

# Das *hohe* Alter

*Eine Veranstaltungsreihe zum  
Thema Hochaltrigkeit*



In einer Sensibilisierungskampagne möchte das städtische Forum Luzern-60plus mit weiteren Partnern zusammen die Generation über 80 sichtbar machen und Fragen zur Hochaltrigkeit beantworten. In verschiedenen Veranstaltungen sprechen Fachleute zusammen mit Menschen im hohen Alter über Themen zum vierten Lebensalter. Neben den schwierigen Seiten des hohen Alters geht in der Gesellschaft häufig vergessen, dass Menschen über 80 weiterhin engagiert sind und am sozialen Leben teilnehmen, dass sie genauso Wünsche und Träume haben wie Jüngere.

Zum Projekt gehört die Publikation eines Buches mit dem Titel «Im hohen Alter». Darin erzählen in 24 Porträts Menschen zwischen 82 und 97, wie sie das Altwerden erleben, wie sie den Alltag bewältigen und worauf sie zurückblicken, was sie vermissen und was sie sich noch wünschen. Alle Porträtierten werden zudem auf Plakaten an verschiedenen Orten in der Stadt sichtbar gemacht. Mit der Publikation, den Plakaten und den Veranstaltungen soll den Luzernerinnen und Luzernern Mut gemacht werden, sich mit dem eigenen Älterwerden auseinanderzusetzen. Die Kampagne will auch zum Verständnis für hochaltrige Menschen beitragen.

[www.luzern60plus.ch](http://www.luzern60plus.ch)

## «Im hohen Alter»

Das Buch mit den 24 Porträts «Im hohen Alter» erhalten Sie kostenlos ab dem 24. März 2025 beim Empfang im Stadthaus, Hirschengraben 17, Luzern, oder bei Pro Senectute Kanton Luzern, Maihofstrasse 76, Luzern, sowie an allen Veranstaltungen.

Die Kampagne «Das hohe Alter» wurde unterstützt durch Beiträge der Stadt Luzern, der Albert Koechlin Stiftung, von Pro Senectute Luzern sowie der Gemeinnützigen Gesellschaft Luzern GGL.

**27. März 2025**  
**19.30 Uhr**

Hotel Schweizerhof

Anmeldung  
erwünscht unter  
info@literaturge-  
sellschaft-lu.ch

Freier Eintritt

## Schreiben in verschiedenen Lebensaltern

**Lesung und Gespräch** mit dem Schriftsteller Klaus Merz (80) und der Schriftstellerin Simone Lappert (40).

**Moderation:** Hans Beat Achermann

Elke Heidenreich hat einen Bestseller zum Thema Alter geschrieben und darin öffentlich gemacht, wie sie mit dem Älterwerden umgeht. Wir wollen eine Autorin und einen Autor, die 40 Jahre trennen, befragen, wie sie mit dem Thema Alter umgehen, privat und in ihren Texten. Wie verändern sich Texte mit dem Älterwerden? Kann das Alter zum literarischen Thema werden und wie und wann hört man zu schreiben auf? Und nicht nur das Ende soll Thema sein, auch auf die Anfänge des Schreibens wollen wir zurückblicken. Natürlich wird das Gespräch mit entsprechenden Textbeispielen illustriert.

**Die Veranstaltung ist eine Kooperation mit der LiteraturGesellschaft Luzern.**

**3. April 2025**  
**18.00 Uhr**

Zentrum  
St. Michael,  
Blattenmoos-  
strasse 8,  
Luzern-Littau

Freier Eintritt

## Selbstbestimmung im Alter

**Input-Referat:** Dr. Bettina Ugolini, Leiterin der Beratungsstelle «Leben im Alter» der Universität Zürich. Podiumsgespräch mit Simon Gerber (Pro Senectute), Andrea Wanner (Viva Luzern), Carla Tavares-Mathis (Vicino), Bruno Stämmer (Tertianum), Myrtha Matthey (Unterlöchli), Rita Maeder (eigene Wohnung).

**Moderation:** Barbara Stöckli

Die meisten Menschen möchten selbstbestimmt alt werden und so lange wie möglich in ihrer vertrauten Wohnung und Umgebung verbleiben. Aber auch Alters- und Pflegeheime ermöglichen den Bewohnerinnen und Bewohnern ein selbstbestimmtes Leben – trotz Verletzlichkeit und Grenzen. Wir suchen Antworten: Gibt es ein absolutes Recht auf Selbstbestimmung? Wann kippt Selbstbestimmung in Selbstgefährdung? Wieviel Selbst- und Fremdgefährdung sind Angehörige bereit zu akzeptieren? Wie weit sorgt sich unsere Gesellschaft um ältere Menschen mit Beeinträchtigung?

**10. April 2025**  
**18.00 Uhr**

Marianischer Saal,  
Bahnhofstrasse 18,  
Luzern

Freier Eintritt

## Longevity – Wie lange wollen wir alt sein?

**Input-Referat** von Dr. Christina Röcke, Co-Direktorin und Geschäftsführerin des Healthy Longevity Center an der Universität Zürich. Anschliessend Podiumsgespräch mit Angela Rosengart (Kunsthändlerin/Mäzenin, Jahrgang 1932), Dr. Heinz Rüegger (Theologe und Ethiker), Dr. med. Doris Suter-Gut (Geriatrin), Klaus Kummermehr (Investor). **Moderation:** Raphael Prinz

«Der Wunsch, lange zu leben, bleibt der stärkste und tiefste aller menschlichen Träume.» (Samuel Johnson) Diesen Traum macht sich heute eine eigentliche Industrie von Forschenden und Investoren zunutze. Doch wo setzt uns trotz aller Ergänzungsmittel und Pillen die Biologie natürliche Grenzen? Und ist es überhaupt das Lebensziel, den Tod so weit wie möglich hinauszuschieben? Wie lange wollen wir überhaupt alt sein? Wie realistisch ist das Ziel, 125 Jahre alt zu werden? Und wer profitiert vom Trend zur Langlebigkeit? Die Veranstaltung geht aus medizinischer, ethischer und ökonomischer Sicht dem Langlebigkeitstrend auf den Grund.

**5. Mai 2025**  
**18.00 Uhr**

ZHB Zentral- und  
Hochschulbibliothek,  
Sempacherstrasse 10, Luzern

Freier Eintritt

## Leben mit Demenz

**Input-Referat** von Dr. Irene Bopp-Kistler, Geriatrin, ehemalige Leiterin der Memory-Klinik am Waidspital Zürich. Anschliessend **Gesprächsrunde** mit Edith Kaufmann Limacher, Alzheimer Luzern, und Betroffenen.

Die Menschen werden immer älter, was zu einer Zunahme von Demenzerkrankungen führt. Für viele jüngere und ältere Menschen ist die Vorstellung, an Demenz zu erkranken, mit Angst und Vorurteilen verbunden. Wie weit sind diese Ängste berechtigt und wie begegnen wir ihnen? Wie erkennen wir Symptome und wie reagieren wir als Angehörige? Die Veranstaltung liefert Informationen über die verschiedenen Demenzerkrankungen und sie will dazu beitragen, dass Menschen mit Demenz weiterhin am sozialen Leben teilhaben können. Fachleute und Betroffene wollen aber auch Lichtblicke und Hoffnung vermitteln, wie das Leben trotz Demenz lebenswert gestaltet werden kann.

**14. Mai 2025**  
**18.00 Uhr**

Marianischer Saal,  
Bahnhofstrasse 18,  
Luzern

Freier Eintritt

## Der philosophische Blick aufs hohe Alter

**Finissage** mit Dr. iur. Michaela Tschuor, Regierungsrätin Kanton Luzern (Gesundheits- und Sozialdirektorin), Lili Fischer (93), Pietro Abt (82) sowie Silvia Planzer (Schauspielerin) und Albin Brun (Musik).

**Moderation:** Heidi Pfäffli, Philosophin.

Diese abschliessende Veranstaltung will das Thema des hohen Alters und des letzten Lebensabschnittes quasi aus übergeordneter Sicht beleuchten. Menschen im hohen Alter blicken unterschiedlich auf ihr Leben zurück, reagieren verschieden auf die aktuelle Situation und auf das, was noch kommen wird, auf Krankheiten und den Tod. Porträtierte aus dem Buch «Im hohen Alter» reflektieren ihren Alltag und philosophieren zusammen mit einer Politikerin über das hohe Alter. Gemeinsam mit einer Philosophin machen sie sich im Gespräch persönliche Gedanken und äussern allgemeine Überlegungen zur letzten Lebensphase. Die Schauspielerin Silvia Planzer liest zwischendurch ausgewählte Texte und Albin Brun umrahmt die Veranstaltung musikalisch.

### Informationen:

**Stadt Luzern**  
**Alter und Gesundheit**  
Winkelriedstrasse 14  
6002 Luzern  
[www.ages.stadtluzern.ch](http://www.ages.stadtluzern.ch)  
T 041 208 81 38