



VOR RÜCKSCHAU 25

Geschätzte Leserin und geschätzter Leser

Die Stiftungsratsmitglieder verfügen über sehr unterschiedliche Netzwerke, dank derer es immer wieder gelingt, aussergewöhnliche Referentinnen und Referenten für die «Engelberger Dialoge» gewinnen zu können. Das war auch für die «Engelberger Dialoge 2025» zum Thema Langlebigkeit der Fall. Es ging dabei nicht nur um den Alterungsprozess beim Menschen und deren Folgen für das Individuum und die Gesellschaft. Entwicklungen in anderen Ländern mit höherem resp. tieferem, mittleren Alter wurden beleuchtet, das Altern in der Natur, bei den Kühen und natürlich ging es auch um die Langlebigkeit von Firmen und Produkten. Deutlich über 100 Interessierte lauschten gespannt den Aussagen der Experten und nahmen rege an den Diskussionen teil.

Die mittlere Lebenserwartung liegt in der Schweiz bei deutlich >80 Jahren. Gesundes Altern insbesondere «Brain Health» hängt von Faktoren ab wie gesunder Ernährung, genügend Schlaf, täglicher Bewegung, aber auch im Alter weiter zu lernen! Kognitive Aktivitäten sind als Demenzprävention wissenschaftlich klar belegt. «Brain food» sollte deshalb gefördert werden. Die «Academia Engelberg» setzt sich diesbezüglich ein und ermöglicht an den «Engelberger Dialogen» wissenschaftlich belegten Informationsgewinn und die persönliche Diskussion mit den Experten. Damit alle Interessierten teilnehmen können, wird keine Teilnahmegebühr verlangt.

Die «Engelberger Dialoge 2026» finden wiederum im Kursaal Engelberg statt. Es wird die 25. Veranstaltung der «Academia Engelberg» seit ihrer Gründung sein! Tagungsthema: «Netzwerke: über- oder unterschätzte Notwendigkeit?». Es freut uns, wenn wir Sie am 22. und 23. Oktober 2026 in Engelberg begrüßen dürfen und auf das nächste Vierteljahrhundert «Engelberger Dialoge» anstossen können!

An dieser Stelle möchte ich Stiftungsratsmitgliedern und Geschäftsstellenleiterin herzlich für den engagierten Einsatz für die «Academia Engelberg» danken. Sie tragen entscheidend zum Gelingen der Engelberger Dialoge bei.

Im Namen des Stiftungsrates

Prof. Verena Briner FRCP
Präsidentin Academia Engelberg



RÜCKSCHAU



Engelberger Dialoge 2025

«Langlebigkeit: Fortschritt oder Realitätsverlust?»

Nachfolgend eine kurze Zusammenfassung zu den «Engelberger Dialogen 2025». Den detaillierten Bericht von Beatrice Suter Kommunikationswerkstatt, Luzern kann auf unserer Homepage eingesehen werden.

Zum Nachdenken regte **Abt Christian** mit Zitaten des Heiligen Benedikt und 'Discretio – die Mutter aller Tugenden' an. Dass sich das Altersbild geändert hat während der letzten Jahrzehnte ist an Familienfotos leicht erkennbar. Altern war früher als Abstieg angesehen worden (**Prof. Dr. Eberhard Wolff**). Weniger Leistung, weniger Aktivität, weniger Gestaltbarkeit, weniger Anerkennung. Heute versuchen allgegenwärtige Anti-Aging Praktiken dies zu verhindern oder wenigstens hinauszuschieben. Dabei scheut man nicht vor teuren Elixieren und Salben oder gar chirurgischen Eingriffen zurück.

Dr. Jean-Daniel Strub, sprach als Ethiker und konfrontierte die Kongressteilnehmenden mit der Frage, ob «Longevity» moralisch problematische Auswirkungen auf die Gesellschaft als Ganzes haben könne? Wo die Generationengerechtigkeit bleibe, wenn «100 das neue 50» sei? Im Gespräch zwischen **Brigitte Breisacher**, Unternehmensleiterin der Alpnach Schränke + Küchen AG, und der bekannten SRF-Moderatorin **Michèle Schönbächler**, erläuterte die Unternehmerin ihr Wissenstransfer-Konzept. Das Durchschnittsalter der Mitarbeitenden in ihrem Unternehmen liegt bei über 54 Jahren. Sie sieht es als ihre Aufgabe an, den Wissensverlust bei Pensionierungen zu vermeiden. Gegen den Fachkräftemangel werden zu Spitzenzeiten häufig Pensionierte als Aushilfen angestellt.

Laut **Prof. Dr. Heike Bischoff-Ferrari** hängt gesundes Altern mehrheitlich von einem gesunden Lebensstil und lediglich nur ca. dreissig Prozent von unseren Genen ab. Dazu gehört eine gesunde Ernährung, moderater Alkoholkonsum, genügend Schlaf, nicht zu rauchen, tägliche Bewegung, soziale Kontakte sowie auch im Alter weiter zu Lernen. So könnten wir mit einfachen Massnahmen unser biologisches Alter verjüngen. **Prof. Dr. Ferdinand von Meyenn** erläuterte die Bedeutung externer Faktoren. Zellen integrieren Umweltsignale und übersetzten sie in zelluläre Reaktionen. Das chronologische Alter im Pass muss deshalb nicht unbedingt dem biologischen Alter entsprechen. Sprachen lernen als Anti-Aging-Methode? **Prof. Dr. Simone E. Pfenninger** betont ebenfalls, dass die kognitive Reserve des Gehirns durch fünf Faktoren beeinflusst werde: Umfeld, Ernährung, Fitness, Musik und Sprachen. Die lebenslange Mehrsprachigkeit sei ein kognitives Fitness und das Switchen von der einen Sprache zur anderen Sprache schein insbesondere nützlich.

Dr. Hans Groth betonte, dass auf der Welt noch nie so viele Menschen 65+ wie heute lebten. Gleichzeitig sind die Geburtenraten in den OECD-Ländern rückläufig. Die Weltbevölkerung wird abnehmen, insbesondere in

RÜCKSCHAU



Europa und Nordamerika. Da stelle sich die Frage, wie wir ein immer längeres Leben in Wohlstand, Nachhaltigkeit und Sicherheit gestalten können? Die Langlebigkeit zwingt die Gesellschaft zu Anpassungen. Er folgerte, es sei nicht die Langlebigkeit, die Mehrheitsfähig sein müsse, sondern die Massnahmen zur Bewältigung ihrer Folgen. In Japan liegt die Lebenserwartung beispielsweise bei knapp 90 Jahren, erläuterte **Dr. Felix Moesner**, Konsul des Schweizer Konsulats in Japan. Man vermutet, dass 2050 die Zahl der über 100-Jährigen bei rund 440'000 Personen liegen dürfte. Gleichzeitig schrumpfe die Bevölkerung, da die Geburtenrate dramatisch sinkt. Die demografische Herausforderung wirkt sich aus auf Schulen und Universitäten aber auch auf die Ausgaben für Gesundheit und Soziales. Die Regierung fördere deshalb neuerdings die Immigration. Altersarmut sei bei der Bevölkerung 65+ verbreitet, sodass 51 % der 65-69-Jährigen arbeiten müssen.

Mumien ermöglichen nicht nur Einblicke in die Bevölkerungsgeschichte, sondern auch in die Entwicklung von Krankheiten, Ernährung und Lebensweisen sowie in Konservierungsarten. Laut **Prof. Dr. Verena J. Schüenemann** sind Mumien gute Quellen von alter DNA und damit Informationen. So erlaubten Ötzi's genetische Analysen die Rekonstruktion seiner Herkunft und seines Magen-Mikrobioms (*Helicobacter pylori*). Er sei nahe mit anatolischen Bauern verwandt, hatte eine dunkle Hautfarbe und war vermutlich kahlköpfig. Die Wahrscheinlichkeit, an Krebs zu erkranken, steigt mit zunehmendem Alter, erläuterte **Prof. Dr. Niko Beerenwinkel**. In den Zellen kumulieren DNA-Schäden, deren Reparatur weniger effektiv ist. Es erklärt wie genetische Zell- und molekularbiologische Analysen mittels Künstliche Intelligenz (KI) ausgewertet werden, um die beste Therapie für Patienten zu finden. Provokativ verspricht **Prof. Dr. Nicole Lindenblatt** Altern ist heilbar. Sowohl Lebensumstände wie Normen veränderten sich während der letzten 20 Jahre. Um wieder jugendlicher auszusehen, gebe es chirurgische Eingriffe wie Liftings oder die Behebung von Schlupflidern aber auch nicht-chirurgische Massnahmen wie beispielsweise Botox Injektionen.

Prof. em. Dr. Paul Richli betonte, dass 1878 die durchschnittliche Lebenserwartung bei 40 Jahren lag und heute bei 80 Jahren angelangt ist. Dies habe Auswirkungen auf unsere Altersvorsorge. Um die Chancengleichheit und die Rechtsgleichheit zu wahren, forderte er im Sinne eines Nachteilsausgleichs unterschiedliche Rücktrittsalter für die arbeitende Bevölkerung in der Schweiz. Öffentliche Güter dem Staat – private Güter den Privaten: Wer die Langlebigkeit finanzieren solle, fragte **Prof. Dr. Christoph Schaltegger** die Teilnehmenden. Seit 1990 haben sich die sozialen Ausgaben des Bundes verdreifacht. Entweder man ändere die Langlebigkeit oder deren Finanzierung, stellte er klar fest. Noch 1970 zählte die Schweiz fünf Personen auf einen AHV-Bezüger, 2020 seien es noch drei Personen gewesen und 2050 seien es nur noch zwei Werktätige auf einen AHV-Bezüger. Mit der vermehrten Teilzeitarbeit, mehr Frühpensionierungen und dem späteren Eintritt in den Arbeitsmarkt wachse das strukturelle Problem beschleunigt. Da das heutige System nicht nachhaltig sei, müsse man das Rentenalter erhöhen.

Prof. Jan-Christoph Zoels erläuterte, was Langlebigkeit im Design bedeutet: Wie können Materialien nach dem ersten Nutzen in den Kreislauf der Produktion zurückfliessen? Das bedinge aber auch, dass die Gesellschaft ihr Nutzerverhalten ändert. Sie hätten z.B. nach einer nachhaltigen Lösung für alten Matratzen geforscht, bei der gewisse Teile ausgetauscht werden könnten. Das Resultat war in der Ausstellung im Foyer zu besichtigen. Langlebige Produkte und Wirtschaftswachstum: ein Widerspruch? Die Ansicht von **Prof. Dr. Mathias Binswanger** ist klar. In einer kapitalistischen Wirtschaft müssen Unternehmen Gewinne erzielen. Gleichzeitig muss das Geld wieder ausgegeben werden. Und dazu gehöre die Kurzlebigkeit von Produkten, damit der Handel läuft. Neben der Status-Tretmühle (Maibach Auto, Uhren) gebe es die Anspruchs-Tretmühle. Die Güter würden so beworben, dass sie innerhalb von kurzer Zeit ihren Reiz oder psychologischen Wert verlieren und zu einem neuen Kauf verführten. Bestes Beispiel sind Smartphones mit neuen Features.

RÜCKSCHAU



Für Nachhaltigkeit und Langlebigkeit im Bau setzte sich **Mario Stübi**, ein. Das heutige Bauen sei schweizweit für ca. 30 % der CO₂-Emissionen, für 50 % des Ressourcenverbrauchs und für 80 % des Abfalls verantwortlich. Wie Erhaltung und Umnutzung von nicht mehr genutzten Bauten geht, zeigte er anschaulich anhand des Winterthurer Sulzer Areals, des Berliner Hauses für Statistik und des Felix-Platter-Spitals in Basel. Bäume seien zu grosser Langlebigkeit fähig, erläuterte **Andreas Rudow**. Die Artenvielfalt von Gehölzpflanzen hätten sich seit dem Paläozoikum kontinuierlich weiterentwickelt. Dabei hätten sich der Baum-Level dank sekundärem Dickenwachstum, grossem Höhenwachstum und modularem Kronen-Wachstum entwickelt. Als Beispiel aus der Tierwelt erläuterte **dipl. Ing. Agronom FH Martin Rust** das Thema Langlebigkeit bei der Schweizer Milchkuh. Kühe lebten in der Schweiz durchschnittlich 6,5 Jahre. Eine Milchkuh stehe im wirtschaftlichen Spannungsfeld zwischen Aufzuchtkosten und den Milchgeld-Einnahmen. Den Leistungszenit erreicht sie in der Regel nach vier Kälbern. Die Nutzungsdauer werde durch die Aufzuchtbedingungen, die Futterqualität, die Melkhygiene, regelmässige Klauenpflege sowie die Stallbedingungen (Sauberkeit, Luft) beeinflusst.

Langlebigkeit sei immer abhängig von der Umgebung, resümierte **Dr. Jakob Büniger** den Zustand von Shackleton's verlorenem Schiff, der Endurance. Es lag während mehr als 110 Jahren mehr als 3'000 Meter tief im Weddellmeer im klaren und eisigen Wasser der Antarktis. Dank der tiefen Temperaturen, dem Mangel an Licht und dem niedrigen Sauerstoffgehalt des Wassers wurde die Endurance fast perfekt konserviert. Zur Bestimmung des Suchrasters nutzten die Forscher Satellitenaufnahmen. Am 5. März 2022 konnten sie erste Aufnahmen des Schiffwracks in der Tiefe machen.

Langlebigkeit und gutes Altern – Diskussion am öffentlichen Abend

Am Podium nahmen teil: Dr. Josef Hess, Regierungsrat Kt. Obwalden, Patrice Riedo, Geschäftsführer Missionshaus Betlehem, Dr. Christina Röcke, Co-Direktorin Longevity Center Universität Zürich, Matteo Rossier, Geschäftsführer Zeitgut Obwalden, Prof. Dr. Ferdinand von Meyenn, ETH Zürich unter der Moderation von Stiftungsratsmitglied Daniel Brunner. Vor rund 100 Interessierten diskutierte die Runde über Altersstrategien. Thematisiert wurde das biologische und chronologische Alter, verlängerte Arbeitsmöglichkeiten, was ein gutes Leben im Alter sei sowie über die diversen medizinischen Verlängerungs-Möglichkeiten. Nach zwei intensiven Stunden tauschten sich die Anwesenden noch lange über das Potenzial des Alterns, das flexible Pensionsalter und mehr beim Schlummertrunk aus.

Dank

Die Stiftungsratspräsidentin dankte allen Referentinnen, Referenten und den Podiumsteilnehmenden der «Engelberger Dialoge 2025», die ihre informativen, stimulierenden Referate und Beiträge ehrenamtlich hielten. Grossen Dank für die gute Zusammenarbeit und das grosse Engagement geht auch an alle Stiftungsrätinnen und Stiftungsräte der «Academia Engelberg», die ebenfalls ehrenamtlich mithelfen.

Auf unserer Homepage, im Tagungsprogramm 2026 sowie in diesem Newsletter sind unsere aktuellen Unterstützer aufgelistet. Vielen lieben Dank für die wertvolle Anerkennung.



RÜCKSCHAU



Donatoren und Partner



ENGELBERG
EINWOHNERGEMEINDE



SWISSLOS



Kanton
Obwalden



Kloster
Engelberg

KURSAAL
ENGELBERG

