

Gefragt auch nach der Pensionierung

Viele über Sechzigjährige sind aktiv und haben einige Pläne. Eine von ihnen ist Suzanne Vogt. Sie ist als freiwillige Mitarbeiterin beim Treuhanddienst von Pro Senectute Kanton Zürich engagiert. Als ehemalige Personalverantwortliche liegt ihr diese Tätigkeit ganz besonders.



Pascale Gmür und Rolf Murbach

«**W**ann haben Sie letztmals etwas Neues angefangen?», fragt Suzanne Vogt mit dem Mikrofon in der Hand. Sie ist live auf Sendung. Für das Winterthurer Radio «Stadtfilter» interviewt sie pensionierte Frauen und Männer. Die Chance, in die unbezahlte Radioarbeit einzusteigen, kam unverhofft, als sich Suzanne Vogt vor ihrer eigenen Pensionierung beim Treuhanddienst von Pro Senectute als freiwillige Mitarbeiterin meldete. Pro Senectute war am neuen Lokalradiosender beteiligt und suchte Talente. Suzanne Vogt fühlte sich sogleich angesprochen. Das minderte allerdings ihr Interesse am Treuhanddienst nicht. Schon immer engagierte sie sich mit Freude vielseitig, organisierte alles effizient und kann auch heute nicht ohne ihre «pumpenvolle» Agenda sein.

Als Personalverantwortliche von Pflegeheimen war ihr Pro Senectute schon vertraut gewesen, und der Treuhanddienst schien ihr ideal, um ihrer Passion für Finanzen und Administration weiterhin nachleben zu können. Seit sieben Jahren nun unterstützt Suzanne Vogt alleinstehende ältere Menschen: Kann jemand die Einzahlungen nicht mehr erledigen, die Bankauszüge nicht kontrollieren, die Korrespondenz nicht bewältigen, dann entlastet der Treuhanddienst.

Einblick in persönliche Dokumente zu gewähren, das fällt den wenigsten leicht. Doch Suzanne Vogt ist mit heiklen Situationen vertraut. Schon bald weiss ihr Gegenüber, dass sie ihre Aufgaben sorgfältig, professionell und empathisch wahrnimmt. Mit Zahlen geht sie virtuos um, behält stets den Überblick und ist souverän im Umgang mit Ämtern und Versicherungen.

Suzanne Vogt braucht den Kontakt zu Menschen und die Herausforderung des Neuen. «Ich wollte immer weiterkommen, weil mich vieles interessierte. Das ist heute noch genauso.» Als Mutter von drei Kindern hatte sie parallel mindestens zwei Teilzeitstellen, was ihr ermöglichte, mit Arbeit, Familie und Haushalt perfekt zu jonglieren. Ohne die Balance zu verlieren. «Das schaffte ich dank meines Mannes, der mich auch heute unterstützt.»

Ihre erste Stelle hatte Suzanne Vogt auf einer Rechtsabteilung, daneben besuchte sie die Abendhandelsschule und setzte sich für eine Jugendgruppe ein. «Da die Abstände zwischen den Geburten meiner Kinder relativ gross waren, konnte ich immer wieder Weiterbildungen besuchen und die Stellen wechseln.» Für die Leitung eines Squash-Centers beispielsweise brauchte sie die Wirteprüfung. Neben diesem Job war sie während neunzehn Jahren Tupperware-Beraterin. Mit 53 kam Suzanne

Vogt als Personalverantwortliche zur Stadt Winterthur, zuerst in ein Pflegeheim mit über zweihundert Mitarbeitenden, nach einer Reorganisation war sie zuständig für zwei Pflegeheime. Als sie bereits dachte, ihr Erwerbsleben sei abgeschlossen, wurde sie von einem Heim als interimistische Personalverantwortliche geholt. Damals war sie bereits freiwillige Treuhänderin bei Pro Senectute.

Von Pro Senectute wird Suzanne Vogt zwar nicht bezahlt, doch die vier Weiterbildungskurse, die sie jährlich kostenlos besuchen kann, sind sehr wertvoll. «Der Erfahrungsaustausch, die fachlichen Schulungen, das ist ähnlich wie früher an meiner Arbeitsstelle!»

Für Pro Senectute engagiert sie sich nicht allein beim Treuhanddienst und Radio, sondern auch für das Angebot «Wohnen für Hilfe»: Ältere Menschen, die über unbenutzte Räume verfügen, vermieten diese einem Studenten oder einer Studentin gegen Hilfe im Haushalt oder Garten. Suzanne Vogt sorgt dafür, dass sich für die noch ungewöhnliche Wohnform die Richtigen finden. Und was kommt als Nächstes? «Ich würde liebend gern tanzen!» X

Pascale Gmür



Wer Unterstützung bei der Erledigung von Formalitäten braucht, kann auf Suzanne Vogt (rechts) zählen.

Noch viel vor

Nach der Pensionierung können Menschen das tun, was sie wollen. Das ist erfüllend, aber auch anspruchsvoll. Wichtig ist die Vorbereitung, sagt Bruno Baer, Laufbahnberater und Herausgeber der Publikation «Chancen nach sechzig».

Context: Welches sind die Chancen von über 60-Jährigen?

Bruno Baer: Unsere Generation ist in der komfortablen Lage, dass die meisten 60-Jährigen noch 20 und mehr Lebensjahre vor sich haben, die sie nutzen können. Insbesondere nach der Pensionierung können Sie tun, wofür sie vorher keine Zeit hatten. Sie waren im Beruf eingespannt, haben dann plötzlich viel freie Zeit und können das machen, was ihnen gefällt.

Die Pensionierung ist ein einschneidendes Ereignis. Was ist wichtig bei der Vorbereitung auf die neue Lebensphase?

Man sollte sich frühzeitig mit diesem Lebensabschnitt beschäftigen. Wie will man die Zeit nach der Pensionierung verbringen? Wie soll der Übergang gestaltet sein? Was ist einem wichtig? Ich erlebe immer wieder Frauen und Männer, die vom neuen Lebensabschnitt gleichsam überrascht werden. Sie arbeiten, haben eine feste Alltagsstruktur, sind in einen Rhythmus eingebunden – und plötzlich fällt das alles weg. Wenn man gut auf diese Zäsur vorbereitet ist, fällt sie einem leichter. Wichtig ist auch,

dass man sich bewusst ist, dass mit 60 oder 65 das Leben nicht einfach fertig ist, dass man sich entwickeln und nochmals Neues anpacken kann. In unserem Buch porträtieren wir Menschen, die einen solchen Neuanfang verwirklicht haben. Es ist für mich immer wieder erstaunlich und schön zu sehen, wie auch ältere Menschen sich neu orientieren

«Sie suchen eine Herausforderung und muten sich Neues zu.»

oder eine Tätigkeit, für die sie bis anhin kaum Zeit hatten, mit neuer Leidenschaft ausüben.

Das hört sich idyllisch an. Ist es so einfach?

Natürlich ist der Übergang in die neue Lebensphase auch herausfordernd. Viele Menschen nehmen sich für die Zeit nach der Pensionierung zu viel vor. Sie sind geradezu enthusiastisch, reisen, üben die unterschiedlichsten Aktivitäten aus und verzetteln sich auch. Plötz-

lich merken sie, dass sie das nicht ausfüllt, dass etwas fehlt. Sie erhalten vielleicht zu wenig Anerkennung. Es fehlt gewissermassen der Sinn. Einige engagieren sich dann zum Beispiel in der Freiwilligenarbeit. Oft fehlt auch das Wissen, welche Möglichkeiten es überhaupt gibt. In unserem Buch haben wir rund 200 Ideen skizziert, die Anregungen geben und zu weiteren Informationen führen.

In der Publikation werden ältere Menschen porträtiert, die einen erfüllten Alltag leben. Was ist ausschlaggebend, damit die dritte Lebensphase gelingt?

Die meisten sind zufrieden, weil sie eine Tätigkeit gefunden haben, die sie mit grosser Freude ausüben. Dabei erfahren sie Wertschätzung, auch das ist wichtig. Dann sind sie in guter Verbindung mit Freunden, pflegen Kontakte. Im Berufsleben ist man automatisch gut vernetzt. Danach muss man etwas dafür tun. Auch die Balance ist wichtig. Aktiv sein, aber auch die Musse pflegen. Gemeinsam etwas unternehmen, dann wieder für sich sein. Schliesslich: Die porträtierten Menschen suchen immer wieder eine Herausforderung. Sie muten sich Neues zu.

Wir werden in Zukunft wegen der Finanzierung der Sozialwerke länger arbeiten müssen. Zudem werden die Unternehmen und die Gesellschaft



Bruno Baer (1948) ist Berufs- und Laufbahnberater, seit zehn Jahren in eigener Praxis. Neben seiner Beratungstätigkeit war er als Fachredaktor für verschiedene Medien der Berufs- und Laufbahnberatung engagiert. Seit seiner Pensionierung im Jahre 2013 arbeitet er zeitweilig als Redaktor und Herausgeber.

FLEXIBLER ÜBERGANG

Bis 64 oder 65 voll engagiert und dann von einem Tag auf den anderen weg vom Arbeitsplatz: Dieser abrupte Wechsel ist für viele Arbeitnehmende nicht einfach zu bewältigen. Der Übergang vom Beruf in den Ruhestand lässt sich auch flexibel gestalten.

- › Flexibler Altersrücktritt. Dieses Modell bietet Mitarbeitenden mit belastender körperlicher Arbeit die Möglichkeit vorzeitiger Pensionierung.
- › Altersteilzeit. Die Mitarbeitenden reduzieren ihren Beschäftigungsgrad und nehmen damit eine Lohneinbusse in Kauf. Der versicherte Lohn wird jedoch nicht gekürzt, so dass die Rente unverändert bleibt.

› Stafettenmodell. In der letzten Phase vor der Pensionierung teilt die erfahrene, ältere Person die Stelle mit einer jüngeren Person, die dadurch schrittweise in die neue Funktion hineinwächst.

› Wechsel in die Beratungstätigkeit. In einigen grossen Firmen scheiden Mitglieder des oberen Kaders zwischen 55 und 60 aus ihrer Führungsfunktion aus und übernehmen in der Regel eine Beratungstätigkeit.

› Selbstständigkeit. Wenn jemand ein begehrtes Produkt oder eine gefragte Dienstleistung anbieten kann, ist der Schritt in die Selbstständigkeit eine Option.

aufgrund des Fachkräftemangels zunehmend auf die ältere Generation angewiesen sein. Inwiefern müssen sich Arbeitgeber auf erfahrene Arbeitnehmende einstellen?

Die Personalverantwortlichen sollten frühzeitig das Gespräch mit den älteren Arbeitnehmenden suchen. Sie werden erkennen, dass viele von ihnen weiterhin motiviert sind, aber ihren Arbeitsalltag anders gestalten und etwas kürzer treten wollen. Es braucht daher Möglichkeiten für eine flexible Pensionierung. Dazu gehören die schrittweise Reduktion des Arbeitspensums oder der Wechsel in eine mehr beratende Funktion. Arbeitgeber müssen also flexibler werden. Dadurch können sie Mitarbeitende länger im Betrieb behalten und profitieren von deren grosser Erfahrung und ihrem Wissen. Und die Firmen pflegen die Altersdurchmischung. Teams mit jungen und älteren Mitarbeitenden sind erfolgreich, wie mehrere Studien gezeigt haben.

Sie sind selber teilpensioniert. Sie waren viele Jahre als Laufbahnberater tätig, nun sind Sie zeitweilig Redaktor und Herausgeber. Was hat die Herausgabe dieser Publikation und die Beschäftigung mit diesem Thema bei Ihnen bewirkt?

Ich beschäftige mich seit vielen Jahren mit dem Älterwerden, habe mich auch theoretisch mit dem Thema auseinandergesetzt und mit vielen Fachleuten gesprochen. Wir wissen, dass wir auch im Alter viele Ressourcen haben, die wir nutzen können. Man kann im Alter mehr leisten, als viele denken. Wir sind nicht mehr so schnell, dafür greifen wir auf einen grossen Erfahrungsschatz zurück. Und wir sind gelassener. Die Porträts im Buch habe ich mit grossem Gewinn gelesen, weil sie mich motivierten, neugierig und offen zu bleiben, Neues zu entdecken und anzupacken. Besonders beeindruckt hat mich eine der porträtierten Frauen. Sie sagt: «Ich habe mein Leben dreigeteilt. Ich arbeite weiterhin an Projekten und verdiene. Ich bin in der Freiwilligenarbeit tätig. Und ich nehme mir Zeit fürs Nichtstun, Wandern, Lesen und für Freunde.» Diese Balance fasziniert mich. X

Rolf Murbach

BUCHTIPP

Chancen nach sechzig. Lebensgeschichten, Ideen und Anregungen.

Zum alten Eisen gehören sie bestimmt nicht. Nein, sie sind aktiv, arbeiten Teilzeit, gehen leidenschaftlich ihren Hobbys nach, leisten Freiwilligenarbeit und pflegen die Musse. Sie wandern, hören Musik, treffen Freunde. Und vor allem: Sie freuen sich des Lebens.

Sie nutzen die «Chancen nach sechzig». Die gleichnamige Publikation porträtiert Menschen und zeigt, wie sie ihre Zeit nach der Pensionierung gestalten. Godi Koch begleitet Menschen auf ihrem letzten Lebensabschnitt. Claire Spycher arbeitet zeitweilig als Shiatsu-Therapeutin, spielt Klavier und lernt Spanisch. Liz Schürch-Peyer designt und produziert Taschen. Heinz Lehner-Hautle leistet mit seiner Hündin Sozialeinsätze. Gertrud Burkhard und Catherine Courvoisier leiten den «Träff 55 bis 99», wo sie Menschen zusammenbringen. Hanspeter Grob hat seine Bäckerei dem Sohn übergeben, arbeitet nur noch vormittags im Geschäft, fährt Bike und spielt leidenschaftlich Bridge.

Das sind sieben der zwanzig porträtierten Menschen über sechzig. Ihre Geschichten sind spannend zu lesen. Man bekommt Einblick in ganz unterschiedliche Lebensweisen – und kommt auf Ideen, was man in Zukunft auch noch machen könnte. Schön ins Bild gesetzt hat die Menschen der im Juli dieses Jahres verstorbene Fotograf Georg Anderhub.

Das Buch porträtiert nicht nur Menschen. Fachleute äussern sich zu Themen, die für die dritte Lebensphase bedeutend sind: Energie, Ressourcen, Sinnhaftigkeit, Engagement, Freiwilligenarbeit, flexibler Übergang vom Beruf in die Pensionierung. Dutzende von konkreten Tipps zur Lebensgestaltung im Alter und viele nützliche Sites von Informationsstellen erleichtern die Planung des Lebens nach sechzig.



Bruno Baer:
Chancen nach sechzig. Lebensgeschichten, Ideen und Anregungen.

Texte von Pascale Gmür, Brigitte Schneider-von Bergen, Hans Beat Achermann und Bruno Baer mit Fotos von Georg Anderhub, Explorum, Zofingen 2015, 29 Franken
Informationen und Bestellung:
www.chancen-nach-sechzig.ch



ABACUS 
version internet

ABACUS Business Software goes mobile

ABACUS bringt Bewegung in Ihr Business. Apps für Smartphones und iPads informieren Sie schneller und machen Sie und Ihre Mitarbeiter effizienter und flexibler.

- > Unterwegs Leistungen, Spesen, Stunden erfassen, Rapporte ausfüllen, Adressen und Projektdaten bearbeiten und sofort mit der Software in Ihrem Unternehmen synchronisieren
- > Überall und jederzeit Stammdaten und Standardauswertungen einsehen

www.abacus.ch

 **ABACUS**
business software