entwickeln, sich künstlerisch zu betätigen oder ein Studium zu beginnen, beweisen etwa die gut besuchten Seniorenuniversitäten, Seniorenbühnen oder Seniorenorchester. Von der Öffentlichkeit kaum bemerkt, sind zudem viele Ältere freiwillig und ehrenamtlich tätig. Möglichkeiten dafür bieten sich in gemeinnützigen und kirchlichen Organisationen, in der Nachbarschaftshilfe oder in Senioren-Selbsthilfegruppen. Es gibt auch Organisationen, in welchen sich die Senioren beruflich engagieren können: So ist der «Adlatus» eine Vereinigung pensionierter Fachexperten und Führungskräfte, vorab aus Wirtschaft und Verwaltung. Diese stellen ihr Wissen und ihre Erfahrung Jüngeren, die z. B. ein Unternehmen gründen wollen, kostengünstig zur Verfügung. Die Mitglieder von «Senioren für die Dritte Welt» (SE3WE) üben Beratertätigkeiten in Entwicklungsländern aus. Nicht vergessen seien auch

die vielen Älteren, die zu Hause kranke Angehörige pflegen.

Es ist zu hoffen, dass das Uno-Jahr der älteren Menschen Anstoss gibt, das Alter, diesen «Marathonlauf», als Chance wahrzunehmen. Dies bedeutet, von der heute vornehmlich auf Betreuung ausgerichteten Alterspolitik wegzukommen und die Älteren nicht mehr auszugrenzen. Vielmehr sollen sie als vollwertige Mitglieder unserer Gesellschaft anerkannt und in die Mitgestaltung aller Lebensbereiche einbezogen werden. Warum nicht zukunftsorientiert, an der Schwelle zum nächsten Jahrhundert und Jahrtausend, einen «think tank» der Älteren einrichten? Einerseits können wir angesichts der wachsenden Zahl Älterer immer weniger auf deren Mitwirkung verzichten. Andererseits ist der Verzicht auf ihre Kompetenzen und Erfahrungen ein Verlust an ideellen Werten für die ganze Gesellschaft. ■



### Margrit Annen-Ruf:

«In der Alterspolitik engagiere ich mich als Präsidentin des Seniorenrates der Bürgergemeinde der Stadt Luzern und als Vizepräsidentin des Schweizerischen Senioren- und Rentner-Verbandes (SSRV). Zudem bin ich Präsidentin des Verbandes der reformierten Frauenvereine der Zentralschweiz und des Kantons Tessin. Als Journalistin bin ich Mitglied der Schweizer Fachjournalisten (SFJ) und arbeite als freischaffende Publizistin (BR) mit Schwergewicht Gesellschafts- und Umweltpolitik. Das schriftstellerische Schaffen umfasst Kurzgeschichten, Aphorismen und Märchen. Zudem war ich unter anderem während einigen Jahren Mitarbeiterin der Dargebotenen Hand und Leiterin von Altersturngruppen sowie Mitglied der Nationalen Schweizerischen Unesco-Kommission, Sektion Sozialwissenschaften.»