

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

Inhaltsverzeichnis

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 14.03.2025

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 geworden. 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 Neugeborenen 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 hinzugewonnenen 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, psychologischen 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
 Geschäftsführer 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 weltweit 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.

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