

Werkstattgespräch Alter vom 22. Mai 2024

Ein soziokultureller Blick auf soziale Beziehungen im Alter

PRO SENECTUTE

LebensRaum



Das Gefühl der Zugehörigkeit ist für den Menschen während der ganzen Lebensspanne so essenziell wie die Luft zum Atmen.

Positive Altersbilder

- Unsere Lebenserwartung steigt
- Wir fühlen uns immer jünger
- Lebenserfahrung und Potenzial
- Das Altersbild hat Einfluss auf Gesundheit und Wohlbefinden
- Altersdiskriminierung ist schädlich und kostspielig



Veränderungen sozialer Beziehungen im Alter

- Verlust von Freunden und Familienangehörigen
- Gesundheitliche Einschränkungen und Mobilität
- Risiko einsam zu bleiben, wächst mit steigendem Alter

>>> mit positiven Erfahrungen Einsamkeit vermeiden!

Freundschaftsbeziehungen im Alter

- Ersetzen fehlende familiäre Bezugspersonen
- Qualität vor Quantität
- gemeinsame Interessen (homogen)

>>> Freundschaften fördern Engagement und soziale Teilhabe

Nachbarschaftsbeziehungen im Alter

- Unterstützung im Alltag
- Kontakte > Schlüsselpersonen
- Nachbarschaftshilfe muss organisiert sein

>>> den gesellschaftlichen Zusammenhalt stärken!

Sorgende Gemeinschaften anstossen

- Zusammenarbeit
- bestehende Angebote nutzen
- kostenlose Begegnungsräume schaffen
- breit kommunizieren (vielsprachig)
- Wichtig: Geduld haben und hartnäckig bleiben

Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!

PRO SENECTUTE

LebensRaum

