

Fachzeitschrift

Psinfo

**PRO
SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER



**2. Nationaler
Alterskongress**

Chance Demografie

1/2026

Ressource Alter

Warum ältere
Menschen wichtig für
die Gesellschaft sind

Seiten 2 bis 4

Karriere ab 65

Was der demografische
Wandel für den
Arbeitsmarkt bedeutet

Seiten 5 bis 7

Freiheit statt Druck

Wie Freiwilligenarbeit
ihre Wirkung besser
entfalten kann

Seite 10



Rahel Habegger, Mitglied
der Geschäftsleitung,
Leiterin Grundlagen und Politik

Liebe Leserschaft

Über kaum ein gesellschaftliches Thema wird so häufig und gleichzeitig so einseitig debattiert wie über den demografischen Wandel. Wer aber genauer hinschaut, erkennt auch sein enormes Potenzial. Diesem Perspektivenwechsel widmete sich der 2. Nationale Alterskongress von Pro Senectute am 22. Januar 2026 in Biel. Unter dem Motto «Chance Demografie – Gute Praxis und Innovationen» diskutierten 400 Fachpersonen sowie Vertreterinnen und Vertreter aus Politik, Wirtschaft und Wissenschaft die positiven Seiten des demografischen Wandels. Die zentrale Erkenntnis: Ältere Menschen sind eine wertvolle Ressource, um die Herausforderungen der Demografie bewältigen zu können.

Die Referentinnen und Referenten betonten, wie stark die ältere Generation unsere Gesellschaft trägt: durch Wissen, Erfahrung, Lebenskompetenz und freiwilliges Engagement. Tausende Seniorinnen und Senioren setzen sich täglich für andere Menschen ein und leisten wertvolle Betreuungsarbeit. Gleichzeitig ist der Gesundheitszustand der älteren Bevölkerung so gut wie noch nie. Wer länger gesund bleibt, kann länger mitgestalten. Das eröffnet Chancen für den Arbeitsmarkt und für unser gesellschaftliches Miteinander.

In dieser Ausgabe des Psinfo blicken wir auf die Diskussionen in Biel zurück. Wir zeigen, warum der demografische Wandel auch Mut macht. Wir möchten Sie einladen, die Impulse dieses Kongresses mitzunehmen: weg von der Defiziterzählung, hin zu einer Gesellschaft, die das Potenzial des Alters erkennt und noch besser nutzt.

Wir wünschen Ihnen eine anregende Lektüre.

Demografie als Chance sehen

Ein Silberstreifen am demografischen Horizont

Der demografische Wandel sorgt eher für düstere Prognosen. Doch hat er auch seine guten Seiten? Diese Frage wurde am 2. Nationalen Alterskongress diskutiert. Drei Referentinnen hoben ältere Menschen als wertvolle Ressource hervor, um die Herausforderungen der demografischen Entwicklung zu bewältigen. Ein wichtiger Mutmacher ist das freiwillige Engagement vieler tausend Seniorinnen und Senioren.

Von *Céline König, Pro Senectute Schweiz*

Wenn von der Demografie die Rede ist, hält sich der Optimismus meist in Grenzen: sinkende Geburtenrate, steigende Gesundheitskosten, Fachkräftemangel, Finanzierung der AHV. Kurz gesagt: Die Bevölkerungsentwicklung stellt die Schweiz vor grosse Herausforderungen. Aber gibt sie auch Anlass zur Zuversicht? Drei Referentinnen zeigten, wo sie in der Demografie Chancen sehen.

Ältere Menschen als Ressource verstehen

Bundesrätin Elisabeth Baume-Schneider stellt in ihrer Ansprache gleich zu Beginn klar: In erster Linie ist die demografische Entwicklung positiv. Wir werden älter und wir leben länger in besserer Gesundheit. Diese Errungenschaft müssen wir als Gesellschaft nutzen. Dafür sei ein positives Bild des Alters zwingend: «Nie zuvor gab es so viele ältere Menschen, von deren reicher Lebenserfahrung jüngere Generationen profitieren können – besonders in herausfordernden Zeiten wie diesen», sagt sie. Ob in Form eines freiwilligen Engagements, in der Betreuung der Enkelkinder, im Vereinsleben oder in der Nachbarschaft: «Ohne Seniorinnen und Senioren würde unsere Gesellschaft schlichtweg nicht funktionieren.»

Freiwilligenarbeit entlastet das Betreuungssystem

BSV-Direktorin Doris Bianchi macht deutlich, dass die Demografie ein Treiber der Generationenpolitik sei, weil sie eine gute Betreuung von Jung und Alt stärker in den Fokus rücke. Wie Baume-Schneider hebt auch sie die wichtige Rolle von Seniorinnen und Senioren hervor: Ein Drittel der Kinder in der Schweiz werde regelmässig von den Grosseltern betreut. Diese führten sozusagen die grösste Kita der Schweiz. «Familien in der Schweiz sind stark auf Generationensolidarität angewiesen», so Bianchi. Gleichzeitig wächst der Betreuungsbedarf im Alter. «Ohne das grosse Engagement von Angehörigen und Freiwilligen wäre dieser kaum zu bewältigen», betont sie. Freiwillige begleiten und unterstützen ältere Menschen im Alltag und entlasten so



Mehr zum 2. Nationalen
Alterskongress:





Drei wichtige Stimmen am 2. Nationalen Alterskongress von Pro Senectute: (von links nach rechts) Bundesrätin Elisabeth Baume-Schneider, Vorsteherin des Eidgenössischen Departements des Innern (EDI), Eveline Widmer-Schlumpf, Stiftungsratspräsidentin von Pro Senectute Schweiz, und Doris Bianchi, Direktorin des Bundesamts für Sozialversicherungen (BSV).

betreuende Angehörige – ein Bedarf, der laut Bianchi massiv zunehmen wird. Diese Entlastung kommt besonders Frauen zugute, da sie nach wie vor den Grossteil der Care-Arbeit leisten.

Viele Frauen sind in der Betreuungsaufgabe dreifach belastet: Sie versorgen ihre Kinder, unterstützen die betagten Eltern und sind zugleich berufstätig. Aufgrund mangelnder Unterstützung sind sie oft in Teilzeitpensen tätig und haben dadurch eine tiefere Altersvorsorge. Freiwillige, die Betreuungsaufgaben übernehmen, können Frauen entlasten. Das erhöht die Erwerbsbeteiligung und die AHV-Beiträge, was wiederum die Finanzierung der AHV stabilisiert und die Gleichberechtigung der Frauen fördert. Vor diesem Hintergrund stellt Bianchi klar: «Der demografische Wandel ist eine Chance, wenn die Vereinbarkeit von Beruf und Familie, die Gleichstellung der Geschlechter, die Generationensolidarität sowie freiwilliges Engagement gestärkt werden.»

Ein Dienst von unschätzbarem Wert

Auch für Eveline Widmer-Schlumpf ist Freiwilligenarbeit ein Hoffnungsschimmer im demografischen Wandel: «Zum Glück sind viele Menschen bereit, sich auch nach ihrem beruflichen Leben für die Gesellschaft einzusetzen.» Freiwilliges Engagement sei ein Dienst von unschätzbarem Wert. Aus diesem Grund lancierte sie in ihrem Schlusstalk am Kongress den Prix Merci – eine ihrer letzten Amtshandlungen als Stiftungsratspräsidentin von Pro Senectute Schweiz. Die Auszeichnung soll die Wertschätzung gegenüber den über 17 000 Freiwilligen von Pro Senectute ausdrücken. Gleichzeitig zeigt die Altersorganisation mit dieser Initiative die vielfältigen Möglichkeiten, ältere Menschen im Alltag zu unterstützen. Der Prix Merci wird im Dezember 2026 erstmals an eine freiwillig, freitätig oder ehrenamtlich engagierte Person von Pro Senectute verliehen.



Was heisst «demografischer Wandel»?

Der demografische Wandel ist ein Prozess, bei dem sich die Bevölkerung in ihrer Grösse und Zusammensetzung verändert. In der Schweiz steigt die Lebenserwartung, während die Geburtenrate sinkt. Aktuell wächst die Bevölkerung auch durch Zuwanderung. Diese Entwicklungen führen dazu, dass der Anteil älterer Menschen zunimmt, während es im Verhältnis weniger jüngere gibt. Das hat Auswirkungen auf viele Bereiche: auf die Altersvorsorge, das Gesundheits- und Pflegesystem, den Arbeitsmarkt, den Wohnraum und das Zusammenleben der Generationen.

Weitere Informationen dazu im Grundlagenpapier «Demografischer Wandel»:



Potenziale erkennen und gestalten

Können wir den demografischen Wandel als Erfolg feiern, statt ihn als Problem darzustellen? Das wollte Moderatorin Valérie Wacker von Daniela Jopp, Julien Neruda und Tristan Gratier wissen. In der Podiumsdiskussion brachten sie Perspektiven aus der Hundertjährigen-Forschung und aus dem Alltag der Pro Senectute Organisationen ein. Sie sind sich einig: Wir müssen die Fähigkeiten älterer Menschen besser nutzen.



«Hundertjährige weisen ausserordentliche Lebensgeschichten auf. Sie haben tiefgreifende gesellschaftliche und technologische Veränderungen erlebt und sich immer wieder neu darauf eingestellt. Ihre Anpassungsfähigkeit ist beeindruckend. Daraus können wir viel lernen.»

Daniela Jopp, Professorin an der Universität Lausanne und Forscherin über Hundertjährige in der Schweiz

«Das grösste Potenzial für freiwilliges Engagement liegt in jenen Jahren, in denen Seniorinnen und Senioren gesund sind und aktiv am Leben teilhaben. Als Organisation müssen wir umdenken und vermehrt eine Förder- statt eine Fürsorgepolitik leben. Denn Freiwilligenarbeit ist ein Angebot für die Freiwilligen.»

Julien Neruda, Geschäftsleiter von Pro Senectute Kanton Bern



«Freiwilliges Engagement wandelt sich: Viele Seniorinnen und Senioren wollen sich nicht mehr vordefinierten Rhythmen verpflichten, sondern flexibel mitwirken. Daher müssen die Angebote attraktiv gestaltet und professionell begleitet werden.»

Tristan Gratier, Geschäftsleiter von Pro Senectute Vaud



von links nach rechts: Valérie Wacker, Tristan Gratier, Daniela Jopp und Julien Neruda

«Die Alterung lädt dazu ein, die Gesellschaft neu zu denken»

Am 2. Nationalen Alterskongress beleuchtete Philippe Wanner demografische Trends. Die sinkende Geburtenrate bei gleichzeitig höherer Lebenserwartung fordert uns heraus, das Altern als positive Entwicklung und Chance für die Gesellschaft zu begreifen.

Von *Noah Golub*, Pro Senectute Schweiz

Philippe Wanner, Professor am Institut für Demografie und Sozioökonomie der Universität Genf, zeichnete im Kongresshaus in Biel ein klares Bild der Demografie: Die Geburtenrate in der Schweiz sinkt stetig und liegt aktuell bei knapp 1,3 Kindern pro Frau. Das ist weit unter dem Niveau, das nötig wäre, damit die Bevölkerung langfristig nicht schrumpft. Gründe dafür sieht Wanner nicht nur in individuellen Lebensentwürfen, sondern auch in gesellschaftlichen Ängsten wie der Klimakrise sowie der schwierigen Vereinbarkeit von Beruf und Familie. «Hier ist nicht nur der Staat in der Verantwortung. Auch Unternehmen sind gefordert, familienfreundliche Rahmenbedingungen für berufstätige Mütter und Väter zu schaffen», betont er.

Immigration als begrenzter Puffer

Bisher galt die Immigration als wesentlicher Faktor, um den Geburtenrückgang abzufedern und so die Bevölkerungszahlen zu stabilisieren. Laut Wanner ist das Volumen zukünftiger Migrationsströme jedoch ungewiss. Zudem ist der «Immigrationseffekt» begrenzt: Migrantinnen und Migranten passen ihr Geburtenverhalten tendenziell dem gesellschaftlichen Durchschnitt an. In der Folge wird die Basis der Alterspyramide immer schmäler, während die ältere Generation zunehmend multikultureller wird. «Auf diese Realität müssen Institutionen wie Alters- und Pflegeheime heute noch besser vorbereitet werden», sagt Wanner.

Ein längeres Leben ist ein Privileg

Trotz sinkender Geburtenzahlen und unsicherer Migrationsperspektiven bleibt festzuhalten: «Die Alterung der Gesellschaft ist das Resultat einer erfreulichen Entwicklung», so Wanner. Die Menschen in der Schweiz haben heute eine der

höchsten Lebenserwartungen weltweit. Dank medizinischer Fortschritte und einer gesünderen Lebensweise haben wir es geschafft, frühzeitige Todesfälle massiv zu reduzieren. Wanner betont aber: «Dieser Erfolg ist ungleich verteilt. Menschen mit akademischen Tätigkeiten leben oft deutlich länger als Menschen in praktischen Berufen.»

«Viele Menschen im Pensionsalter sind physisch und geistig in der Lage, weiterhin beruflich tätig zu sein.»

Grosses Potenzial für den Arbeitsmarkt

Die höhere Lebenserwartung eröffnet ein grosses Potenzial für den Arbeitsmarkt: «Viele Menschen im Pensionsalter sind physisch und geistig in der Lage, weiterhin beruflich tätig zu sein», meint Wanner. Ob jemand nach der Pensionierung weiterarbeiten kann, hängt jedoch stark von Beruf und Erwerbsbiografie ab. Eine Weiterarbeit erfordert attraktive Rahmenbedingungen sowie einen dynamischen Arbeitsmarkt, der lebenslanges Lernen unterstützt und Wissenslücken, etwa im Bereich der Digitalisierung, schliesst. «Menschen sollten auch nach Erreichen des Referenzalters ermutigt werden, sich ihren Platz in der Gesellschaft durch soziale Teilhabe oder Freiwilligenarbeit zu sichern», ergänzt Wanner. Dahinter steht für ihn eine grundsätzliche Haltung: «Wir sollten die Alterung nicht als Last, sondern als Einladung begreifen, unsere Gesellschaft grundlegend neu zu denken.»





«Gesellschaft und Wirtschaft werden sich stärker auf ältere Menschen verlassen müssen»

Heutzutage treten mehr ältere Menschen aus dem Arbeitsmarkt aus, als jüngere nachrücken. Referent Hendrik Budliger zeigte sich am Alterskongress überzeugt, dass Seniorinnen und Senioren künftig eine noch stärkere Stütze für die Gesellschaft und die Wirtschaft bilden werden.

Von *Martin Niederberger*, Pro Senectute Schweiz

Die geburtenstarke Babyboomer-Generation kommt ins Rentenalter. Seit 2019 verlassen mehr ältere Personen den Arbeitsmarkt, als jüngere nachrücken. Für Referent Hendrik Budliger, Gründer und CEO des Kompetenzzentrums Demografie, ist klar: «Die Arbeitsmarkt-Schere wird sich künftig weiter öffnen.»

Alterung ist sicher, Zuwanderung nicht

Bis im Jahr 2040 treffen in der Schweiz gemäss dem Bundesamt für Statistik (BFS) 230 000 potenziell eintretende Arbeitskräfte auf 700 000 Neupensionierte. «Dieser Abfluss von Arbeitskräften muss mit Zuwanderung kompensiert werden. Aber es ist ungewiss, ob wir weiterhin ähnliche Zuwanderungsraten haben werden wie bisher und ob es zu einer 10-Millionen-Schweiz kommt», meint Budliger mit Blick auf den zunehmenden Fachkräftemangel.

«Mit 65 Jahren kann heute eine Karriere beginnen.»

Der grösste Treiber der Zuwanderung ist der heimische Arbeitsmarkt. Und bei diesem sieht Budliger derzeit gemischte Signale: steigende Arbeitslosigkeit, geringere Investitionen sowie vermehrte Fusionen, die tendenziell zu weniger Arbeitsplätzen führen. Sollte die Wirtschaft stagnieren oder sogar schrumpfen, würde dies den Bedarf an Zuwanderung

reduzieren. Gemäss dem Demografen ist es schwierig vorherzusagen, wie sich die Zahl der erwerbstätigen Bevölkerung entwickeln wird.

Kantone entwickeln sich unterschiedlich

Insgesamt wird die Schweizer Bevölkerung wachsen. Das BFS geht bis 2040 von einem Zuwachs von 12 Prozent aus. Getrieben wird dieses Wachstum landesweit von den über 65-Jährigen. Hingegen zeigen sich bei der Entwicklung der jüngeren Altersgruppen 0–19 Jahre und 20–64 Jahre teilweise erhebliche regionale Unterschiede: «Bereits 15 Kantone schrumpfen schon heute in mindestens einer Altersgruppe», bilanziert Budliger. Die Kantone Graubünden, Tessin, Glarus, Uri und Obwalden verzeichnen gar einen Rückgang in beiden Altersgruppen.

Berufliche Entfaltung nach 65?

Die gesamtschweizerischen und regionalen Entwicklungen führen zu einer deutlichen Verschiebung der Rolle älterer Menschen. Budliger sagt dazu: «Gesellschaft und Wirtschaft werden sich stärker auf die älteren Menschen verlassen müssen.» Er geht davon aus, dass Personen zwischen 65 und 80 Jahren intensiver für die Betreuung der Hochaltrigen und auch in der Wirtschaft eingesetzt werden. Die Weiterarbeit nach der Pensionierung ist für viele ein Thema. «Mit dem Erreichen des 65. Lebensjahrs kann heute eine Karriere beginnen», so Budligers Fazit.

Merkzettel zu den Workshops und Referaten aus Forschung und Fachwelt

Der Alterskongress bot ein vielseitiges Wahlangebot an praxisnahen Fachreferaten und Workshops in französischer und deutscher Sprache. Teilnehmende von Pro Senectute Schweiz haben für Sie das Wichtigste notiert.

Von Rahel Habegger, Eliane Müller, Tina Weber und Julia Hunziker, Pro Senectute Schweiz

«Vieillir2030: la politique cantonale vaudoise de la vieillesse»

Referierende:

Caroline Knupfer (im Bild) und **Benoît Tabin**, Direktion für sozialen Zusammenhalt, Kanton Waadt

Rahel Habegger, Leiterin Grundlagen und Politik, hat sich gemerkt:

«Die Veranstaltung zeigte, dass praxistauglichere Lösungen entstehen, wenn auch Seniorinnen und Senioren diese mitgestalten. Dies bedeutet mehr Unterstüt-

zungsangebote für das Älterwerden zu Hause, neue Wohnformen, die Förderung der sozialen Teilhabe aller sowie die konsequente Einbindung der Seniorinnen und Senioren in Entscheidungsprozesse, die sie betreffen. Die waadtländische Altersstrategie Vieillir2030 hat Antworten auf den demografischen Wandel formuliert und zeigt erste Erfolge im Kanton.»



«Une activité professionnelle à la retraite»

Referierende:

Valérie Hugentobler (im Bild) und **Alexandre Pillonel**, Westschweizer Fachhochschule für Sozialarbeit HETSL

Eliane Müller, Fachverantwortliche Grundlagen, hat sich gemerkt:

«Vor allem bei gut ausgebildeten Personen in nicht manuellen Berufen nimmt die Erwerbsarbeit nach dem ordentlichen Referenz-

alter in der Schweiz zu. Gründe dafür sind finanzielle Motive sowie der Wunsch nach sozialen Kontakten, Wertschätzung und Sinn im Alltag. Gleichzeitig zeigen sich soziale und geschlechtsspezifische Ungleichheiten. Deshalb sind flexible Übergänge, gute Arbeitsbedingungen und der Abbau von Altersdiskriminierung zentral und müssen gezielt von Politik und Unternehmen gefördert werden.»



«Raumplanung im Alter: Denkanstösse und Erfahrungen Region Biel-Seeland»

Referierende:

Ulrike Schröer (Berner Fachhochschule), **Florian Schuppli** (seeland. biel/bienne), **Henriette Lutz** (Berner Fachhochschule), **Dan Stucki** (im Bild) und **Nick Fahrni** (Studenten Bachelor Architektur Berner Fachhochschule)

Tina Weber, Fachspezialistin Public Affairs, hat sich gemerkt:

«Barrierefreiheit ist eine wichtige Voraussetzung, damit Menschen möglichst lange in ihren eigenen vier Wänden leben können. Ebenso

wichtig sind eine gute Erreichbarkeit mit dem öffentlichen Verkehr und zu Fuss sowie Orte, die soziale Begegnungen und den Austausch zwischen den Generationen ermöglichen. Ein Studienprojekt der Referenten zeigt, wie dies gelingen kann: Mit gezielten, kleinen Umbauten und unter Einbezug der Seniorinnen und Senioren lassen sich sanierungsbedürftige Wohnungen oft anpassen – ohne dass ein teurer Neubau nötig ist.»



«Vorsorgen, Sparen, Investieren: Die finanzielle Lage der Bevölkerung zwischen 55 und 80»

Referentin:

Nadia Myohl, Senior Researcher
Vorsorge, Swiss Life

Julia Hunziker, Werkstudentin Kommunikation, hat sich gemerkt:

«Laut den präsentierten repräsentativen Zahlen der Swiss Life beurteilt rund die Hälfte der Schweizer Bevölkerung ihre finanzielle Situation als gut. Besonders positiv fällt diese Einschätzung im

Rentenalter aus. Viele Menschen erhalten in dieser Lebensphase Erbschaften, was die finanzielle Lage zusätzlich entspannt. Während 71 Prozent der Pensionierten angeben, ihren gewohnten Lebensstandard im Rentenalter halten zu können, glaubt dies weniger als die Hälfte der Erwerbstätigen. Die erwerbstätige Bevölkerung blickt damit deutlich skeptischer in die Zukunft.»



Die Präsentationen der
Wahlveranstaltungen
zum Nachlesen:



Mehr Flexibilität statt Erwartungsdruck

HSLU-Dozent Mario Störkle zeigte an seiner Wahlveranstaltung, wie die nachberufliche Lebensphase neue Möglichkeiten für freiwilliges Engagement eröffnet. Er machte deutlich, welchen Beitrag Seniorinnen und Senioren im Rahmen der Freiwilligenarbeit für die Gesellschaft leisten. Damit dieses Engagement seine volle Wirkung entfalten kann, braucht es gute Rahmenbedingungen.

Von Céline König, Pro Senectute Schweiz

«Freiwillig» bedeutet per Definition «ohne Zwang ausgeführt». Doch engagieren sich ältere Menschen rein aus freiem Willen? Laut Mario Störkle, Dozent und Projektleiter an der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit, ist Freiwilligenarbeit im Alter oft Gegenstand einer Debatte zwischen Alterspotenzial und Alterslast: Einerseits werden in Fachdiskursen und in der Politik zunehmend die Potenziale von Seniorinnen und Senioren betont. Andererseits wird in diesem Zusammenhang die Belastung des Sozialstaats durch die wachsende Zahl älterer und hochbetagter Menschen thematisiert. «Vor diesem Hintergrund wird angenommen, dass ältere Menschen sich zukünftig in stärkerem Masse freiwillig engagieren werden», erklärt Störkle.

Eine tragende Generation

Wenn es um das Alterspotenzial geht, geniessen die sogenannten «Best Ager» oder «jungen Alten» besondere Auf-

merksamkeit. Seniorinnen und Senioren heute leben im Durchschnitt gesünder, sind besser gebildet und finanziell solider aufgestellt als frühere Generationen. «Die nachberufliche Phase eröffnet ihnen neue Freiräume und Möglichkeiten, das Leben aktiv zu gestalten», sagt Störkle.

Das Engagement von Seniorinnen und Senioren für die Gemeinschaft ist beachtlich. Gemäss dem Freiwilligenmonitor 2025 engagiert sich fast die Hälfte der 65- bis 74-Jährigen formell in Vereinen oder Organisationen wie Pro Senectute. In keiner anderen Altersklasse ist der Anteil höher. Bei den über 75-Jährigen sind es noch immer über 40 Prozent.

«Das Bild des aktiven Alters kann zu freiwilligem Engagement mobilisieren – es kann aber auch Druck erzeugen.»

Zeit allein reicht nicht

«Freiwilliges Engagement im Alter wirkt sich nachweislich positiv auf die soziale Integration und das psychische Wohlbefinden aus.» Während Störkle die positiven Effekte für ältere Menschen klar betont, differenziert er aber auch: «Nicht alle älteren Menschen können oder wollen sich engagieren. Ausserdem muss man sich Freiwilligenarbeit leisten können.» Altersbilder, die ältere Menschen als fit, gesund und leistungsfähig zeichnen, können zu freiwilligem Engagement motivieren. Solche Vorstellungen können aber auch Druck erzeugen, aktiv bleiben zu müssen.

Wer Seniorinnen und Senioren für freiwilliges Engagement gewinnen will, stösst mit dem Argument «Sie haben ja Zeit» an Grenzen. Zeitliche, soziale und inhaltliche Flexibilität ist heute wichtiger als früher. Die Tätigkeit sollte gute soziale Kontakte unter den Freiwilligen ermöglichen und an bestehende Interessen anknüpfen. Zusätzlich braucht es eine gezielte Ansprache beim Übergang in die Pensionierung sowie Rahmenbedingungen, die Engagement ermöglichen, ohne Druck auszuüben. Damit Freiwilligenarbeit auch wirklich freiwillig bleibt.



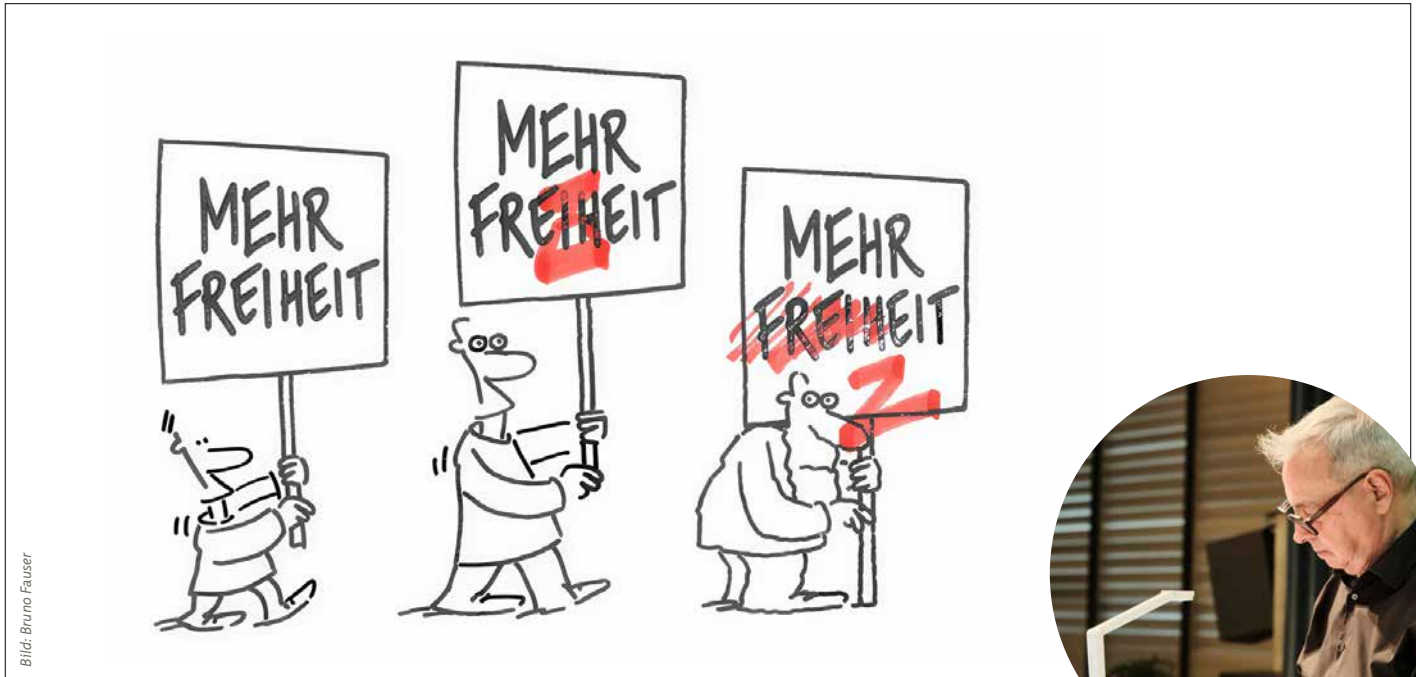


Bild: Bruno Fauser

Karikaturist Bruno Fauser sorgte am Alterskongress für eine ordentliche Portion Humor. Er begleitete die Referate und Wahlveranstaltungen mit unterhaltsamen Live-Cartoons. Weitere Cartoons und Impressionen, inklusive Event-Video, finden Sie auf www.alterskongress.ch.



Lesetipp und Verlosung



Mit seinen 133 Jahren ist Enrico der älteste Mensch der Welt – und für viele eine Zumutung. Während seine Ärztin ihm einwandfreie Gesundheitswerte bestätigt, finden täglich vor seinem Haus Demonstrationen gegen seine Langlebigkeit statt. Geschützt von Ispettore Gizzi fährt der neue Methusalem im gepanzerten Polizeiwagen zum Campo de' Fiori, um Artischocken zu kaufen. Sonst sitzt er in seinem uralten Sessel, erinnert sich mit ihm zusammen an früher und lässt die Zeit vergehen, die ihm so unverdrossen Gesellschaft leistet.

Der Roman von Marco Presta greift das Thema Demografie humorvoll-satirisch auf und regt zum Nachdenken an: Wie soll die Gesellschaft mit immer älteren Menschen umgehen?

Nehmen Sie an der Buchverlosung teil und gewinnen Sie eines von 20 Exemplaren.

Scannen Sie den QR-Code, füllen Sie das Kontaktformular aus und beantworten Sie im Mitteilungsfeld folgende Frage:



Wie heisst die Auszeichnung, die Pro Senectute im Dezember 2026 erstmals an eine freiwillig engagierte Person verleihen wird?

Viel Glück!

Save the Date



Bild: Pro Senectute Schweiz



Pro Senectute lädt zur grössten Ü60-Party der Welt

Pro Senectute veranstaltet am 12. September 2026 wieder eine nationale Ü60-Disco. Die SUISSE DISCO 60+ findet dieses Jahr in Zürich statt.

Nach der erfolgreichen Weltrekord-Disco anlässlich des Eurovision Song Contest letzten Mai in Basel geht die Party weiter: 2026 organisiert Pro Senectute Schweiz gemeinsam mit Pro Senectute Kanton Zürich die SUISSE DISCO 60+. Unter dem Motto «United on the dancefloor» hat Pro Senectute vor, den eigenen Rekord der weltweit grössten Ü60-Disco zu knacken.

Die SUISSE DISCO 60+ findet am Samstag, 12. September 2026, in THE HALL in Dübendorf (Zürich) statt. Partygängerinnen und -gänger sind eingeladen, zu den grössten Hits der 60er- bis 90er-Jahre das Tanzbein zu schwingen. Die Besuchenden erwartet zudem ein Rahmenprogramm mit prominenten Gästen sowie Verpflegungsangebote.

Freuen Sie sich auf gesellige Stunden in einzigartiger Atmosphäre und mit jeder Menge Disco Fever. Sichern Sie sich jetzt Ihr Ticket:

- Einzelticket für CHF 21
- Kombi-Ticket ab CHF 49: Profitieren Sie mit dem Kombi-Ticket von einem Gratis-Welcome-Drink und nehmen Sie eine jüngere Tanzbegleitung mit.

Weitere Informationen zum Event: www.suissedisco.ch

Impressum

Herausgeberin: Pro Senectute Schweiz, Lavaterstrasse 60, Postfach, 8027 Zürich, Telefon 044 283 89 89, kommunikation@prosenectute.ch

Redaktion: Céline König

Texte: Noah Golub, Rahel Habegger, Julia Hunziker, Céline König, Eliane Müller, Martin Niederberger, Tina Weber

Kongressfotos: Peter Fuchs Photography

Übersetzung: Pro Senectute Schweiz

Layout und Druck: Gutenberg Druck AG

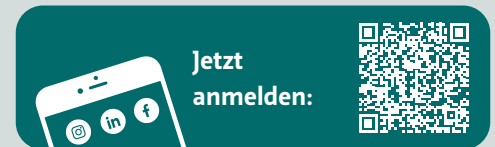
Erscheinungsweise: in der Regel viermal jährlich

© Pro Senectute Schweiz

Weiterbildungen

Kompetent und sicher in der Betreuung

Im «Betreuerkurs der Pro Senectute Gesamtorganisation» können sich aktive und zukünftige Freiwillige und Freitätige von Pro Senectute im Kontext «Betreuung zu Hause» gezielt weiterbilden. Der praxisnahe Kurs stärkt die Kompetenz der Teilnehmenden, Seniorinnen und Senioren sicher und einfühlsam im Alltag zu begleiten. Erfahrene Kursleitende von Pro Senectute vermitteln dabei ihr Fachwissen aus allen Handlungsfeldern der Betreuung und Begleitung von älteren Menschen. Die Weiterbildung findet an fünf Kurstagen zwischen dem 28. August und dem 16. November 2026 in Zürich statt.



Erfolgreich Freiwillige gewinnen

Wie können Menschen für ein Engagement in der Gemeinde gewonnen und gehalten werden? Die Weiterbildung «Freiwilligenarbeit – Organisation und Rekrutierung» zeigt anhand von theoretischen Zugängen und praktischen Beispielen auf, wie Menschen von Freiwilligenarbeit profitieren können. Kursleiter Mario Störkle vermittelt Methoden und Konzepte, wie ein gewinnbringender Einbezug von Freiwilligen in der Gemeinde und darüber hinaus gelingen kann. Die Weiterbildung findet an zwei Kurstagen am 10. und 11. September in Zürich statt.

