



Stadt
Lucerne

„Ein guter Nachbar macht vieles machbar“

„Altern in Luzern“ setzt auf die Partizipation der 60plus

**10. Erfa-Tagung in Thun, 6. Mai 2014
Von Beat Bühlmann, Gerontologe MAS**



Stadt
Luzern

Demokratie

„Demokratie kennt keinen Schaukelstuhl.
Solange der Kopf klar ist, ist man
mitverantwortlich.“

Franz Müntefering, 72, SPD, Bundestagsabgeordneter

Alternde Gesellschaft

- 1409 Personen in der Schweiz sind über 100 Jahre alt
- Junge Rentnerinnen und Rentner: plus 50 Prozent innert 40 Jahren
- Stadt Luzern: über ein Drittel der Stimmberechtigten sind über 60 Jahre alt

Die Sinnkrise im Alter

- Über 50 Prozent der Männer fühlen sich nutzlos
- Alkohol und Medikamentensucht
- Depressionen häufen sich
- Scheidungen nehmen zu
- Hohe Suizidrate, lebensmüde



Stadt
Luzern

Wer sich engagiert, lebt gesünder

- Enkelkinder hüten
- Angehörige pflegen
- Sinnvolle Rolle finden
- Generativ sein, Mitverantwortung tragen



Stadt
Luzern

Forum Luzern60plus

- Politische Partizipation stärken
- 60 Frauen und Männer, kein Proporz
- Werkstatt, Arbeitsgruppen, Vernehmlassung
- Internetplattform in Eigenregie

www.luzern60plus.ch

Altern in Luzern

- Ressourcen und Potenzial der älteren Generation nutzen
- Kein Leitbild, ein Entwicklungskonzept
- Partizipativ, quaternah, intergenerativ
- Projektcharakter, vier Jahre

Marktplatz 60plus

- Selbstorganisiert, in eigener Regie
- Umschlagplatz für das zivilgesellschaftliche Engagement
- Begegnungen, Gespräche
- „Zwischenhalt“ im Südpol
- Das neue Bild des Alters



Stadt
Luzern

Das Quartier stärken

- Quartierforscher, Quartierbegehungen
- Erzählcafé, Bücherschrank
- Querbeet
- Wochemarkt
- Quartierbüro plus



Der Generationenpark

- Bewegungspark
- Spielplatz
- Aktivitäten im Quartier
- Gemeinsame Projekte



Stadt
Luzern

Lesementoren

- Intergeneratives Projekt
- Jede Woche 45 Minuten
- Lust an der Sprache, Zeit schenken
- Einführungstage für Mentoren

Erste Erkenntnisse

- Lebensnah, keine Sandkastenübungen
- Kompetent, verbindlich, initiativ
- Projektbezogen, lustbetont
- Selber profitieren, lernen
- Soziale Kontakte gefragt

Wohnen im Alter

- Autonom wohnen, Hausgemeinschaften
- Begleitetes Wohnen
- Der Stadtpräsident reisst sein Haus ab
- Mehrgenerationenhäuser statt Einsamkeit
- Nachbarschaftshilfe

www.age-stiftung.ch



Stadt
Luzern

Mit Demenz im Quartier leben

- Nationale Demenzstrategie
- „SOWieDAheim“ leben
- Die demenzfreundliche Gemeinde



Stadt
Luzern

Alter und Migration

- Bis 2020 über 400 000 Migranten über 65
- Zugang für alle
- Aktive Bürgerschaft: Bevölkerungsantrag
- Unitre plus

Lebenslang lernen

- Besser verstehen, was mit mir passiert
- Aus Rollenfixierungen befreien
- Das schöpferische Potenzial wecken
- Sinnfindung durch Alltagsreflexion



Stadt
Luzern

Aufbruch

„Wenn es so ist, dass wir nur einen kleinen Teil von dem leben können, was in uns ist – was geschieht mit dem Rest?“

Pascal Mercier: Nachtzug nach Lissabon, 2004

www.luzern60plus.ch

- Fachstelle für Altersfragen:
corinne.sturm@stadtluzern.ch
- Projektleitung „Altern in Luzern“:
beat.buehlmann@stadtluzern.ch