



Medienmitteilung

Engelberg, 24. Oktober 2025

Langlebigkeit und gutes Altern

An den Engelberger Dialogen 2025 diskutierte eine gut besetzte Runde am öffentlichen Abend über Altersstrategien. Sie sprachen über das biologische und chronologische Alter, verlängerte Arbeitsmöglichkeiten, was ein gutes Leben im Alter ist sowie über die medizinischen Verlängerungs-Möglichkeiten.

Nach der Begrüssung durch Talamann Mike Bacher und die Stiftungsratspräsidentin Verena Briner vor rund 100 Interessierten erläuterte der Gesundheitswissenschaftler Ferdinand von Meyenn in seinem Inputreferat, wie das Altern aus der Sicht der Epigenetik hinausgezögert werden kann. In seiner Forschungsarbeit untersucht er, wie die Zellen von 50-Jährigen wieder zurück programmiert werden können, um den Alterungsprozess zu verlangsamen. Denn unser genetischer Bausatz (Epigenom) verändere sich im Verlaufe des Lebens aufgrund unseres Lebensstils und von Umwelteinflüssen. Wer nicht rauche, sich gesund ernähre und sich viel bewege, habe gute Chancen, dass sein biologisches Alter nicht seinem im Pass eingetragenen Alter (chronologisches Alter) entspreche.

Soll das Pensionsalter flexibel sein?

Christina Röcke, Co-Direktorin des Longevity Centers der Universität Zürich forderte, dass wir uns von starren Altersgrenzen lösen sollten. Viele Menschen seien bis 80 oder 85 Jahre noch sehr agil. Irgendwann kippe es aber dann in die vierte Phase (Pflegebedürftigkeit). Es brauche neue Modelle, die mit den Generationen ausgehandelt werden müsse. Patrice Riedo, Geschäftsführer Missionshaus Betlehem, ergänzte, dass die Gesellschaft gefangen sei in Mustern und Modellen. Wenn er mit Jungen zusammenarbeite, könne er nicht in allen Bereichen mithalten. Aber jede Person habe ihre Stärken, die er oder sie einbringen könne. Der Obwaldner Regierungsrat Josef Hess sprach sich für ein Umdenken in der Wirtschaft aus. Man unterschätze ältere Menschen oft. Er beschäftige einige pensionierte Projektleiter. Vielleicht bräuchten sie etwas mehr Zeit, sie seien aber nicht per se teurer und leisteten qualitativ hochwertige Arbeit. Man könne deren immense Erfahrung nutzen, um dem Fachkräftemangel zu begegnen. Eine jüngere Person aus dem Publikum schlug einen Pool für Start-ups vor, indem ältere Menschen den Jüngeren ihre Erfahrung zur Verfügung stellen könnten.



Was ist ein gutes Leben?

Altern sei vielfältig und berge viele Chancen, aber vieles werde auch schwierig, meinte Christina Röcke. Matteo Rossier, Geschäftsführer des Vereins Zeitgut Obwalden erläuterte, dass seine Mitglieder das Bedürfnis hätten, aus einem Grundgefühl der Solidarität heraus das Beste aus ihrer Zeit zu machen. Sie engagierten sich gemäss ihren Interessen und Fähigkeiten bei den Mitgliedern und sammelten so Zeitgut. Dieses könnten sie später für ihre eigene Unterstützung nutzen. Patrice Riedo betonte, wie wichtig die soziale Komponente sei. Der Austausch sei im Zuge der Individualisierung verloren gegangen. Er habe in einem Generationenhaus den Waschsalon wieder eingeführt. So gehe eine Gruppe älterer Damen gemeinsam Waschen und tausche sich dabei aus. Josef Hess meinte, es sei wichtig, dass jemand noch eine Aufgabe habe, fit und neugierig bleibe und immer noch etwas Neues lernen oder machen wolle.

Alters- und Gesundheitsstrategien

Aktuell seien zirka 20 % der Bevölkerung im Kanton Obwalden über 65 Jahre alt, erläuterte Josef Hess. Und er meinte weiter, im Jahr 2050 seien dies bereits 30 %. Das bringe Veränderungen für den Kanton und die Gesellschaft mit sich. Auch auf die Finanzen wirke sich dies aus. Im Kanton Obwalden würden heute rund 40 Mio. Franken für medizinische Leistungen für nicht-übertragbare Krankheiten bei über 75-Jährigen aufgewendet, Tendenz steigend. Derzeit werde eine Gesundheitsstrategie erarbeitet, um die Menschen möglichst lange gesund zu erhalten. Prävention sei eine wichtige Aufgabe. Es gebe Fachstellen und viele Angebote, diese seien aber oft wenig bekannt. Christina Röcke ergänzte, dass man vielleicht auch mal die Seniorinnen und Senioren fragen sollte, was sie eigentlich wollten. Denn sie müssten für sich neue Lebenswege für ein sinnhaftes Leben nach der Berufstätigkeit konstruieren.

Nach zwei intensiven Stunden lud die Academia Engelberg zum abschliessenden Schlummertrunk ein. Dabei diskutierten die Anwesenden noch lange über das Potenzial und die Vielfältigkeit des Alterns, das flexible Pensionsalter und die medizinischen Möglichkeiten.



<Bild 1 – Plenum öffentlicher Abend – Link für Download>



(Bild: Academia Engelberg)

Podium am öffentlichen Abend der Engelberger Dialoge 2025 zur Frage der Langlebigkeit. Es diskutierten v.l.: Moderator Daniel Brunner, Stiftungsrat Academia Engelberg, Josef Hess Regierungsrat Kanton Obwalden, Patrice Riedo, Geschäftsführer Missionshaus Betlehem, Christina Röcke, Co-Direktorin Longevity Center Universität Zürich, Matteo Russo, Geschäftsführer Zeitgut Obwalden und Prof. Dr. Ferdinand von Meyenn, ETH Zürich.

<Bild 2 – Prof. Dr. Verena Briner, Stiftungsratspräsidentin Academia Engelberg – Link für Download>



Rund 100 Interessierte begrüßte Verena Briner, Präsidentin der Academia Engelberg, am öffentlichen Abend der Engelberger Dialoge 2025 im Kursaal Engelberg.
(Bild: Academia Engelberg)

<Bild 3 – Regierungsrat Josef Hess – Link Bild Download>



Der Obwaldner Regierungsrat Josef Hess (Mitte) sprach am öffentlichen Abend 2025 der Academia Engelberg zum Thema Langlebigkeit darüber, wie pensionierte Fachleute in seinem Departement den Fachkräftemangel ausgleichen.

(Bild: Academia Engelberg)

* * *

Texte und Bilder sind auf der **Webseite Academia Engelberg**

<https://academia-engelberg.ch/medien-2025/> zur freien Verwendung abrufbar.

Auskünfte an Medienschaffende erteilt gerne:

Prof. Dr. Verena Briner, Präsidentin Stiftung Academia Engelberg, Tel. 079 650 11 01