



Wie wir uns im dritten auf das vierte Lebensalter vorbereiten können

**Dienstag, 4. November 2025, 19.30 bis 21.30 Uhr
im Vortragssaal des Kastanienparks Oberdiessbach**

Thema

Das dritte Lebensalter beginnt spätestens mit der Pensionierung und gilt als angenehme Lebensphase, in der man sich finanziell abgesichert und ohne Zwänge so richtig ausleben kann. Manche benutzen diese Zeit, um nachzuholen, was sie bis jetzt verpasst haben. Danach aber kommt unweigerlich das vierte Lebensalter, das ungefähr mit 80 Jahren beginnt. Es wird oft als fragile Lebensphase bezeichnet: Das Leben wird zerbrechlich und ist zunehmend geprägt von körperlichen oder psychischen Einschränkungen bis hin zur Gefahr der Einsamkeit und zur Angst vor dem Sterben.

Wir stellen uns an diesem Abend der Frage, ob das dritte Lebensalter nicht eine ideale Zeit wäre, um uns ganz bewusst auf die vierte Lebensphase vorzubereiten. Was können wir angesichts einer zunehmenden Fragilität, abnehmenden Mobilität oder dem möglichen Wegsterben von lieben Menschen vorbeugend und vorausschauend tun, um vom vierten Lebensalter nicht unvorbereitet getroffen zu werden?

Referent

Prof. Dr. Jonathan Bennett ist Co-Leiter des interdepartementalen Instituts Alter der Berner Fachhochschule. In Forschung und Lehre beschäftigt er sich mit den Schwerpunkten Care im fragilen Alter, Altersarbeit im kommunalen Sozialraum und einer älter werdenden Gesellschaft. Er war früher u.a. wissenschaftlicher Mitarbeiter in der Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern (GEF).



Prof. Dr. J. Bennett

Ablauf

Im ersten Teil des Abends wird uns der Referent Einblick geben in Studien und Beobachtungen, die im Zusammenhang mit unserer Fragestellung in den letzten Jahren wichtig geworden sind. Er wird uns Hinweise darauf geben, wie wir uns persönlich schon im dritten auf das vierte Lebensalter vorbereiten können. Und wird aufzeigen, wie politische Gemeinden mit einer älter und fragil werdenden Gesellschaft hilfreich umgehen können.

Anschliessend wird die Thematik in einem Podiumsgespräch vertieft. Unter der Leitung von Hanspeter Schmutz (Publizist, Oberdiessbach) diskutieren:

Gudrun Doll, Geschäftsleiterin Altersheim, Oberdiessbach
Therese Hofstetter, pensionierte Krankenpflegerin, Oberdiessbach
Marius Muff, Geschäftsleiter Spitex REKO, Oberdiessbach
Dr. theol. Giancarlo Voellmy, Pfarrer, Linden
Jürg Zurbrügg, Gemeinderat «Soziales», Oberdiessbach
Prof. Dr. Jonathan Bennett (als Experte zum Thema)

Im Anschluss wird das Seniorennetzwerk einen Apéro offerieren. Der Eintritt ist frei.

Veranstalter

Der Verein «Seniorennetzwerk Region Oberdiessbach» (SNW) ist zusammen mit dem Seniorenrat (Vorstand) Partner der Gemeinden Brenzikofen, Herbligen, Linden und Oberdiessbach. Gemeinsam mit allen Akteuren im Bereich Alter will das SNW mithelfen, unsere Region altersfreundlich zu gestalten.

www.seniorennetzwerk.ch