

DIE ZUKUNFT DES ALTERNS





DIE DEMOKALYPSE

Bernd W. Klöckner | Werner Dütting

DIE RENTEN- LÜGE

Entkommen Sie der Armutsfalle
3. AUFLAGE



HEYNE <

FRANK SCHIRRMACHER

Das Methusalem- Komplott

Die Menschheit altert in unvorstellbarem Ausmaß. Wir müssen das Problem unseres eigenen Alterns lösen, um das Problem der Welt zu lösen.

Der **SPIEGEL**
Bestseller kritisch
im Taschenbuch

Alexander Golfidis

Die Alten

2030



Anti-Aging

Für immer jung
auch im hohen Alter

Dr. Jan-M. Joven



DER SPIEGEL

Nr. 2/5.104
Deutscher 3,00 €



DER LETZTE DEUTSCHE

Auf dem Weg
zur Greisen-
Republik



Roman

ZEITBOMBE BEVÖLKERUNGSSCHWUND

VERGREISUNG DER GESELLSCHAFT

RENTENKATASTROPHE

DEMOGRAPHISCHES SIECHTUM

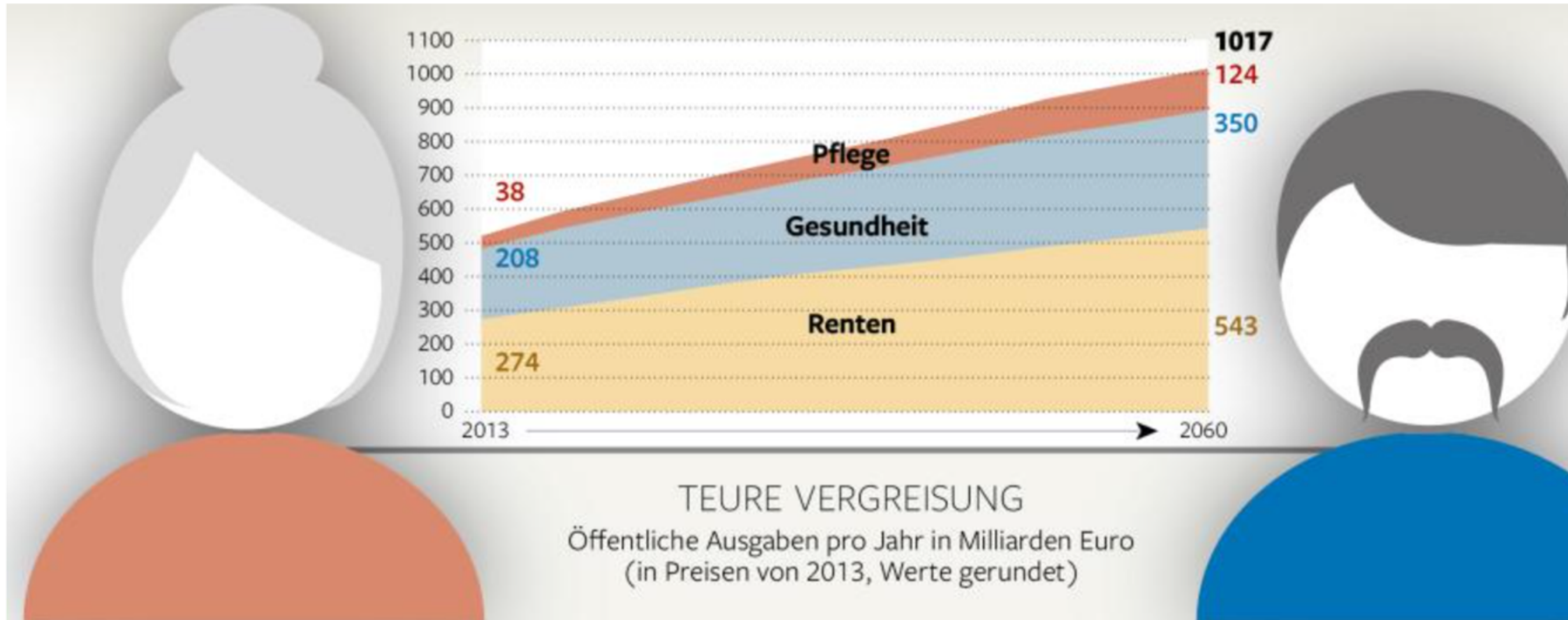
FACHKRÄFTEMANGEL

KRIEG DER GENERATIONEN

METHUSALEM-KOMPLOTT

ÜBERALTERUNG

Vergreisung wird uns 497.000.000.000 Euro kosten

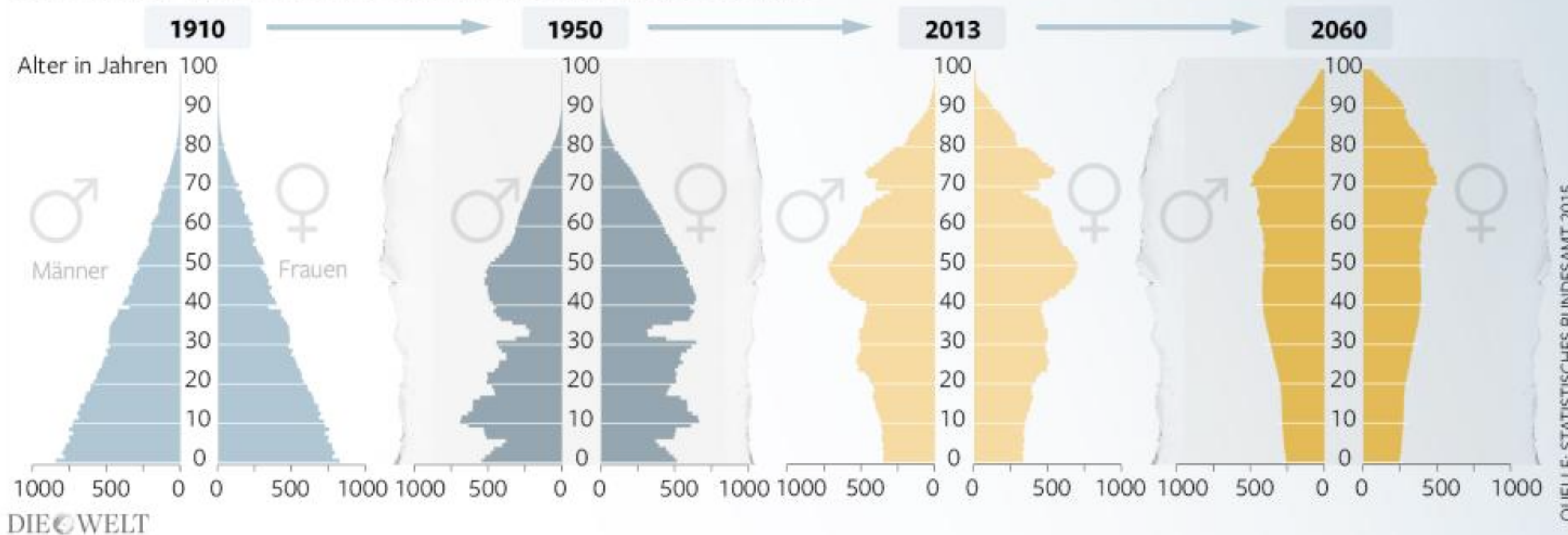


Von Olaf Gersemann

Ein neuer Bericht der EU-Kommission zeigt: Kaum ein Land trifft die Alterung der Gesellschaft so brutal wie Deutschland. Die Kosten des Sozialstaats verdoppeln sich – auf eine Schwindel erregende Zahl. [mehr...](#)

Nur die Rente mit 74 kann Deutschland noch helfen

ALTERSAUFBAU DER BEVÖLKERUNG IN DEUTSCHLAND



Von Tobias Kaiser

Deutschland verliert bis 2060 bis zu 13 Millionen Einwohner. Auch mit mehr Zuwanderung und höheren Geburtenraten altert Deutschland weiter. Womöglich bleiben nur radikale politische Lösungen. [mehr...](#)

21:10 323

„Die Entvölkerung Deutschland steht bevor.“.

– CARL TÖNNIGES, MEDIZINER, 1912

„Die drohende Schrumpfung und Überalterung des Volkskörpers
wird dem Deutschen Reich eine fatale Zukunft erweisen.“

– FRIEDRICH BURGDÖRFER, RASSEKUNDLER, 1932

„Ich warne vor der wachsenden Überalterung des Deutschen
Volkes.“

– KONRAD ADENAUER 1953

„Deutschland wird ärmer, älter kränker. Das System kollabiert.“

– HERWIG BIRG, DEMOKALYPTIKER

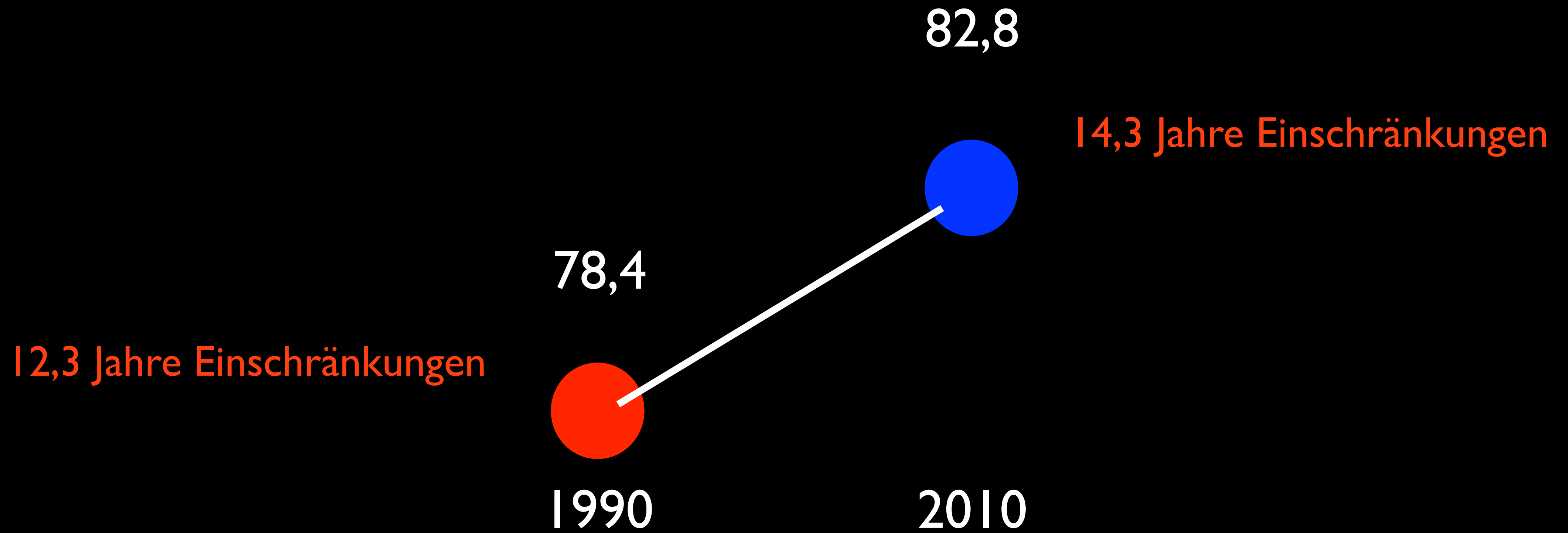
„Im Augenblick sammeln wir noch kritische Masse. Wenn in fünf oder zehn Jahren der Punkt der Umschlagens erreicht ist, wird wie mit Zauberhand eine veränderte Gesellschaft erscheinen... Man wird vernehmbar über unsere Überzähligkeit diskutieren, über die letzten teuren Wochen, die sogenannte aussichtslose Fälle zu Belastungen des Sozialsystems machen...“

–FRANK SCHIRRMACHER, DAS METHUSALEM-KOMPLOTT

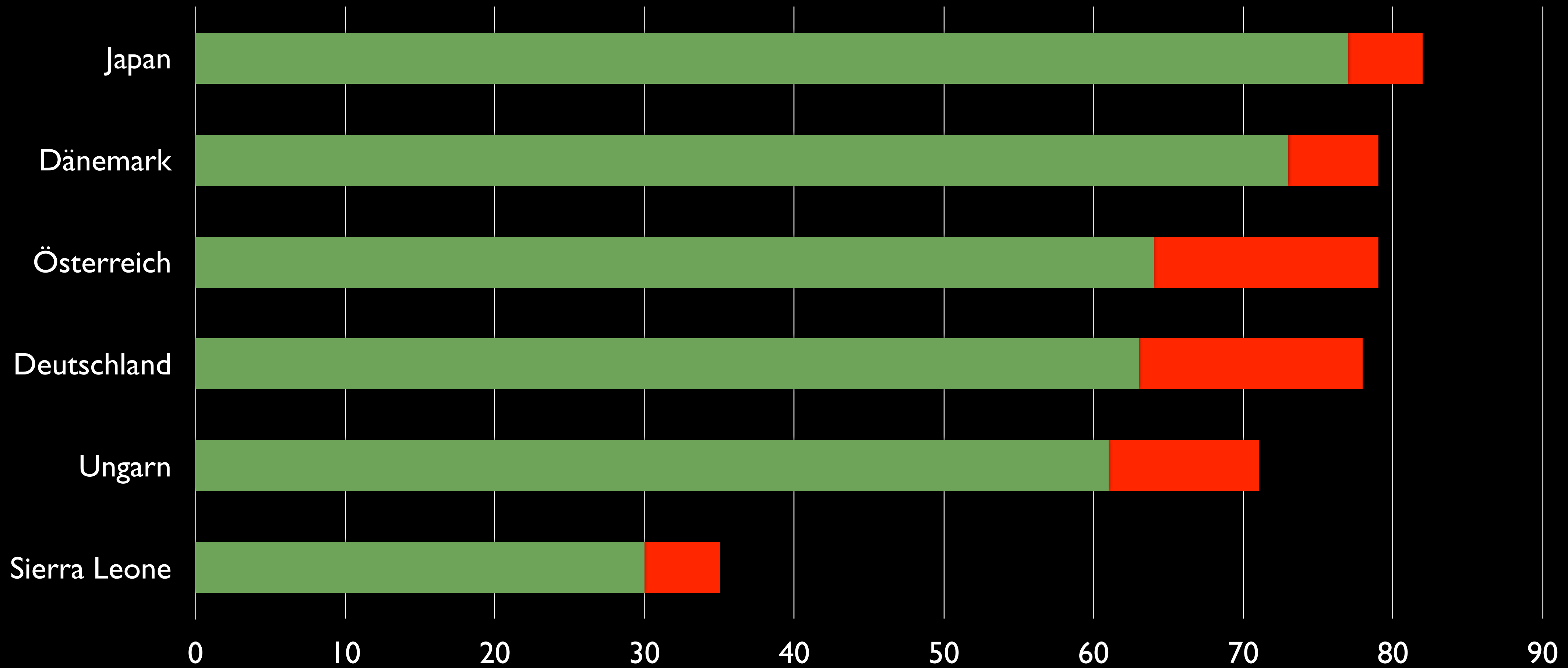
„Die Alten sind übelwollend, denn es ist die Eigenart des Übelwollens, alles im Hinblick auf das Unvorteilhafte zu beurteilen. Ferner sind sie argwöhnisch aufgrund ihres Misstrauens. Aber auch niederer Gesinnung, weil sie vom Leben gedemütigt wurden. Obendrein sind sie geldgierig, und umso mehr das Ende ihrer Tage naht, hängen sie am Leben, denn die Begierde tendiert auf das, was nicht vorhanden ist.“

-ARISTOTELES

Deutschland /Frauen



■ Gesunde Lebensjahre (Männer)
■ Lebensjahre mit Alters-Handicap

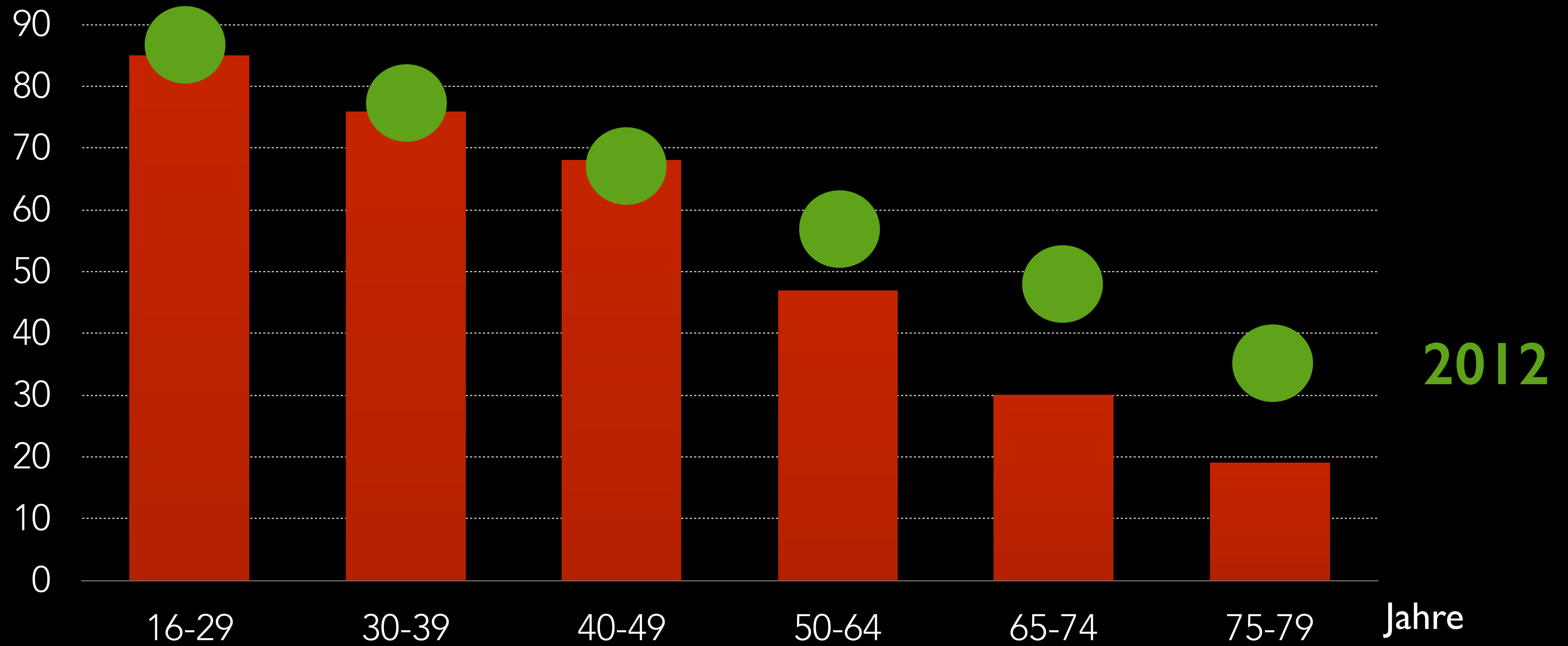




- Nie mehr als 70 Prozent des Sättigungsgrades essen.
- Fisch und Reis und wenig Salz.
- Der Körper ist der heilige Sitz der Seele.
- Respekt als kulturelle Kernkompetenz

GESUNDHEITZUSTAND

■ Es stufen ihren Gesundheitszustand 1984 als gut bis sehr gut ein



DEMENZ AUF MASSEN-SEITEN

Langzeitstudie: Briten werden seltener dement

Wer heute alt wird, erkrankt seltener an Demenz als noch vor 20 Jahren. Zu diesem Ergebnis kommt eine aktuelle Studie zumindest für England. Ist die Demenz trotz alternder Gesellschaft doch kein so großes Problem?

Dienstag, 16.07.2013 – 17:53 Uhr

Drucken | Versenden | Merken

Nutzungsrechte | Feedback

Komentieren | 10 Kommentare

Twittern 9

Empfehlen 10

+1



Altern

Intelligenz

Demografie Deutschlands

Alzheimer

Alle Themenseiten

Gesundheit auf Twitter

Über diesen Account erreichen Sie das Ressort und verpassen keinen Artikel:



Corbis

Gefangen in einer vergangenen Welt: Mit dem Alter droht Demenz

Hat er einmal angefangen, lässt sich der Gedächtnisverlust kaum bremsen. Stück für Stück reisen die Betroffenen in ihrer Erinnerung zurück. Erst vergessen sie, wo sie ihren Schlüssel abgelegt haben. Dann, wo sie sich gerade befinden. Und schließlich, ob sie Kinder haben. Demenz ist ein Gespenst des Alters. Und mit der alternden Gesellschaft auch eines der Bevölkerung.

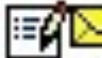
Mittlerweile mehren sich allerdings die Hinweise darauf, dass die heutigen Rentner rüstiger sind als noch vor ein paar Jahren - und die Zukunft damit möglicherweise auch etwas rosiger. Dafür spricht auch eine aktuelle Studie im Medizinjournal "The Lancet". Demnach waren 2011 im Schnitt deutlich weniger Briten dement als noch 20 Jahre zuvor.

The Lancet, Early Online Publication, 11 July 2013
doi:10.1016/S0140-6736(13)60777-1 [?](#) [Cite or Link Using DOI](#)

This article can be found in the following collection:

Copyright © 2013 Elsevier Ltd All rights reserved.

Physical and cognitive functioning of people older than 90 years: a comparison of two Danish cohorts born 10 years apart

Prof [Kaare Christensen](#) MD [a](#) [c](#) [d](#) [e](#) , [Mikael Thinggaard](#) MSc [a](#), [Anna Oksuzyan](#) MD [a](#), [Troels Steenstrup](#) PhD [b](#), [Karen Andersen-Ranberg](#) MD [a](#) [f](#), [Bernard Jeune](#) MD [a](#), Prof [Matt McGue](#) PhD [g](#), Prof [James W Vaupel](#) PhD [a](#) [c](#) [h](#)

Summary

Background

A rapidly increasing proportion of people in high-income countries are surviving into their tenth decade. Concern is widespread that the basis for this development is the survival of frail and disabled elderly people into very old age. To investigate this issue, we compared the cognitive and physical functioning of two cohorts of Danish nonagenarians, born 10 years apart.

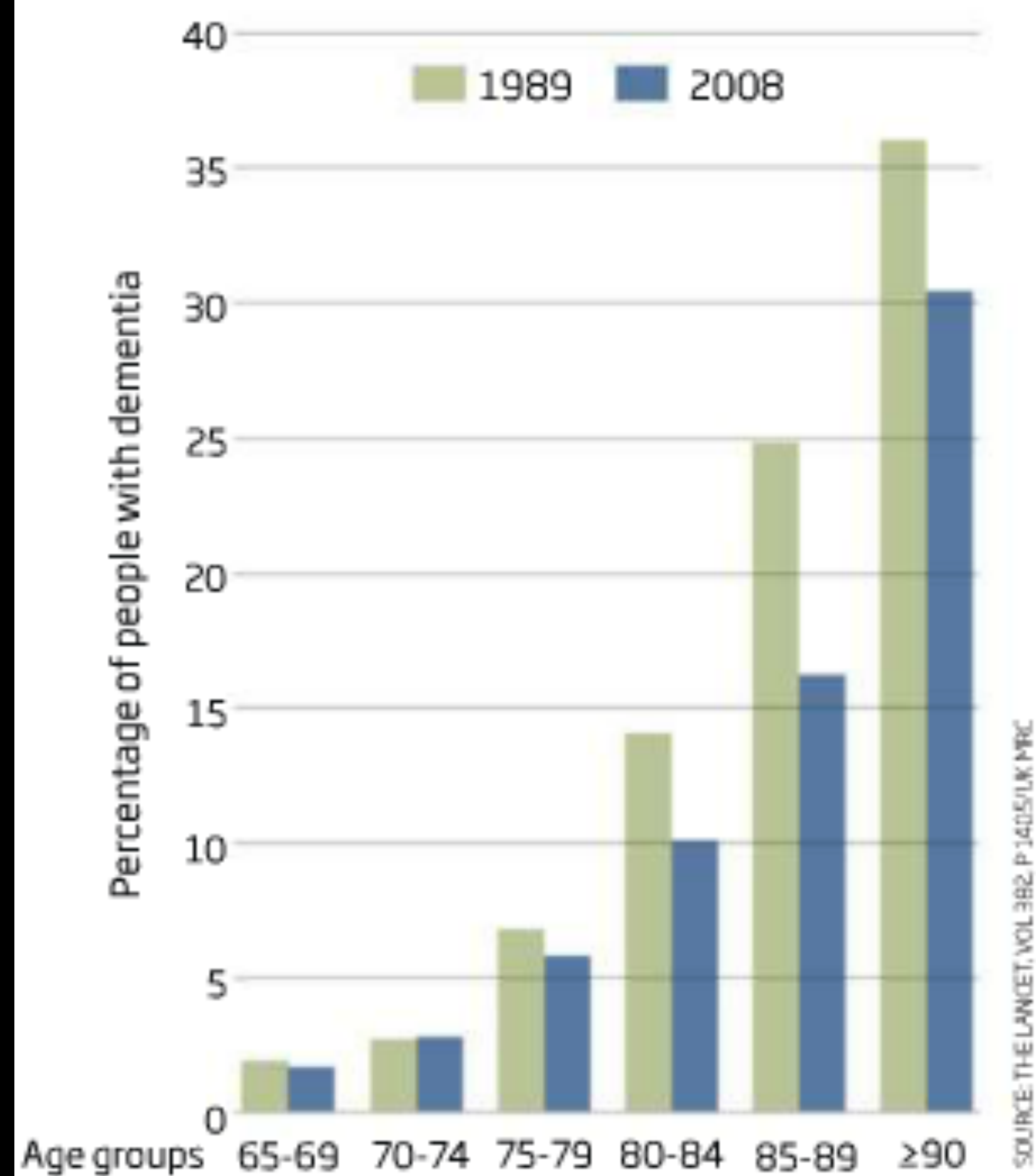
Forscher des Karolinska-Instituts haben zwei Studien im Stockholmer

Stadtteil Kungsholmen verglichen und festgestellt, dass dort die Häufigkeit von Demenz in einem Zeitraum von 20 Jahren nicht zugenommen hat.

They were born in 1905 and assessed at age 93 years (n=2262); those in the second cohort were born in 1915 (n=1584). All cohort members were eligible irrespective of type of residence. Both cohorts were assessed using the same design and assessment instrument, and had almost identical response rates (63%). Cognitive functioning was assessed by mini-mental state examination and a composite of five cognitive tests that are sensitive to age-related changes. Physical functioning was assessed by an activities of daily living score and by physical performance tests (grip strength, chair stand, and gait speed).

Dementia prevalence

...but a recent study casts doubt on those predictions, as the rate of dementia among over-65s has fallen over the past 20 years



Schützt ein gesundes Leben vor dem Vergessen?

Eine schwedische Studie wirft bei Medizinern Fragen auf. Demnach ist die Zahl der Demenzfälle in Stockholm in den vergangenen 20 Jahren – anders als praktisch überall in Europa – nicht angestiegen.

Von Cornelia Werner



Foto: picture alliance / Lou Avers

In Stockholm scheint der Trend zur Demenz gebrochen zu sein. Die Patientenzahlen steigen nicht mehr an

[Bild teilen](#)

ARTIKEL

E-M

Ko

MEIS

1. Sy
Der Tr

2. Ne
Das ä

3. Liv
Ukrain

4. Na
Kalifor

5. Wi
Walze

JOGGE

Alles
Fitne

> Zur Ü

ELLEN LANGERS VERJÜNGUNGS-EXPERIMENT

COUNTERCLOCKWISE

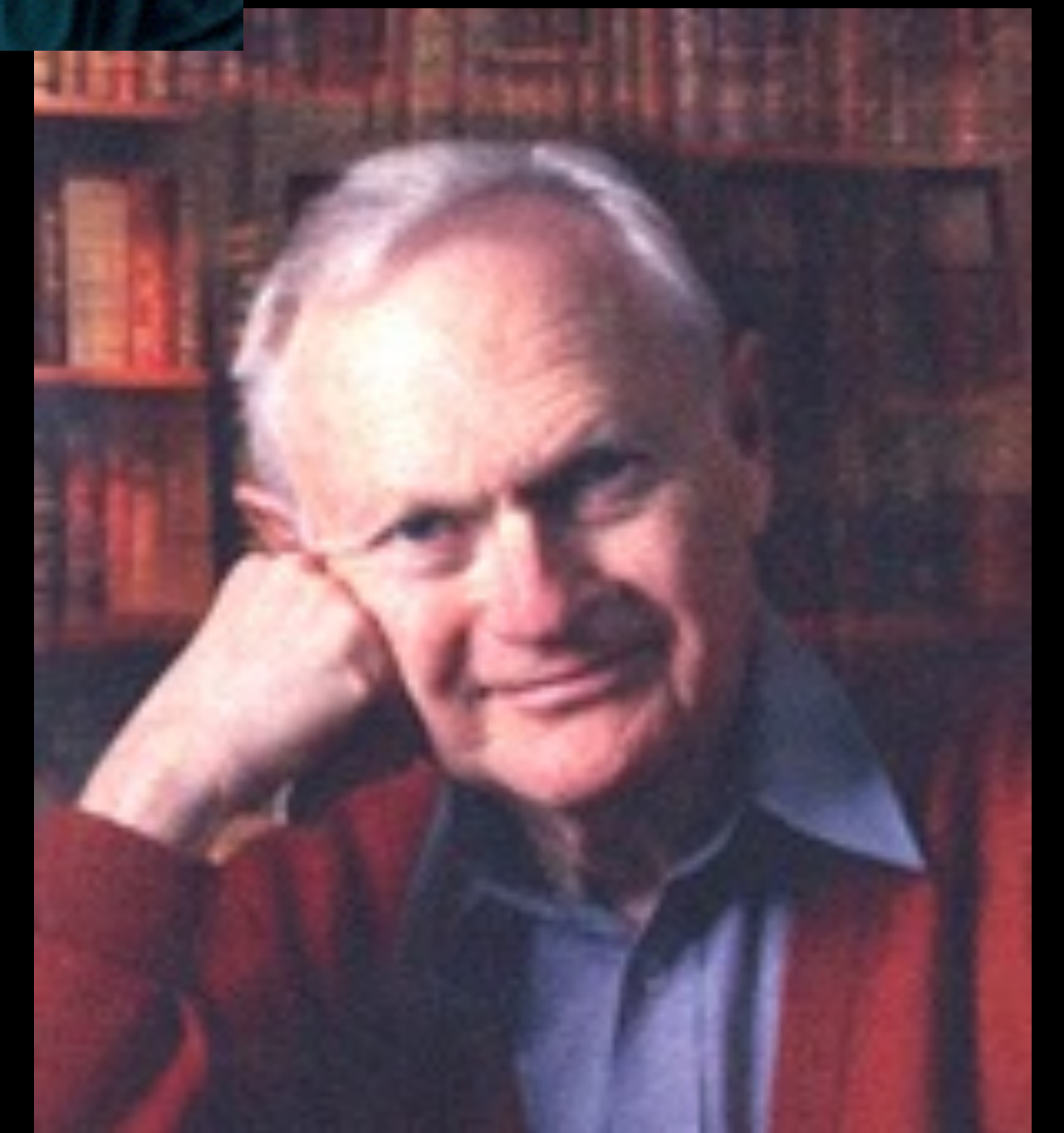
Das berühmte Klosterexperiment
1979: Ein Kloster wurde in eine
50er-Jahre Welt umgebaut.
60jährige Männer verjüngten sich
in dieser Umgebung um bis zu 15
Jahre - auch körperlich.



PAUL BALTES:
ERFOLGREICHES
ALTERN



SHERWIN B. NULAND:
DIE KUNST ZU
ALTERN





40jährige
im Jahre 1940



40jährige
heute

Margriet (41)

Eric (42)

STUDIO CITY ROBERT BERGLER
PRODUKTION FREDERIQUE DAVIES

MISSVERSTÄNDNISSE ÜBER DAS LÄNGERE LEBEN

NEGATIV-MYTHEN DER ALTERUNG

1. ÄLTER GLEICH KRÄNKER

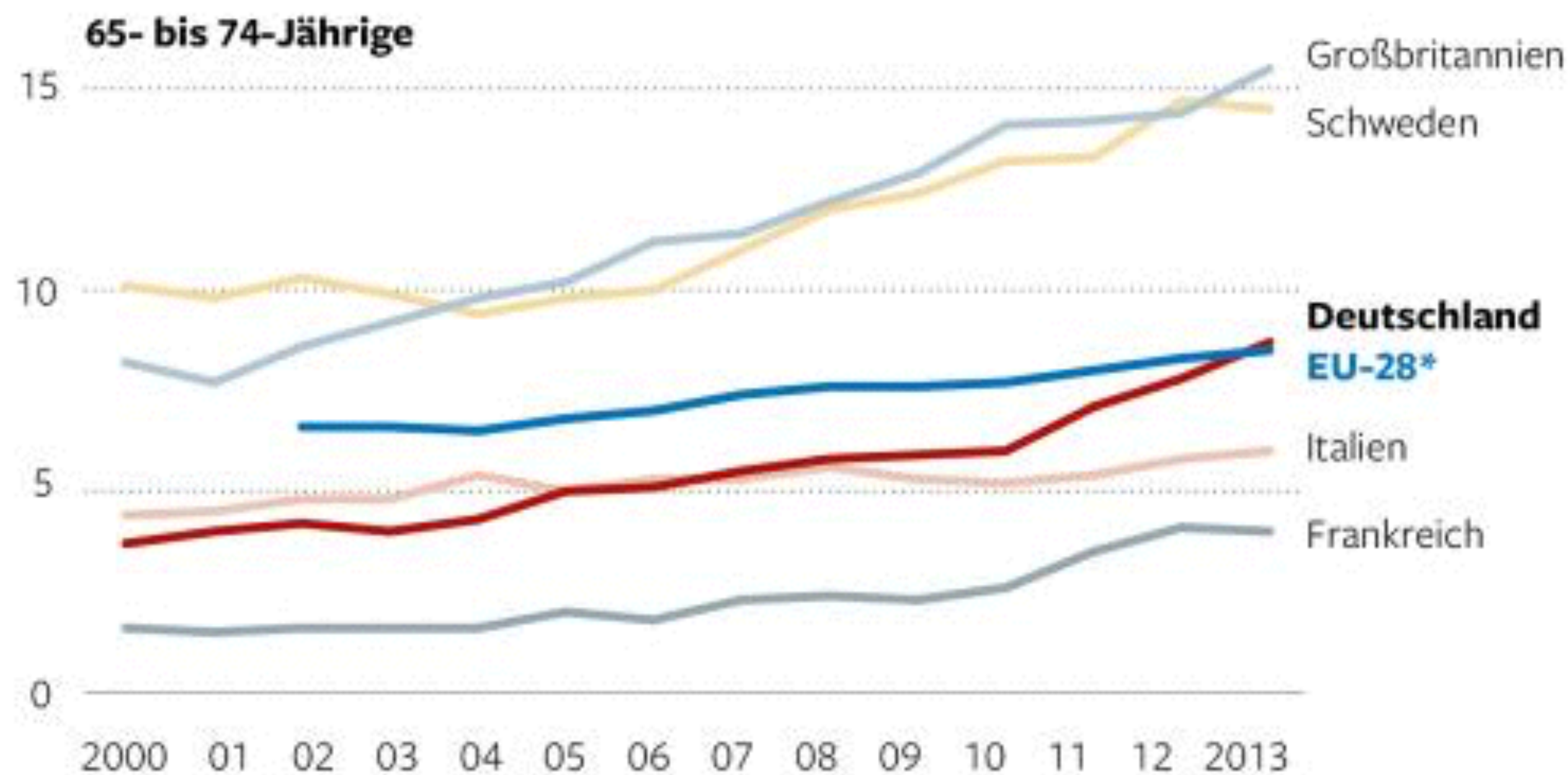
2. DEUTSCHLAND STIRBT AUS

3. DIE GESELLSCHAFT WIRD
STARR UND REAKTIONÄR

4. WOHLSTAND UND PRODUKTIVITÄT SINKEN

ERWERBSBETEILIGUNG ÄLTERER IM EU-VERGLEICH

Entwicklung der Erwerbstätigenquoten in Prozent



QUELLE: IW-TRENDS 2. 2015 / EUROSTAT, 2014

How “Successful” Do Older Europeans Age? Findings From SHARE

Karsten Hank

Institute of Sociology, University of Cologne, Germany.

Objectives. We estimate comparable prevalence estimates of “successful aging” for 14 European countries and Israel, adding a new cross-nationally comparative perspective to recently published findings for the United States.

Methods. Measures for a variety of specific successful aging criteria were derived from baseline interviews of respon-

Table 2. Percentages Meeting Specific “Successful Aging” Criteria By Country

	AT	DE	SE	NL	ES	IT	FR	DK	GR	CH	BE	IL	CZ	PL	IE ^a	All	US ^b
No major disease	59.0	47.5	45.2	49.8	40.3	39.0	39.3	51.0	48.1	59.6	46.4	31.5	41.2	25.5	55.0	42.6	37.0
No disability	88.0	84.2	86.8	88.8	85.3	83.8	83.5	85.9	88.7	90.8	81.7	83.0	88.2	67.0	83.5	83.7	82.1
High cognitive functioning ^c	68.4	67.5	64.8	63.4	20.9	36.3	45.3	67.2	53.2	70.9	52.5	44.2	60.2	30.5	60.8	48.5	57.8
High physical functioning ^d	64.6	61.4	68.5	69.4	51.4	54.2	60.6	69.4	49.5	79.0	62.6	42.3	59.0	31.1	64.7	57.3	49.0
Actively engaged ^e	22.3	27.4	39.7	40.7	22.8	24.2	29.5	42.6	27.0	31.4	37.5	35.1	18.0	17.1	40.6	27.1	49.7
Successful aging - (global)	10.2	11.6	17.4	17.0	3.1	5.3	8.4	21.1	7.7	16.1	11.8	10.2	6.4	1.6	15.7	8.5	10.9

variate

many as

gender,

ging.

ilation

ocietal

g.

Key Words: Cross-national research—Population aging—SHARE—Successful aging.

A GAINST the background of a steady increase in life expectancy, the question of how people will age has become increasingly important. Issues of particular concern are future trends in older adults’ health (e.g., [Crimmins, 2004](#); [Parker & Thorslund, 2007](#)) and social integration (e.g., [Cornwell, Laumann, & Schumm, 2008](#); [Kohli, Hank, & Künemund, 2009](#)), where adverse developments might threaten individuals’ potential for “successful aging”. Although this term has become very popular in the geronto-

The Survey of Health, Ageing, and Retirement in Europe (SHARE) allows us to calculate comparable prevalence estimates of successful aging for 14 European countries and Israel, thereby complementing previous research in several ways. First, [McLaughlin and colleagues \(2010, p. 225\)](#) concluded that because only “[f]ew older adults meet Rowe and Kahn’s definition of successful aging [. . .] modification of [their] concept is necessary if it is to be used as a benchmark by which to assess the health and

How “Successful” Do Older Europeans Age? Findings From SHARE

Karsten Hank

Table 2. Percentages Meeting Specific “Successful Aging” Criteria By Country

	AT	DE	SE	NL	ES	IT	FR	DK	GR	CH	BE	IL	CZ
No major disease	59.0	47.5	45.2	49.8	40.3	39.0	39.3	51.0	48.1	59.6	46.4	31.5	41.2
No disability	88.0	84.2	86.8	88.8	85.3	83.8	83.5	85.9	88.7	90.8	81.7	83.0	88.2
High cognitive functioning ^c	68.4	67.5	64.8	63.4	20.9	36.3	45.3	67.2	53.2	70.9	52.5	44.2	60.2
High physical functioning ^d	64.6	61.4	68.5	69.4	51.4	54.2	60.6	69.4	49.5	79.0	62.6	42.3	59.0
Actively engaged ^e	22.3	27.4	39.7	40.7	22.8	24.2	29.5	42.6	27.0	31.4	37.5	35.1	18.0
Successful aging - (global)	10.2	11.6	17.4	17.0	3.1	5.3	8.4	21.1	7.7	16.1	11.8	10.2	6.4

Key words: cross-national research, population aging, SHARE, successful aging.

A GAINST the background of a steady increase in life expectancy, the question of how people will age has become increasingly important. Issues of particular concern are future trends in older adults’ health (e.g., [Crimmins, 2004](#); [Parker & Thorslund, 2007](#)) and social integration (e.g., [Cornwell, Laumann, & Schumm, 2008](#); [Kohli, Hank, & Kunemund, 2009](#)), where adverse developments might threaten individuals’ potential for “successful aging”. Although this term has become very popular in the geronto-

The Survey of Health, Ageing, and Retirement in Europe (SHARE) allows us to calculate comparable prevalence estimates of successful aging for 14 European countries and Israel, thereby complementing previous research in several ways. First, [McLaughlin and colleagues \(2010, p. 225\)](#) concluded that because only “[f]ew older adults meet Rowe and Kahn’s definition of successful aging [. . .] modification of [their] concept is necessary if it is to be used as a benchmark by which to assess the health and

How “Successful” Do Older Europeans Age? Findings From SHARE

Karsten Hank

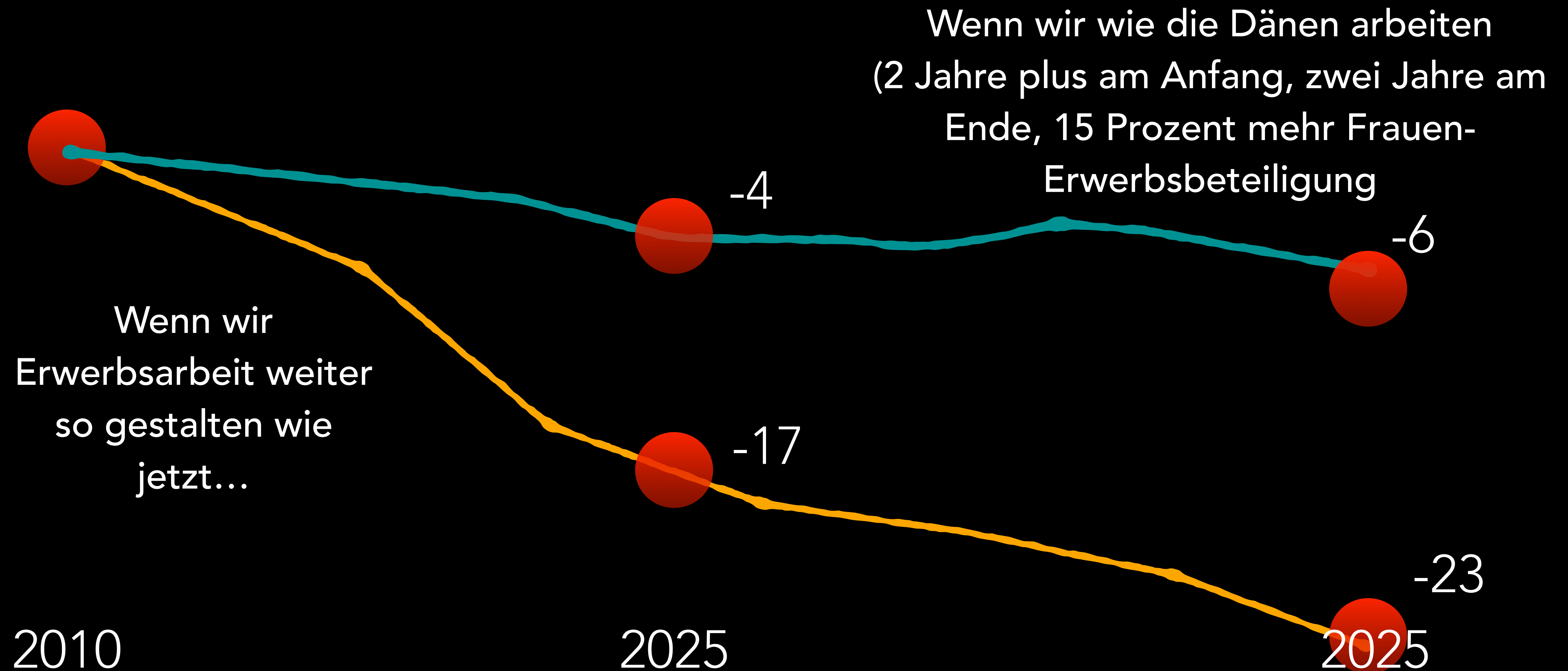
Table 2. Percentages Meeting Specific “Successful Aging” Criteria By Country

AT	DE	SE	NL	ES	IT	FR	DK	GR	CH	BE	IL	CZ	PL	IE ^a	All	US ^b
59.0	47.5	45.2	49.8	40.3	39.0	39.3	51.0	48.1	59.6	46.4	31.5	41.2	25.5	55.0	42.6	37.0
88.0	84.2	86.8	88.8	85.3	83.8	83.5	85.9	88.7	90.8	81.7	83.0	88.2	67.0	83.5	83.7	82.1
68.4	67.5	64.8	63.4	20.9	36.3	45.3	67.2	53.2	70.9	52.5	44.2	60.2	30.5	60.8	48.5	57.8
64.6	61.4	68.5	69.4	51.4	54.2	60.6	69.4	49.5	79.0	62.6	42.3	59.0	31.1	64.7	57.3	49.0
22.3	27.4	39.7	40.7	22.8	24.2	29.5	42.6	27.0	31.4	37.5	35.1	18.0	17.1	40.6	27.1	49.7
10.2	11.6	17.4	17.0	3.1	5.3	8.4	21.1	7.7	16.1	11.8	10.2	6.4	1.6	15.7	8.5	10.9

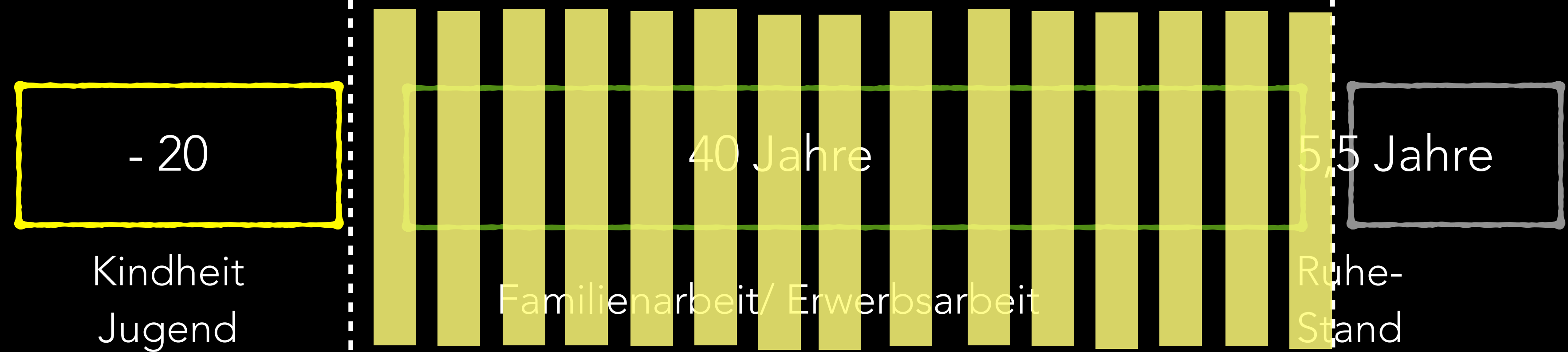
A GAINST the background of a steady increase in life expectancy, the question of how people will age has become increasingly important. Issues of particular concern are future trends in older adults’ health (e.g., [Crimmins, 2004](#); [Parker & Thorslund, 2007](#)) and social integration (e.g., [Cornwell, Laumann, & Schumm, 2008](#); [Kohli, Hank, & Kunemund, 2009](#)), where adverse developments might threaten individuals’ potential for “successful aging”. Although this term has become very popular in the geronto-

The Survey of Health, Ageing, and Retirement in Europe (SHARE) allows us to calculate comparable prevalence estimates of successful aging for 14 European countries and Israel, thereby complementing previous research in several ways. First, [McLaughlin and colleagues \(2010, p. 225\)](#) concluded that because only “[f]ew older adults meet Rowe and Kahn’s definition of successful aging [. . .] modification of [their] concept is necessary if it is to be used as a benchmark by which to assess the health and

DIE "RENTENKATASTROPHE" MUSS NICHT STATTFINDEN: VERÄNDERUNG DES ANTEILS DER ERWERBSTÄTIGEN



Industrielles Lebens-Modell 1960

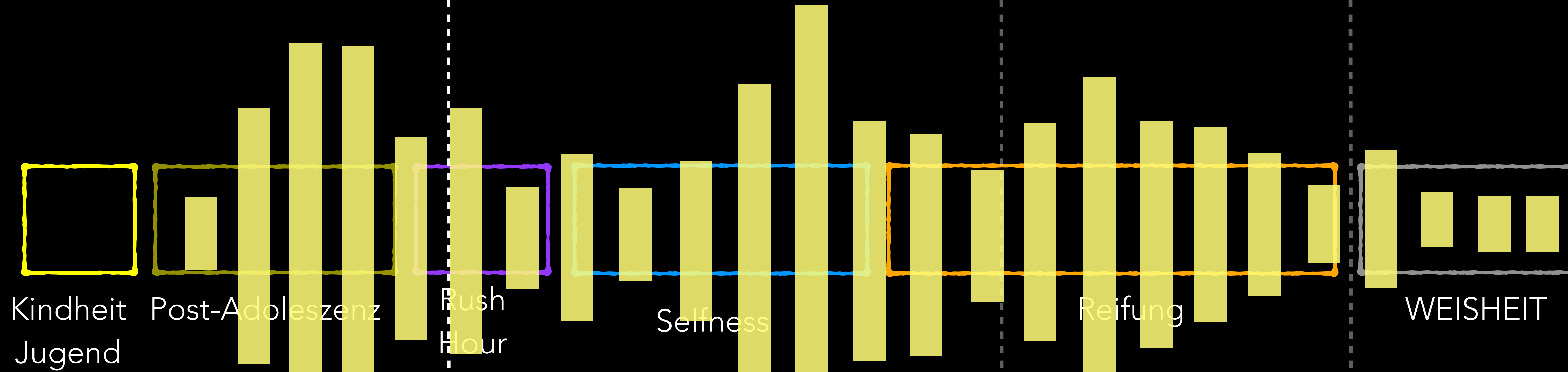


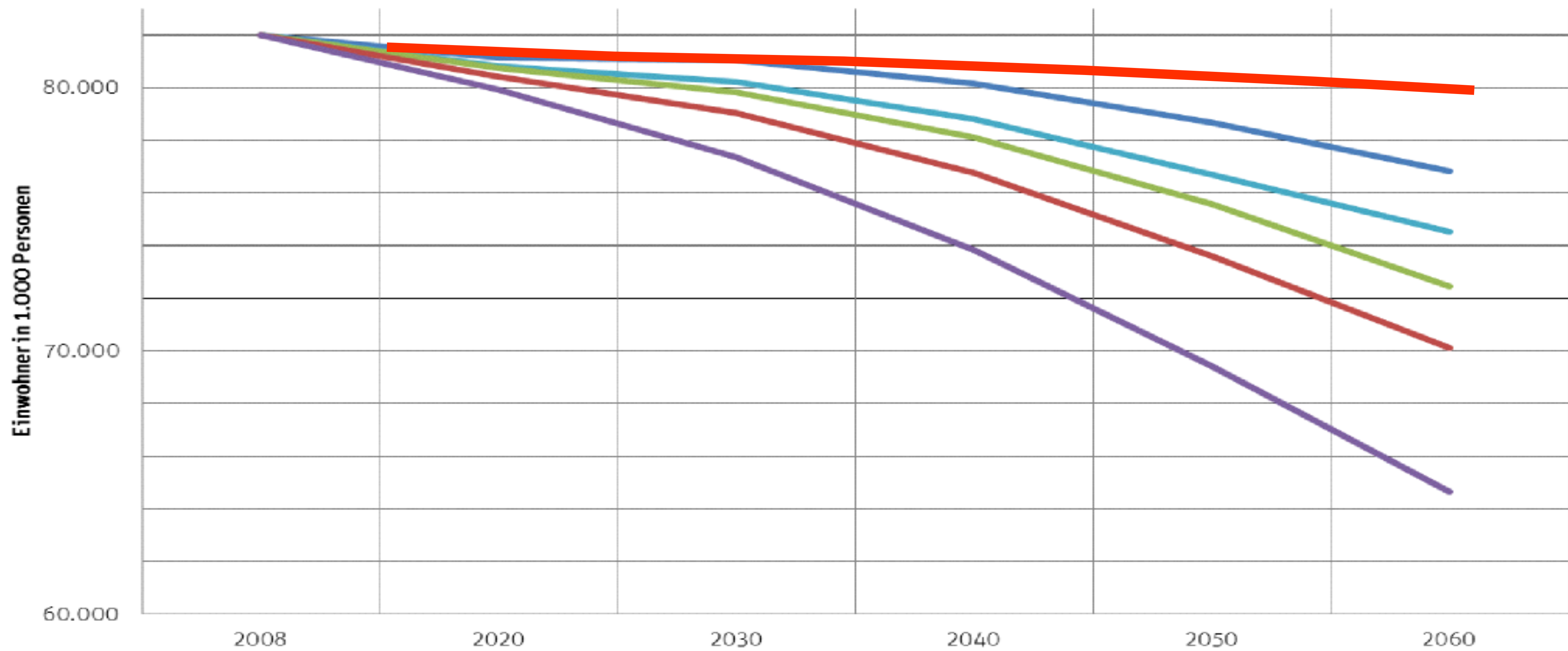
Heiratsalter 23

Rente

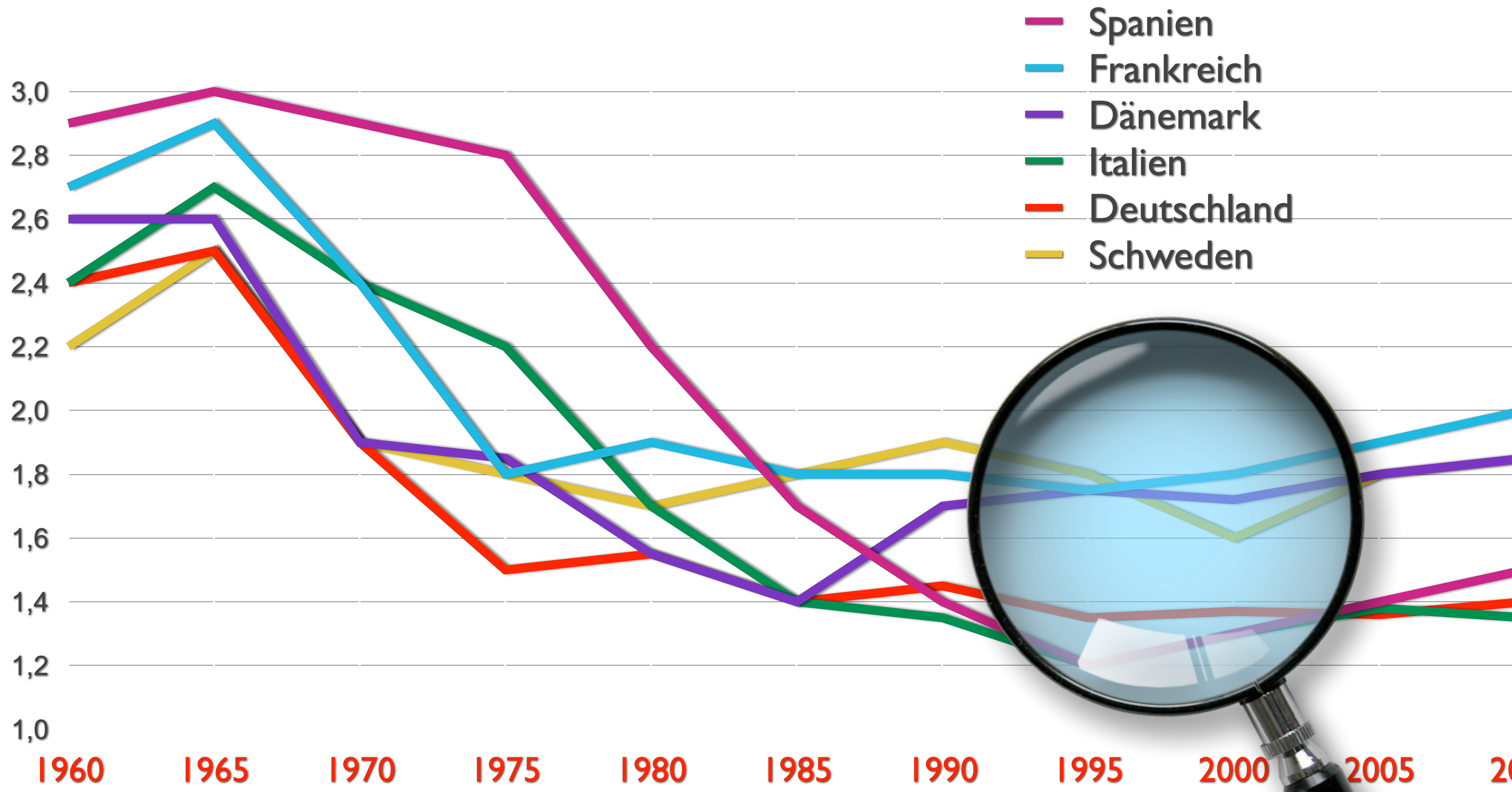
60-62

Erwerbszeiten in der gereiften Wissensökonomie





- Geburtenhäufigkeit: 1,6 Kinder je Frau ab 2025, Lebenserwartung: starker Anstieg, Wanderungssaldo: 200.000 ab 2020
- Geburtenhäufigkeit: 1,6 Kinder je Frau ab 2025, Lebenserwartung: mittlerer Anstieg, Wanderungssaldo: 200.000 ab 2020
- Geburtenhäufigkeit: 1,4 Kinder je Frau, Lebenserwartung: starker Anstieg, Wanderungssaldo: 200.000 ab 2020
- Geburtenhäufigkeit: 1,4 Kinder je Frau, Lebenserwartung: mittlerer Anstieg, Wanderungssaldo: 200.000 ab 2020
- Geburtenhäufigkeit: 1,4 Kinder je Frau, Lebenserwartung: mittlerer Anstieg, Wanderungssaldo: 100.000 ab 2014



Skandinavisches Modell

- starke staatliche Kinderbetreuungs-Maßnahmen
- flexible Arbeitskultur
- egalitäre Rollenbilder

+ Frankreich

Geburten-
Rate

Angelsächsisches Modell

- hoch entwickelte private Betreuungs-Services
- tolerante Rollenbilder
- Work-Life-Balance

Geburten-
Rate

Kern-europäisches (deutsches) Modell

- niedrige staatliche Infrastrukturmaßnahmen
- starre Arbeitskultur
- polarisierte Rollenbilder
- Überbetonung der Mutterrolle

Geburten-
Rate



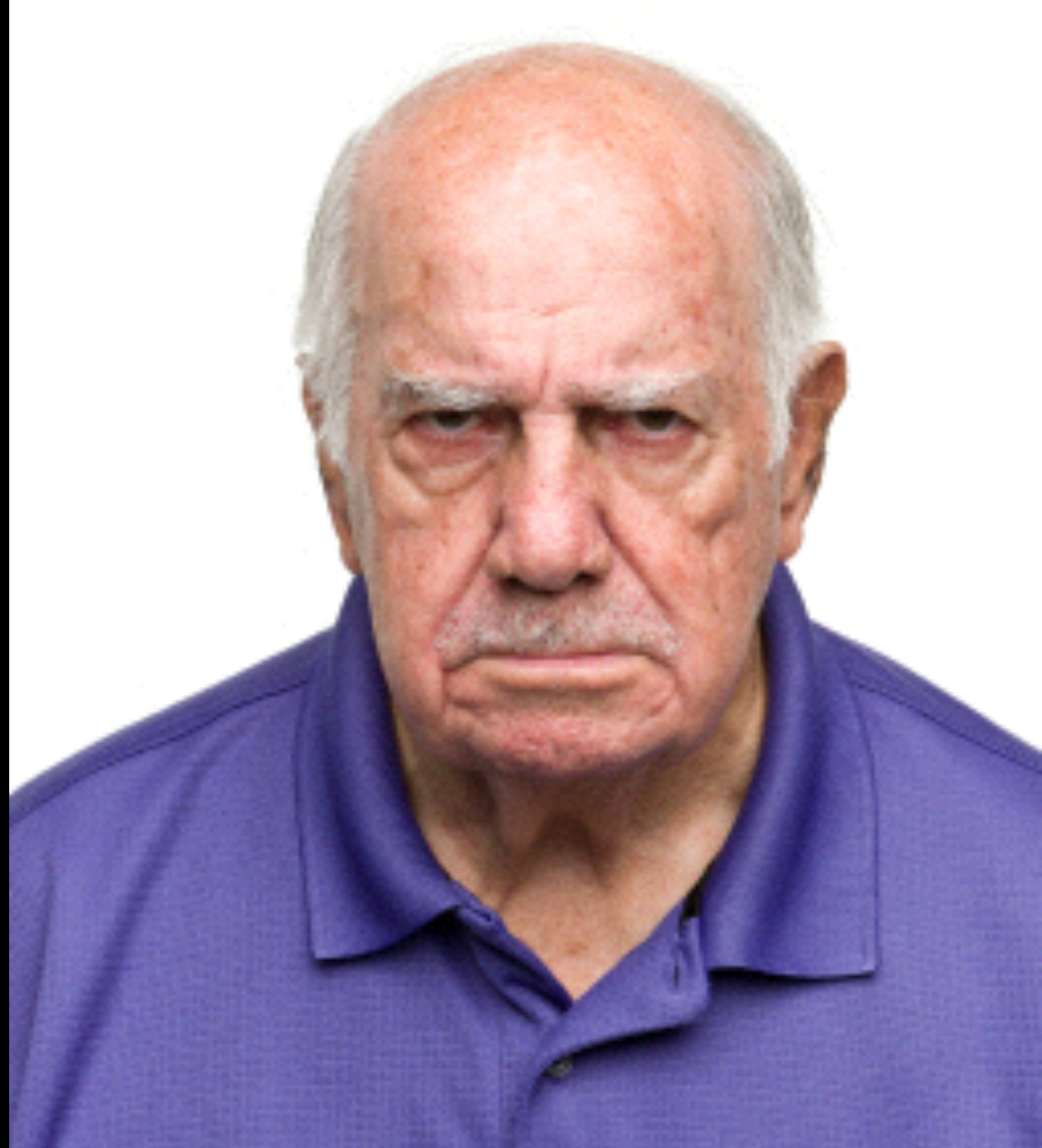
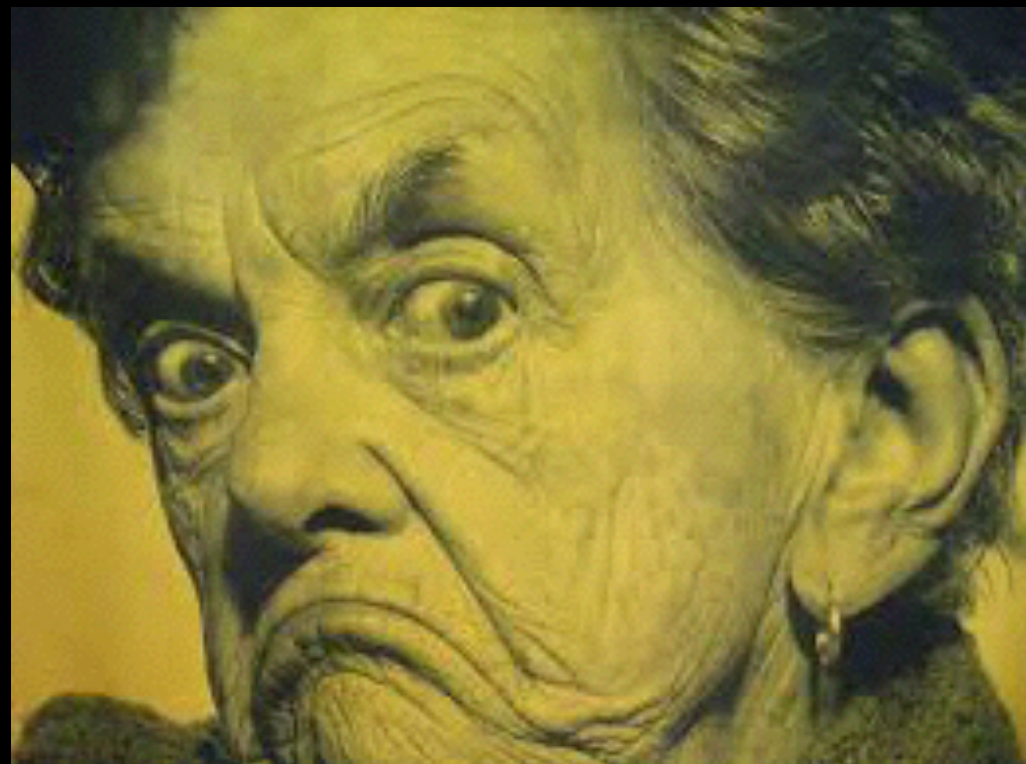
90%

DER JUNGEN PAARE MÖCHTEN SICH
DIE ERZIEHUNGSAUFGABEN TEILEN.

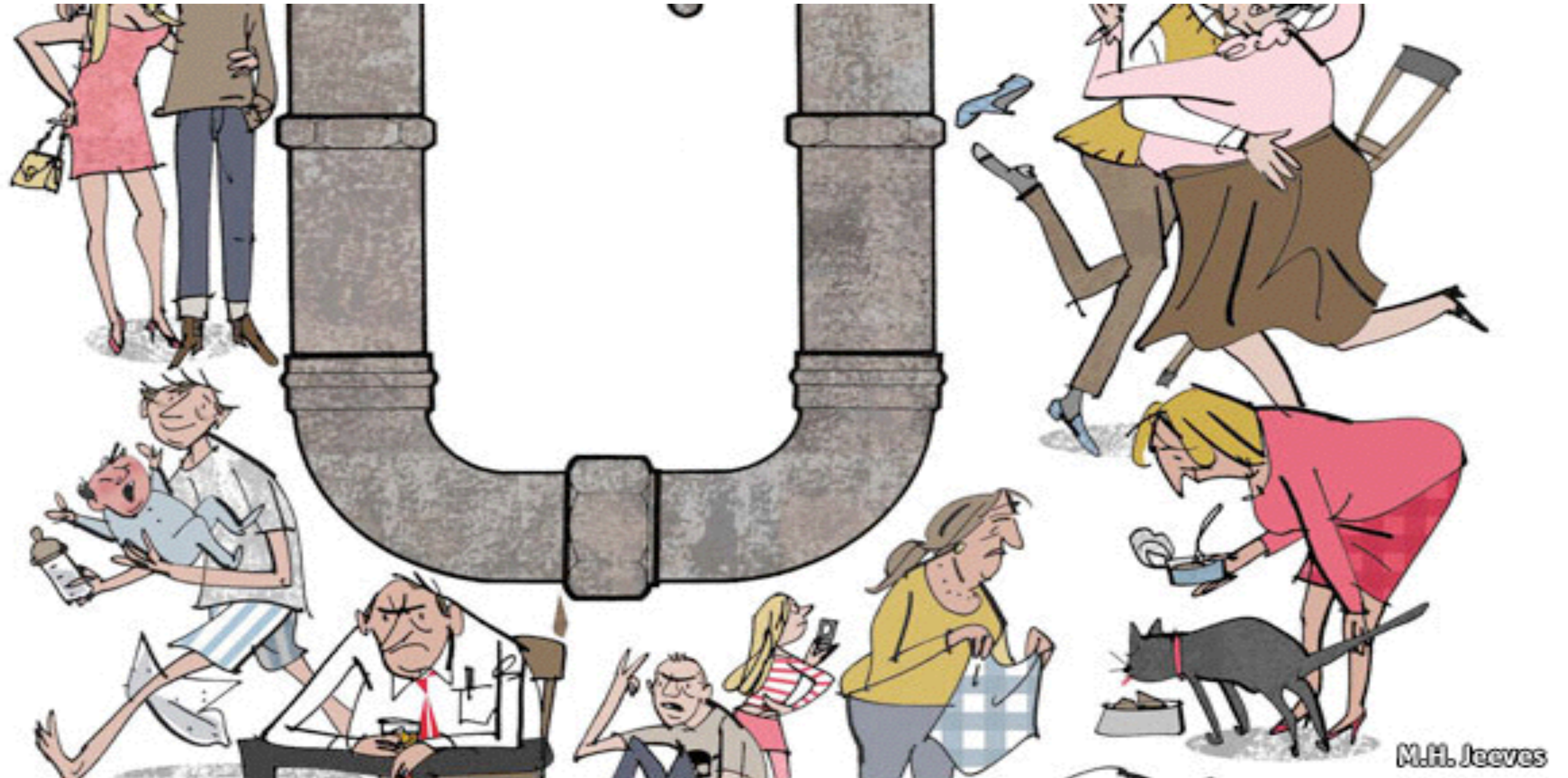
84% 77%

DER MÄNNER/ FRAUEN FINDEN, DAS BEIDE
ELTERNTEILE DAS FAMILIENEINKOMMEN
VERDIENEN SOLLTEN

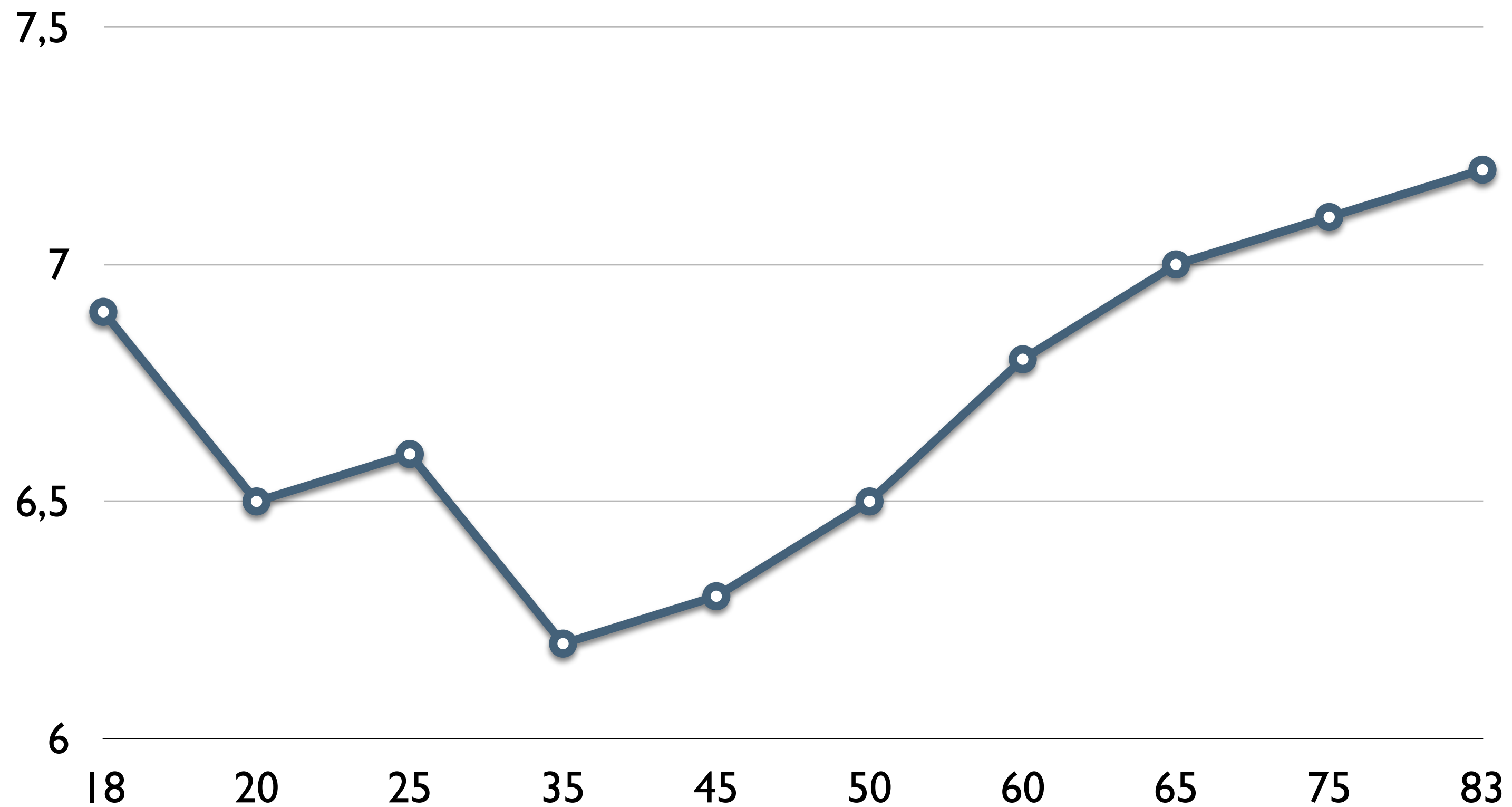
DAS GERÜCHT VOM ALTERS- STARRSINN



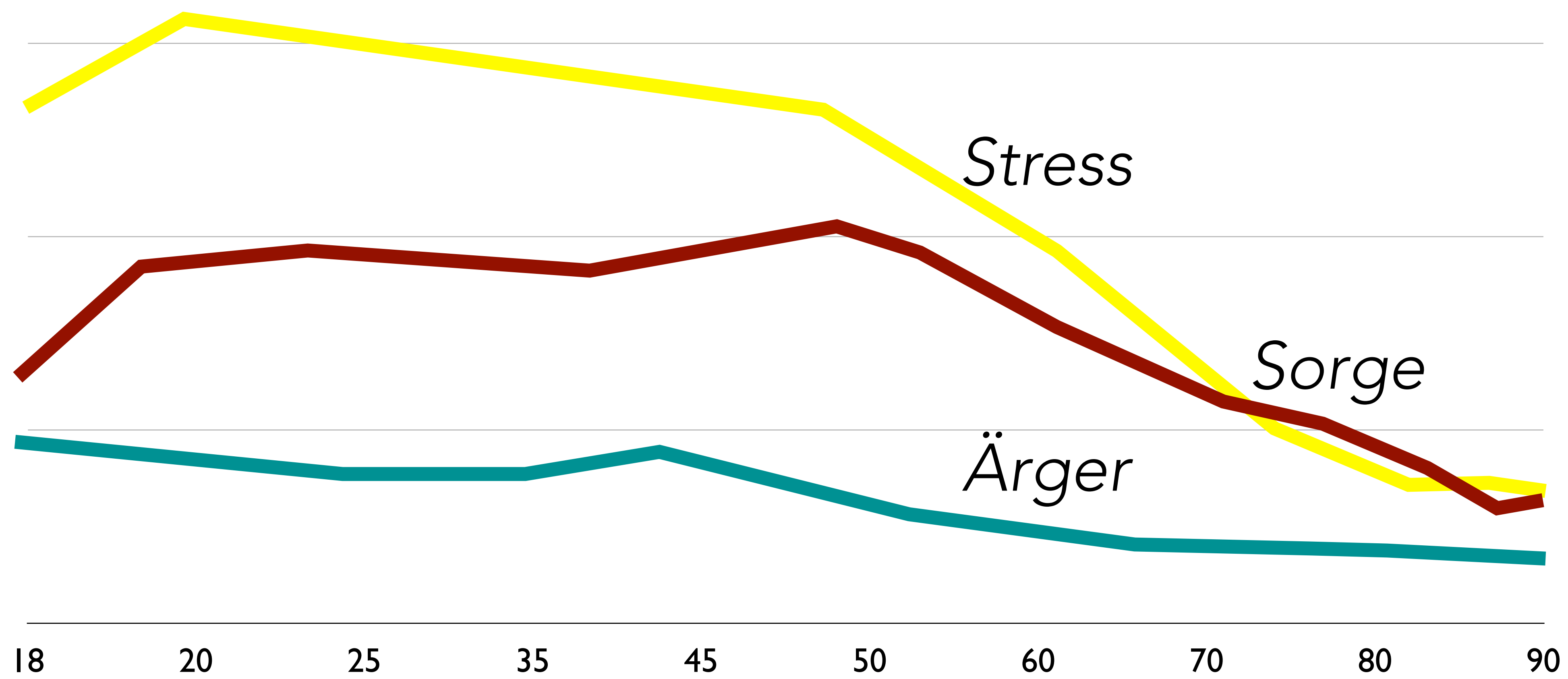
Das U des Lebens



○ Selbst-Definiertes Wohlergehen (Wellbeing) 1-10



PNAS Paper: „A snapshot of the age distribution of psychological well-being, US“, Arthur Stone, The Economist Dez. 2010



Stress

Sorge

Ärger

Gallup

„ Wenn Du älter wirst, verlierst Du das Interesse an Sex, deine Freunde sterben, deine Kinder ignorieren dich. Es gibt natürlich noch andere Vorteile, aber die genannten sind doch die größten. “

– DER KANADISCHE KOMIKER RICHARD NEEDHAM

„ Wir haben die Möglichkeit, zufriedener und glücklicher zu sein, wenn wir älter werden, weil wir eine andere Umgangsform mit uns selber lernen können. Weil wir akzeptieren können, dass wir manchmal scheitern. weil wir die Verkniffenheit des irdischen Seins etwas zurücknehmen “

– ERNST PÖPPEL,HIRNFORSCHER

ALTERUNGS-QUALITÄT
IST EIN
WIRKUNGS-
NETZWERK!

Wirtschaft

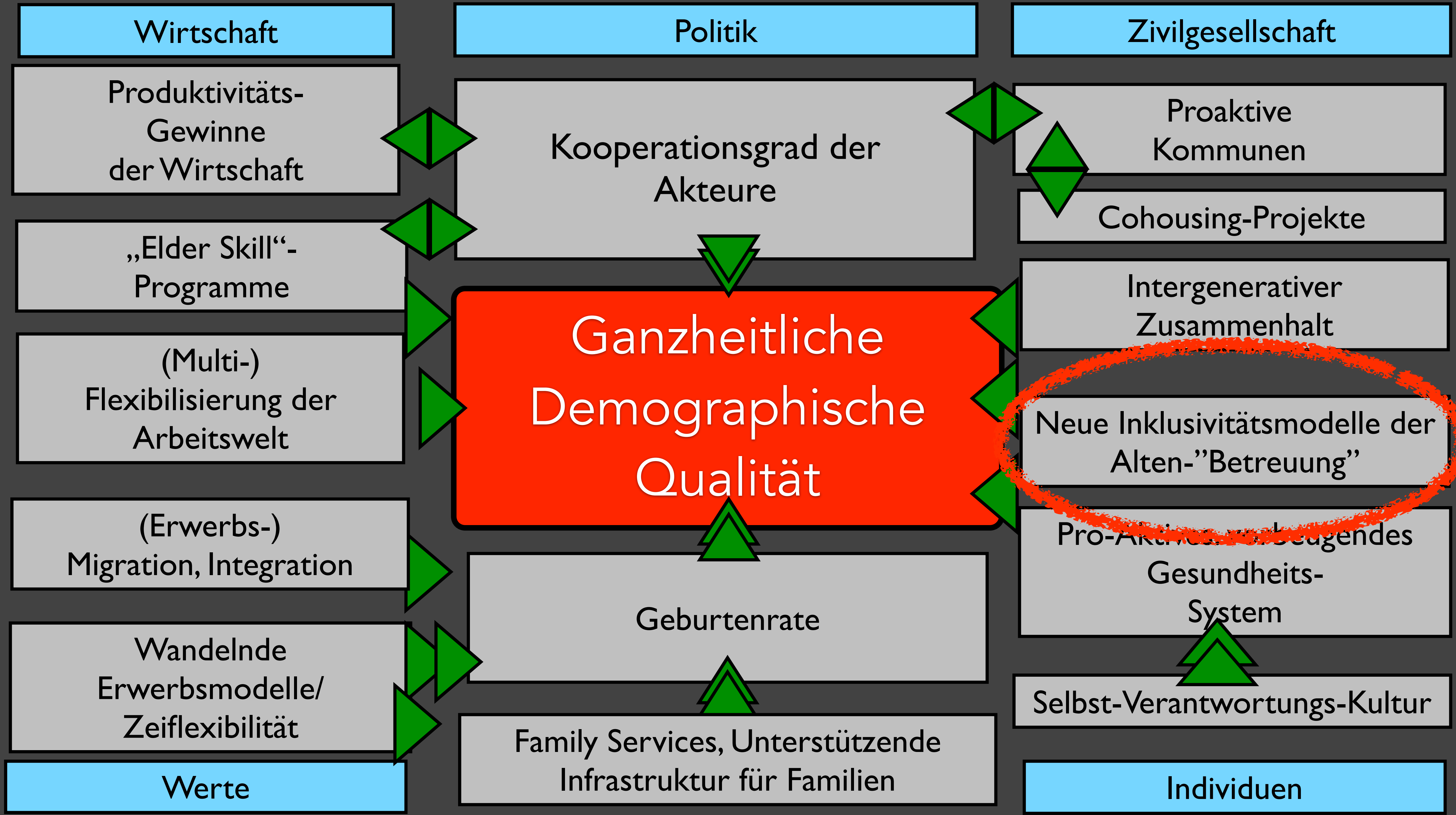
Politik

Zivilgesellschaft

Ganzheitliche
Demographische
Qualität

Werte

Individuen



Das

COO

Prinzip

- working
- housing
- gardening
- moving



URBAN GARDENING



CO-WORKING

DIE NEUEN URBANEN
ARBEITSKULTUREN



COHOUSING

VAUBAN-VIERTEL
FREIBURG



BUNTES LEBEN IN ALTER KASERNE

FRANZÖSISCHES VIERTEL, TÜBINGEN



ZEIT-BANKING FÜRS ALTER

DAS RIELINGER MODELL



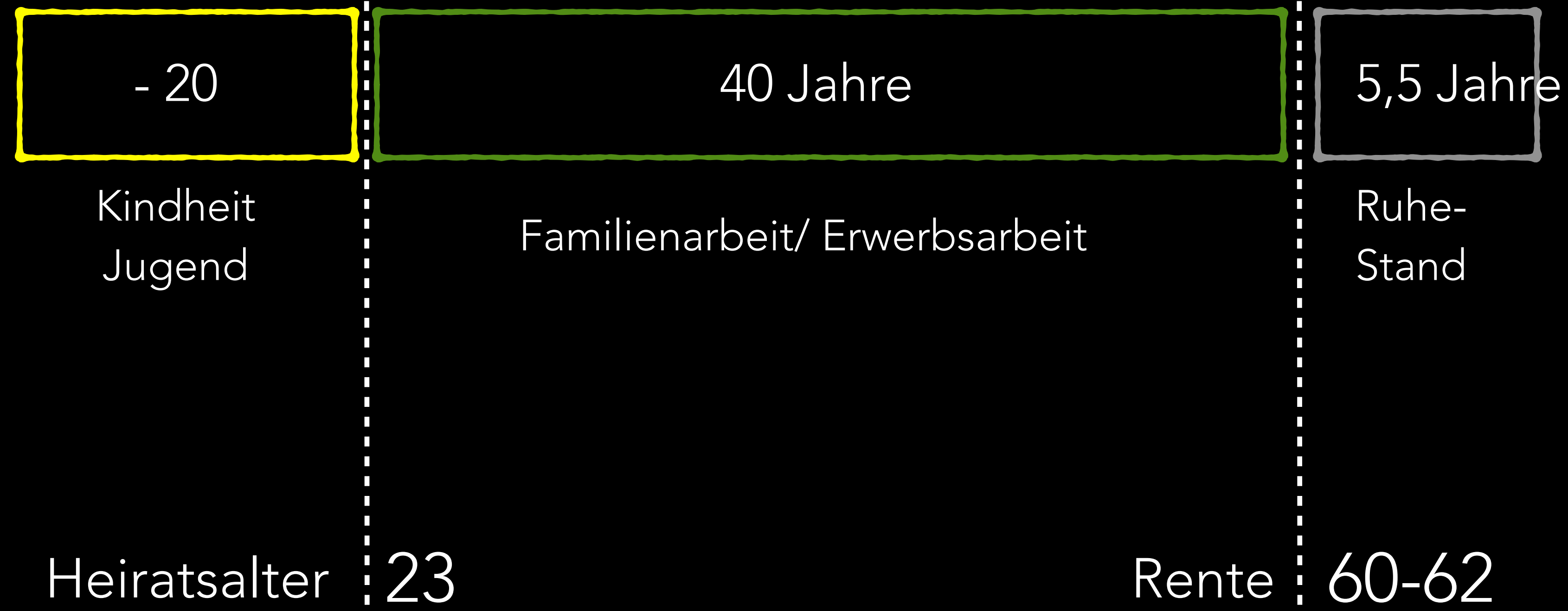
HOGWEY

Ein soziales Experiment des neuen Umgangs mit Demenz: Offene Gruppen, aktivitätsorientiert, gesellschaftlich integriert, bei hohem Betreuungsgrad.

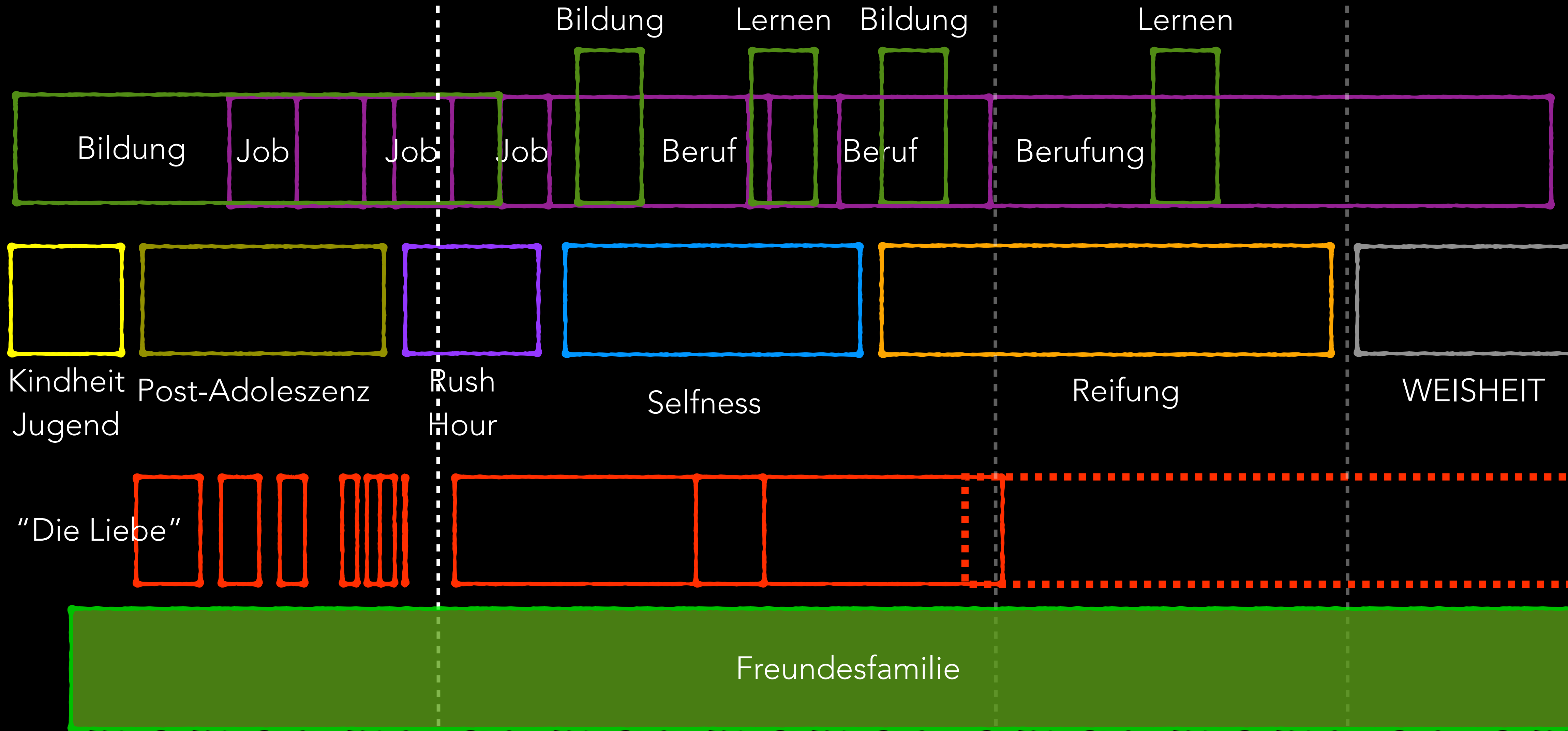


DIE NEUEN
MULTI-
BIOGRAPHIEN

Industrielles Lebens-Modell 1960

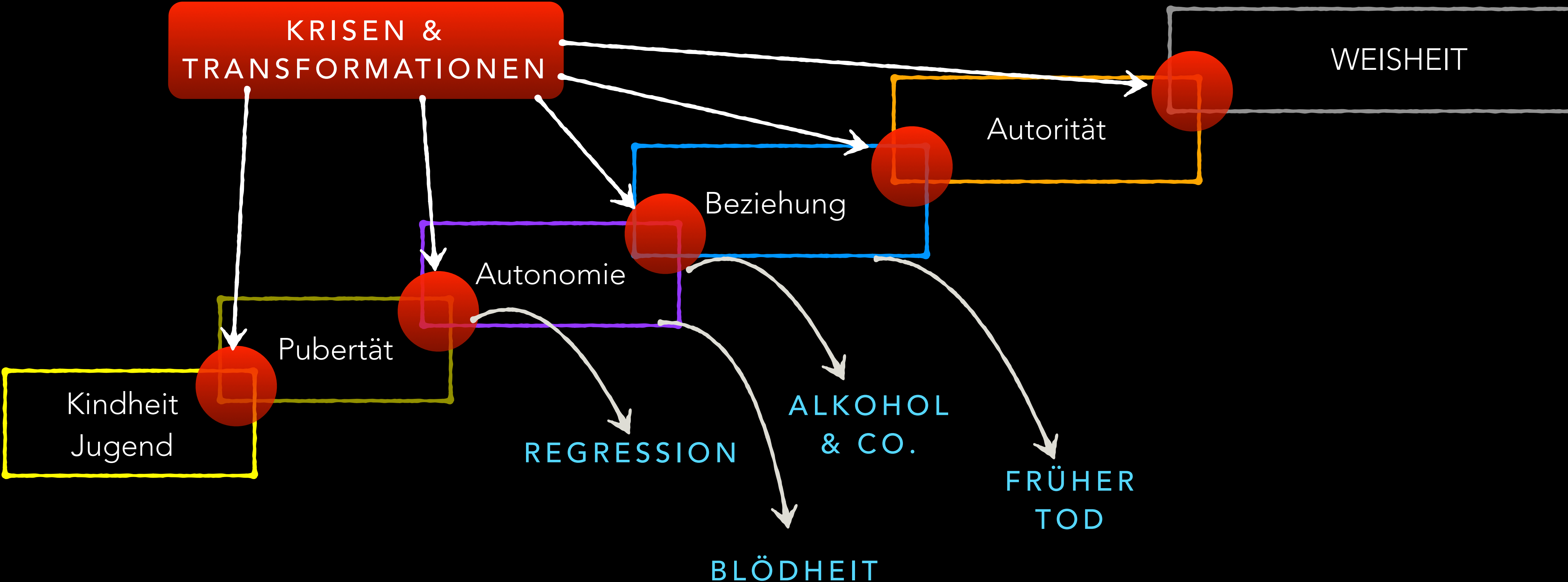


Das Sieben-Phasen-Modell



Die Treppe des Lebens

Entwicklungsphasen nach Robert Kegan



A large crowd of people at a festival or concert, with a person in the foreground wearing a light blue shirt and pink shorts. The background is filled with people cheering and raising their hands. The text "EMPATHISCHER HEDONISMUS" is overlaid in white, uppercase letters across the center of the image.

EMPATHISCHER HEDONISMUS

Demographischer Wandel

Gut altern

Produktiver, reicher und gesünder: Was Max-Planck-Forscher jetzt der alternden Gesellschaft in Deutschland prophezeien, hat man so noch nicht gehört. Liefert der demographische Wandel Gründe für Optimismus?

02.10.2014, von HILDEGARD KAULEN





„ Cool altern ist eigentlich ganz einfach. Man muss nur früh genug damit anfangen. “

–NENEH CHERRY, 52

„He never grew up, but he never stopped growing...”

– ARTHUR C. CLARKE ÜBER SICH SELBST

„Die Tragödie des Alters ist, dass man jung bleibt.“

– OSCAR WILDE

„Youth is wasted on the young.“

– JOOP

ZUKUNFTSINSTITUT

DENKEN FÜR MORGEN