

«Chancen nach sechzig»

Lebensgeschichten, Ideen und Anregungen – Ein Buchtipp

«Aktiv nach der Pensionierung» – so das Thema der dialog-Ausgabe vom Juli 2015. Mit 66 ist noch lange nicht Schluss – das wissen wir spätestens seit Udo Jürgens' musikalischem Hit. In der Schweiz dürfen viele der heute sechzigjährigen Menschen sogar damit rechnen, dass sie mindestens weitere zwei Jahrzehnte vor sich haben. 20 Jahre bei guter körperlicher und geistiger Gesundheit, mit viel Erfahrung und grossem Expertenwissen. Mit wertvollen Ressourcen also, die es in unserer Gesellschaft zukünftig vermehrt zu nutzen gilt.

20 persönliche Lebensgeschichten

Wie gestalten Frauen und Männer den Übergang vom Berufsleben in die dritte Lebensphase? Wie nutzen sie ihre Ressourcen? Mit welchen Fragen setzen sie sich auseinander? Ganz unterschiedlich, ganz individuell. Während die einen vorerst mal einfach Ruhe und Zeit für sich wollen, vertiefen andere ein Hobby oder packen Neues an. Verwirklichen, was während der Berufszeit vielleicht zu kurz kam. Ein Team von erfahrenen Fachpersonen der Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung hat das Thema aufgegriffen und mit

20 Menschen gesprochen. Entstanden sind bewegende Porträts. Der ehemalige Direktor einer Informatikfirma zum Beispiel besucht mit seinem Hund Dayka Menschen in Spitälern und Gefängnissen. Die 68-jährige Katechetin findet mit 60 Jahren Gefallen am Laufsport und läuft heute den 100km-Lauf von Biel. Zwei Frauen bauen gern Brücken zwischen Menschen und organisieren einen regelmässigen Treff. Und ein ehemaliger Elektro-Ingenieur ist im Rahmen des Projektes «munterwegs» regelmässig mit dem 9-jährigen Sämi unterwegs. Andere organisieren Mittagstische, begleiten schwerkranke Menschen, fahren Betagte zum Arzt, spielen Alphorn, führen einen Koch-Blog, unterstützen Lehrkräfte, spielen Bridge, malen Bilder, pflegen einen Garten oder leiten Meditations- oder Gedächtnistrainingskurse. Sie alle tun etwas, das sie erfüllt.

Ausser man tut es ...

Ergänzend zu den Porträts kommen im Buch Fachleute zu Wort. Prof. Dr. Margrit Stamm, Erziehungswissenschaftlerin und Verantwortliche für das Projekt «Talent Scout 60+» zum Beispiel betont, dass das Expertenwissen von älteren Menschen für die zunehmend älter werdende Gesellschaft von grosser Bedeutung ist. Und ein Lebenscoach berichtet über seine Gespräche mit Ratsuchenden und darüber, wie er selber den Übergang ins dritte Lebensalter gestaltet. Ergänzt werden die Porträts mit vielen konkreten Anregungen und Adressen. An Ideen soll es nicht mangeln. Lassen Sie sich inspirieren, motivieren oder einfach unterhalten.

Bruno Baer (Hrsg.)

CHANCEN NACH SECHZIG

Lebensgeschichten, Ideen und Anregungen

Brigitte Schneider-von Bergen (THB 1974-77)

Mitautorin und Lektorin des Buches. Hat nach der WMB die damalige HKG (heute: Höhere Fachschulen HF Betriebswirtschaft) besucht und 2015 den ersten Lehrgang Lektorieren an der Schule für Angewandte Linguistik SAL abgeschlossen. Sie war während vielen Jahren in der Berner und Schweizer Berufsberatung tätig und arbeitet heute als freiberufliche Lektorin und Redaktorin. brigitte.schneider@text-bar.ch

Chancen nach sechzig – Lebensgeschichten, Ideen und Anregungen Erscheinungsjahr 2015, ISBN 978-3-033-04974-1, 160 Seiten, Fr. 29.– plus Versandkosten. Mehr Informationen und Bestellung unter: www.chancen-nach-sechzig.ch, in Buchhandlungen oder bei Explorum, Bruno Baer, Bottenwilerstrasse 1, 4800 Zofingen

