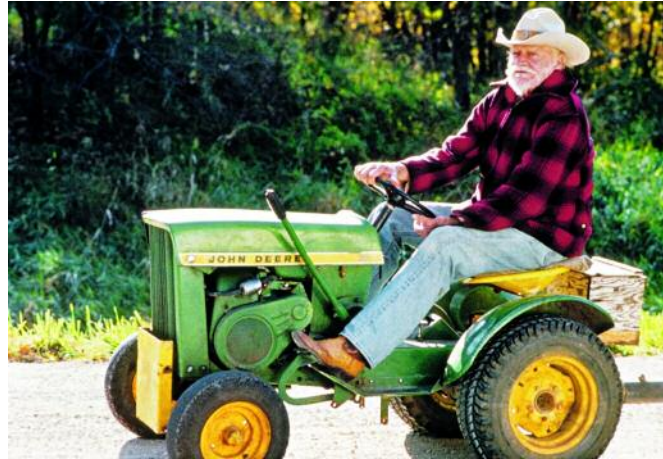




BESSER ALTERN

FILMREIF

BILDER VOM ALTWERDEN
VERÄNDERN SICH - AUCH IM KINO.



MANCHE FILMHELDEN sind Vorbilder einer ganzen Generation. Wer lässig altern will, konnte sich an Farmer Alvin aus David Lynchs Film „The Straight Story“ (1999) halten, der auf einem Rasenmäher auf Reisen geht. Oder an die lebensfrohe Maude aus dem Klassiker „Harold und Maude“ (1971), die dem jungen Harold eine nicht nur platonische Freundin wird. „Solche Filme haben die Grenzen dessen, was im Alter möglich ist, verschoben“, sagt Bernhard Strauß, Professor für Psychosoziale Medizin am Universitätsklinikum Jena und Herausgeber des Fachbuches „Wilde Erdbeeren auf Wolke

neun. Ältere Menschen im Film“ (Springer; 362 Seiten; 39,99 Euro), das Altersbilder im Kino untersucht. Die Analysen zeigen: Heute wird älteren Protagonisten die ganze Bandbreite an Gefühlen und Problemen zugestanden. Das könnte Folgen haben: Denn Filme bilden Entwicklungen nicht einfach nur ab, sondern stoßen neue an, davon ist Strauß überzeugt. Das zeige sich etwa am Film „Wolke 9“ von Andreas Dresen. Die fast dokumentarischen Bilder von 80-Jährigen beim Sex waren beim Filmstart 2008 ein Tabubruch. Ob sich das verändert hat? „Zumindest ein bisschen“, sagt Strauß.



„Wir brauchen lebenslang Anregungen“

ARBEIT UND ALTER GEHÖREN ZUSAMMEN, FINDET DER ALZHEIMERFORSCHER
KONRAD BEYREUTHER, 76.

SPIEGEL: Herr Beyreuther, für Sie ist der Ruhestand ein Verbrechen. Warum?

Beyreuther: Es ist vollkommen unsinnig, Menschen mit Mitte 60 in die Untätigkeit zu verbannen. Neuere Ergebnisse aus der Alzheimerforschung legen nahe: Wir brauchen lebenslang Anregungen und sollten neugierig bleiben. Nur so entsteht genug Dopamin im Gehirn, das ein gutes Gefühl gibt und die Vernetzung der Nervenzellen fördert.

Wer im Arbeitsleben bleibt, hat automatisch ein solch anregendes Umfeld. Das ist ein entscheidender Vorteil.

SPIEGEL: Was sagen die Gewerkschaften zu Ihrer Position?

Beyreuther: Heute gibt es nicht mehr viel Widerspruch. In den Neunzigerjahren, als Computer sich verbreiteten, haben Gewerkschaften durchgesetzt, dass Menschen über 50 diese Neuerung nicht mehr mitmachen müssen. Das wäre mittlerweile undenkbar. Heute haben sich auch die Arbeitnehmer selbst verändert. Ein Drittel der über 40-Jährigen will über die Rente hinaus arbeiten, 9 Prozent sagen hierzulande sogar, dass sie bis zum Tod arbeiten wollen. In Japan sind es 37 Prozent.

SPIEGEL: Arbeiten bis zum Umfallen: auch nicht unbedingt erstrebenswert, oder?

Beyreuther: Mir ist bewusst, dass nicht alle Menschen ihren Job lieben. Doch 60 Prozent der Arbeitnehmer tun das. Warum sollten die nicht dabeibleiben? Man muss das ja nicht auf die gleiche Weise tun wie in den Jahrzehnten zuvor. Dass man weniger arbeitet und seine Leistung dem anpasst, was man körperlich noch schafft, ist ohnehin klar. Heute ist das möglich: Der Arbeitsmarkt ist dynamisch und flexibel geworden. Das ist eine Entwicklung, die älteren Menschen, die arbeiten wollen, entgegenkommt.

Bildungslücke

ARMUT UND SOZIALER STATUS BEEINFLUSSEN LEBENSERWARTUNG UND GESUNDHEIT IN ALLEN LEBENSSTADIEN.

SEIT JAHREN macht das Robert Koch-Institut (RKI) darauf aufmerksam, dass die Chancen, gesund alt zu werden, immer noch ungleich verteilt sind. So ist die Lebenserwartung von Männern um elf Jahre geringer, wenn sie ein Einkommen unterhalb der Armutsgrenze haben, bei Frauen sind es acht Jahre. Eine neue Studie hat nun ermittelt, wie sich die Ungleichheit in verschiedenen Lebensphasen auswirkt: Bei vielen Menschen mit geringem Sozialstatus werden bereits früh die Grundlagen dafür gelegt, dass sie als Erwachsene eher als andere Bevölkerungsgruppen krank werden. So rauchen unter den Müttern dieser Gruppe etwa 20 Prozent während der Schwangerschaft, bei den höher gebildeten und wohlhabenderen Gruppen sind es nur 2 Prozent – Babys von Raucherinnen aber sind bis ins Erwachsenenalter hinein anfälliger für chronische Erkrankungen. Kinder aus Familien mit hohem Armutrisiko sind häufiger übergewichtig, treiben weniger Sport. Das Risiko, an Diabetes, Depression oder Krebs zu erkranken, einen Herzinfarkt oder Schlaganfall zu erleiden, ist für Arme um das Zwei- bis Dreifache erhöht. „Bei allen gemessenen Unterschieden ist die Bildung stets ein noch wichtigerer Einflussfaktor als Geld“, erklärt Thomas Lampert, Leiter des RKI-Fachbereichs „Soziale Determinanten der Gesundheit“. Wer wisse, wie er sich vor Krankheiten schützen und mit ihnen umgehen kann, habe bessere Chancen, älter zu werden.



VINTAGE

EIN BLOG ZEIGT MODE FÜR FORTGESCHRITTENE.

SIND DIE ECHT? Was sonst! Die vier Ladys oben wurden von dem Modeblogger Ari Seth Cohen auf der Straße angesprochen und landeten so auf seinem Fotoblog Advanced Style. Wie unzählige ältere Damen – und einige Herren – aus den USA, Europa und Australien, die sich mal cool, mal elegant, mal schrill, aber durchweg sehr, sehr lässig kleiden und zeigen, dass Klischees über altersgemäße

Kleiderwahl auf der Stelle aus sämtlichen Köpfen verbannt gehören. Wer sich durch die Fotos klickt, bekommt angesichts der temperamentvollen Stilikonens sofort gute Laune – und realisiert ziemlich schnell, dass sich Falten oder schlohweißes Haar mit Würde, Anmut und sogar Sexappeal tragen lassen. Zum Umdenken, Nachmachen, Inspirierenlassen. www.advanced.style