

March Anzeiger

UNABHÄNGIGE ZEITUNG FÜR DIE MARCH | südostschweiz | Mittwoch, 6. Dezember 2023 | Nr. 233 | AZ 8832 Wollerau | CHF 2.70



Postcode 1

Redaktion: Alpenblickstrasse 26, 8853 Lachen
Tel. 055 451 08 88, www.marchanzeiger.ch
E-Mail: redaktion@marchanzeiger.ch
E-Mail für Sport: sport@marchanzeiger.ch

Abo-Dienst: 055 451 08 78
E-Mail: aboverwaltung@marchanzeiger.ch

Inserate: Mediaservice, Alpenblickstrasse 26, 8853 Lachen
Tel. 044 786 09 09
E-Mail: inserate@theilerm mediaservice.ch



Sicherheit:
Lädierter Gehweg an
der Friedhofsmauer
sanieren. SEITE 2



Lichtkunst:
Reichenburgs Kirche
wird professionell
beleuchtet. SEITE 7



Michèle Sjögren Bild Olaf Schürmann

Leidenschaft für den Tennissport

Ex-Profspielerin Michèle Sjögren aus Lachen gibt immer noch sehr gerne Tennisunterricht, schaut noch gerne Tennis, aber selber spielt sie eigentlich nicht mehr. Lieber macht sie heute Mountainbike- oder Bergtouren. Und seit drei Jahren ist Shaolin Kung Fu eine weitere sportliche Herausforderung in ihrem Leben. (osc)

Bericht Seite 15

In Vorderthal und Wangen getagt

Der Voranschlag 2024 wurde in Vorderthal praktisch diskussionslos von der Gemeindeversammlung genehmigt. In Wangen waren Budget und Steuerfuss ebenfalls unbestritten. Die Kunstrasen-Vorlage wurde an die Urne vom 3. März überwiesen. (red)

Berichte Seite 5

REKLAME

Multimotor Siebnen
Ihr Partner für VW Personewagen und VW Nutzfahrzeuge
Tel. 055 450 80 40
www.multimotor.ch

Wie wir 100 Jahre alt werden

Drei hochbetagte Ausserschwyzer und eine Altersforscherin verraten die Bausteine für ein langes Leben.

von Heidi Peruzzo

Optimismus, Lebenswille, nicht zu viel über Negatives nachdenken, körperlich und geistig aktiv bleiben. Die Altersforscherin Sabina Misoch zählt diese Faktoren zu den wichtigsten Bausteinen, die sie bei Gesprächen mit Hochbetagten festgestellt hat. Sie verrät im Interview, was bezüglich der immer älter werdenden Menschen auf uns zukommt und warum diese Generation künftig besser in unsere Gesellschaft integriert werden sollte.

300 Jahre Lebenserfahrung

Drei hochbetagte Menschen berichten, welche Schwierigkeiten das Leben ihnen stellte und wie sie es gemeistert haben. Ein ehemaliger Knecht erzählt von der strengen körperlichen Arbeit und bezeichnet das Alter als die schönste Zeit seines Lebens, weil für ihn geschaut wird und er alles hat, was er braucht.



Carla Voirol aus Lachen kann bald ihren 106. Geburtstag feiern; Eugen Keller aus Altendorf und Frieda Rutishauser aus Tuggen (v. l.) sind 99- und 98-jährig; alle drei Senioren können auf ein glückliches Leben zurückblicken, auch wenn vieles aus ihren Erzählungen aus heutiger Sicht schwierig anmutet.



Die älteste Ausserschwyzer Einwohnerin hat ihre Kinder alleine zu Hause geboren, vier von ihnen insgesamt fünf Kindern sind bereits verstorben. Eine

99-Jährige pflegt im eigenen Haus ihren über 100-jährigen Ehemann und sie geniessen gemeinsam, was das Leben ihnen noch bietet. Ihnen allen



wurde viel abverlangt und sie haben schon früh gelernt, mit Einschränkungen zu leben.

Berichte Seiten 10 und 11

Zubringer auf Kurs
Auch wenn die Inbetriebnahme frühestens 2035 erfolgen dürfte – das Schwyzer Baudepartement ist mit dem Vorprojekt für den Zubringer Halten in Pfäffikon «auf Kurs». Bericht Seite 3

Da liegt noch viel mehr drin

Nach dem fulminanten Auftritt im Weltcup in der letzten Saison von Amy Baserga und Niklas Hartweg sind die Erwartungen an die beiden Ausserschwyzer Biathleten sehr hoch. In Östersund lief Baserga einmal auf den 12. Rang, zusammen mit Hartweg resultierte der 6. Platz in der Staffel. Es gibt noch Luft nach oben. (red)

Bericht Seite 17

REKLAME

wakutech
Wasch- & Küchentechnik
alte Fabrikstrasse 2
8853 Lachen
T 055 462 12 12
www.wakutech.ch

REKLAME



Ihre Immobilie – unsere Erfahrung – Ihr Erfolg.
Vertrauen Sie den Profis!

Von links nach rechts:
Cedric Säwert • Marketing / Verkauf
Beatrice Schmuki • Backoffice
Volkmar Säwert • Geschäftsleitung
Kevin Hensel • Backoffice

Seestrasse 62, 8806 Bäch / T +41 (0)44 786 58 18
www.seesicht-immobilien.swiss
info@seesicht-immobilien.swiss

SEESICHT Immobilien
Ihr Zuhause ist bei uns.

Auf ein langes Leben

Drei hochbetagte Menschen erzählen aus ihrem Leben.



von Heidi Peruzzo

Was ist das Geheimnis für ein langes und erfülltes Leben? Drei Ausserschwyzer Seniorinnen und Senioren erzählen aus ihrem Leben und geben Einblicke in eine Zeit, die den Menschen viel abverlangte. Trotzdem geben alle an, auf ein glückliches Leben zurückblicken zu dürfen. Vielleicht ist gerade das ihr Geheimnis?

Mit bald 106 Jahren ist Carla Voirol die älteste Ausserschwyzerin und gehört auch schweizweit zu den ältesten Personen. Das vergisst man aber schnell, wenn man sie in ihrer Alterswohnung in Lachen besucht. Da steht sie in der Küche und kocht Pudding für ihre Nachbarn. Mit ruhiger Hand füllt sie die süsse Masse in kleine Töpfchen ab. Zwischendurch wischt sie mit dem Lappen die Ablagefläche sauber, es ist blitzblank in der Küche. Nach dem Mittag wird sie die Puddingportionen mit Hilfe ihres Rollators im Haus verteilen. «Die meisten sind Männer, die können nicht so gut kochen wie unsereins», erklärt sie schmunzelnd. Danach wird sie nach unten in die Cafeteria «auf ein Schwätzchen» gehen und schauen, wie die anderen Bewohner «zwäg» sind.

Nur im Winterhalbjahr schaut täglich die Spitex bei ihr vorbei, ansonsten lebt die rüstige Frau noch selbstständig in den eigenen vier Wänden. Auch

ihren Einkauf erledigt sie nach Möglichkeit selber. Jedoch ist sie froh, wenn sie mit dem Altersheim-Bus mitfahren darf. «Ich bin zufrieden mit dem, was ich noch alles machen kann», meint sie. «Wenn nur mein Gestell noch halb so gut wäre, wie es mein Kopf ist.» Mit dem Gestell meint sie ihren Körper und erzählt, dass sie letzte Nacht kaum schlafen konnte, weil der Rücken wieder stark schmerzte. Und handkehrum gehe es wieder ganz gut, versichert sie. «Ich hatte schon als junge Frau eine Operation am Bauch, daher kenne ich Schmerzen schon lange. Ich habe mich daran gewöhnt und lebe damit.»

Carla Voirol,
19.12.1917

Ihr Rezept: Zufrieden sein mit dem, was man hat. Und täglich dem Herrgott danken.

Ihren Hausarzt besucht die Greisin selten, Medikamente hat sie kaum gebraucht in ihrem Leben. Kürzlich hatte sie zum ersten Mal «so ein Ziehen in der Brust», da ging sie zum Arzt und bekam vier verschiedene Medikamente verschrieben. «Ich weiss aber gar nicht genau, für was die sind.»

Carla Voirol gehört zu den ältesten Menschen in der Schweiz. Mit bald 106 Jahren lebt sie noch selbstständig in ihrer Wohnung.

«Wir müssen unser Altersbild ändern»

Das Bild, welches wir von älteren Menschen haben, entspricht nicht mehr der heutigen Zeit. Die ältere Generation zeigt sich jugendlich und vital. «Dieses Potenzial müssen wir besser in unsere Gesellschaft integrieren», sagt die Altersforscherin Sabina Misoch.

mit Sabina Misoch
sprach Heidi Peruzzo

Können Sie uns die Bausteine für ein langes Leben verraten?

Optimismus, Lebenswille, nicht zu viel über Negatives oder Vergangenes nachdenken, körperlich und geistig aktiv bleiben und sich weiterhin Ziele setzen. Ganz wichtig ist ein guter Umgang mit Einschränkungen. Auch wenn der Körper im Alter fragiler wird, sollte der Geist noch wach bleiben.

Sie erforschen die psychosozialen Aspekte des Altwerdens. Welche Rolle spielen die Gene?

Die genetischen Faktoren sind bereits sehr gut erforscht und haben einen nicht so grossen Anteil – die Forschung geht hier von 20 Prozent aus. Die Langlebigkeit ist am Ende ein multidimensionales Geschehen. Manches haben wir in der Hand, anderes nicht. Ich bezeichne es als eine Mischung zwischen Genen, Psyche und Lifestyle. Mit Lifestyle meine ich insbesondere, wie wir mit unserem Körper umgegangen sind, aber auch welche mentale Einstellungen wir zum Leben als Ganzem haben.

Wie viele Interviews mit Hochbetagten haben Sie geführt?

In der Ostschweiz führte ich 21 Interviews durch. Am Altershotspot Okinawa (Japan) konnte ich erste explorative Interviews durchführen.

Die Menschen in Okinawa zählen zu den Ältesten der ganzen Welt. Wieso ist das so?

Viele leben noch so wie wir hier früher. Es sind meist arme Menschen, die von dem Leben müssen, was sie anbauen. Sie haben schwierige Zeiten erlebt und gelernt, damit umzugehen. Zudem sind sie stark in die Gesellschaft eingebunden. Sie werden gebraucht.

Was konnten Sie bei den Interviews in der Ostschweiz feststellen?

Bei uns sind Seniorinnen und Senioren

weniger als auf der Insel Okinawa in die Gesellschaft/Gemeinde eingebunden, sondern mehr in die Familie oder den Freundeskreis. Die positive Lebenseinstellung spielt eine wichtige Rolle, egal, wie schwierig das Leben war. Viele der Befragten betonten, dass sie in einem liebevollen Elternhaus aufgewachsen seien. Auch wenn sie schon früh der Verlust eines Elternteils erleben mussten, hat sich der verbleibende Elternteil liebevoll um die Kinder bemüht. Dazu werden jetzt auch Studien durchgeführt. Auch der Optimismus, den die Eltern den Kindern mitgeben konnten, scheint bei vielen Hochbetagten eine wichtige Rolle zu spielen und wird nun genauer erforscht.

Welche Rolle spielt die Religion?

Bei meinen Interviewten auf Okinawa ist das Gebet, Meditation und das Gedenken an die Ahnen fest in den Tagesrhythmus eingebunden. In der Schweiz ist bei vielen alten Menschen der Glaube tief verwurzelt. «Der

Herrgott wird es richten» und das Gebet, aber auch Meditation, wurde von vielen Interviewten als wichtiges Alltagshandeln genannt.

«Wie alt wir werden, ist eine Mischung zwischen Genen, Psyche und Lifestyle.»

In der Schweiz leben pro 100 000 Einwohner rund 22 Hundertjährige und Ältere. Die kantonalen Quoten reichen von 42 Personen im Tessin bis zu 6 Personen im Kanton Appenzell.

Bei diesen Zahlen muss man die Zusammensetzung der Bevölkerung beachten. Gerade im Kanton Tessin ist eine grosse berufsbedingte Abwanderung von jungen Menschen zu beobachten. Ältere Personen ziehen hingegen kaum mehr weg und dies führt im Tessin zu einem hohen Prozentsatz an alten und hochalten Menschen.

Im Kanton Schwyz leben pro 100 000 Personen 14 Hundertjährige, Tendenz steigend. Was für Herausforderungen kommen auf uns zu?

Das stetige Steigen der Lebenserwartung ist ein positiver Trend. Die daraus resultierenden Herausforderungen sind unter anderem in den Bereichen Wirtschaft, Gesundheit und Alterssicherung gegeben. Aber auch die Wohnsituation oder Soziales stehen hier vor neuen Herausforderungen, die in der Zukunft interdisziplinär untersucht werden sollten.

Ist Zuwanderung eine Lösung?

Das kann für den Fachkräftemangel

eine Lösung sein, wenn die richtigen Personen einwandern. Diese Frage werden sich zukünftig unsere Politiker stellen müssen, auch wenn es ein schwieriges Thema ist.

Was sagen Prognosen für 2060 aus?

Ein Drittel der Bevölkerung wird dann voraussichtlich nicht mehr im Erwerbsleben stehen. Das heisst, zwei Erwerbstätige müssen einen Senior finanzieren. Damit wird das heutige Solidaritätsprinzip definitiv an seine Grenzen stossen.

Wo sieht die Altersforschung mögliche Ansätze?

Die heutigen «Alten» entsprechen nicht mehr dem Bild, das unsere Gesellschaft hat. Wir müssen unser Altersbild ändern. Heutige 70-Jährige stehen oftmals noch Mitten im Leben, treiben Sport, Reisen um die Welt und haben ein grosses Wissen. Es wäre eine Verschwendung, wenn unsere Gesellschaft nicht von diesem ungenutzten Potenzial an Wissen und Erfahrung profitierte.

Wie kann das geändert werden?

Das beginnt im Kopf jedes Einzelnen. Zeitungsberichte wie dieser tragen viel dazu bei, weil sie von vielen Personen gelesen werden. Hingegen erreichen wissenschaftliche Studien nur sehr wenige Menschen.

Und auf politischer Seite?

Die Politik ist der «Game-Changer», sie hat es in der Hand. In Japan gibt es zum Beispiel Arbeitsämter für 65-Jährige. Auch bei uns möchten viele nach der Pensionierung weiterarbeiten. Sei es aus finanziellen Aspekten oder einfach, weil sie sich noch zu jung fühlen, um die Füsse hochzulagern.

Heute bleiben Menschen länger jung und fit.

Dies hat mit den allgemein besseren Lebensbedingungen zu tun: Ernährung, Arbeitstätigkeiten, Fortschritte in der Medizin und Gesundheitsversorgung,

«Den Wohlstand, den wir jetzt geniessen, wurde von dieser Generation erschaffen.»

Bildung, wirtschaftliche Sicherheit und mehr. Wir dürfen nicht vergessen: Den Wohlstand, den wir jetzt geniessen, wurde von dieser Generation erschaffen.

Welche Ansätze bringt die Altersforschung?

Wir helfen, Ideen zu entwickeln und Innovationen in der Praxis testhalber auszuprobieren, haben aber auch keine baufertigen Lösungen in der Schublade. Es braucht Mut zum Experimentieren in Zusammenarbeit mit der Zielgruppe. Wichtig ist ein Blick auf andere Länder über den Tellerrand hinweg. Wir können gegenseitig voneinander lernen.

Möchten Sie 100-Jährig werden?

Möglichst alt zu werden ist nicht mein erklärtes Ziel. Mir ist wichtig, ein gutes Leben zu haben und etwas «Rundes» im Sinne eines harmonischen Ganzen entstehen zu lassen.

Noch eine persönliche Frage: Was konnten Sie aus den Gesprächen mit alten Menschen mitnehmen?

Wir können so viel lernen von ihren Lebensweisheiten und Erfahrungen. Sei es, aus allem das Beste zu machen oder einfach dankbar zu sein für das, was man hat. Auch wenn es oft schwierig ist, soll man sich immer wieder mit dem Leben versöhnen und nicht zu lange auf Negatives zurückblicken.



Sabina Misoch ist Professorin und Leiterin am Institut für Altersforschung an der Ostschweizer Fachhochschule.

Bild: zvg

Carla Voirol ist im Engadin in sehr armen Verhältnissen aufgewachsen. Ihre Eltern stammten aus Bergamo (I), der Vater fand Arbeit in Scuol. Ihre Mutter hatte schon als Kind Typhus und musste immer wieder ins Spital. Ihre einzige Schwester war 13 Jahre älter. «Ich war sehr viel alleine daheim, mit mir gespielt hat niemand», erinnert sie sich. Schon als Kind half sie den Nachbarn im Haushalt und mit den Kindern. «Und wenn es regnete, ging ich mit meinem Vater runter an den Fluss, wo wir Baumstämme aus dem Inn zogen.» Als Lohn durfte die Familie einige Stämme behalten und zum Kochen und Heizen brauchen.

Als junge Frau arbeitete sie im Bad Scuol, «das war damals noch etwas ausserhalb des Dorfes.» Sie bereitete Fango-Packungen für die feinen Herrschaften zu. Später ging sie nach Zürich zu ihrer Schwester und verdiente ihr Geld mit Servieren und Nähen.

Carla Voirol war zweimal verheiratet und brachte fünf Kinder zur Welt. Drei davon hatte sie alleine zu Hause geboren. «Ich hatte nie Angst vor den Geburten. Einzig die Nabelschnur durchzuschneiden, habe ich mich nicht getraut.» Ihr Vater habe ihr erzählt, dass die Frauen früher alleine in den Wald gingen, um zu gebären.

Überhaupt, vieles an der heutigen Gesellschaft verwundert sie sehr. «Es wird immer schlimmer auf der Welt, die Leute sind unzufrieden, obwohl sie so viel haben. Dafür kann man mit ganz wenig zufrieden sein», so ihre Lebensweisheit. Und täglich dankt sie dem Herrgott, dass sie noch aufstehen darf. Von ihren fünf Kindern lebt nur noch eine Tochter. Dafür hat sie viele Enkel und Urenkel.

Eugen Keller, 99-jährig, Altendorf

Was harte Arbeit bedeutet, erfuhr der Altendörfler schon als Kind. Auf dem



«Jetzt ist die schönste Zeit in meinem Leben.»

Eugen Keller, 99-jährig, Altendorf

Bergbauernbetrieb Bilsten oberhalb Altendorf kochte die Mutter zusätzlich für 30 Arbeiter, welche für den Bau des Etselwerks beschäftigt waren. Da die vielen Esser in der Küche der Grossfamilie Keller keinen Platz fanden, wurde die Wand zwischen Küche und Stube entfernt. Die benötigten Esswaren buckelten Eugen Keller und einige seiner neun Geschwister nach der Schule den steilen Weg rauf, bis nebenan das Restaurant Bilstenhof eröffnet wurde.

Eugen wollte gerne Metzger werden, aber für diese Ausbildung war er nach der Schule noch zu jung. So begann er als Knecht zu arbeiten. Nach einem Todesfall in der Familie Schätti in Tuggen bekam er dort eine feste Anstellung. Schättis bewirtschafteten auch die Alp Bärlai im Wägital, der junge Mann half «z'Alp» mit. «Das war körperlich eine sehr strenge Zeit», erinnert er sich. Bei dieser Bauernfamilie war auch eine Magd angestellt, ein hübsches «Wägitalermeitli». 1947 läuteten bei Familie Keller-Schnyder die Hochzeitsglocken, im Lauf der Jahre kamen sieben Kinder dazu. Die Familie zog auf den Hof Giger nahe des Bräggerhofs ob Altendorf. Über den Sommer arbeitete Keller als Älpler in der Diebishütte unterhalb vom Stöcklichrüz.

Mit 52 Jahren änderte sein ganzes Leben: Bei einem Holzerunfall verlor er sein rechtes Bein. Das war hart für den Mann, der sich gewohnt war, anzupacken. «In dieser Zeit hat es mir gut getan, dass ich mich um unsere dreijährige Tochter, das «Nachzüglerli», kümmern konnte.» Sie gab ihm neuen Lebensmut. In einer Eingliederungsstätte in Männedorf lernte er, mit der Prothese zu laufen, und liess sich umschulen. «Ich konnte eine 50 Prozentstelle bei der Verwo in Pfäffikon annehmen und bekam zusätzlich eine bescheidene Rente von 240 Franken im Monat.» Damals war Hochkonjunktur, die Firma kam vor lauter Arbeit nicht nach. Keller half immer wieder aus. «Da ging es nicht lange und die IV-Rente wurde mir einfach gestrichen. Mit der Begründung, dass ich ja jetzt wieder voll arbeiten könne.» Das Jammern liegt dem Senior überhaupt nicht, «aber was damals lief, war nicht recht», sagt er. 2014 ist seine Frau gestorben, seit sieben Jahren lebt er nun im Seniorenzentrum Engelhof Altendorf. «Das ist die schönste Zeit in meinem Leben, hier habe ich alles, was ich brauche, und für mich wird gesorgt. Jeden Tag kann ich noch zwei bis drei

Kilometer spazieren gehen». Er habe zwar auch viel Schönes in seinem Leben gehabt, aber so «ring» wie jetzt war es eben noch nie. Das sei halt seine Lebenseinstellung: «Mä muess us allem öppis mache.»

Nebst seiner inneren Zufriedenheit scheint Eugen Keller auch gute Gene geerbt zu haben: Sein Vater wurde 87 Jahre alt, sein älterer Bruder 98 Jahre. Dieses Jahr musste er den Tod seines Sohnes miterleben. «Das war ein sehr trauriger Moment.»

Frieda Rutishauser, 98-jährig, Tuggen

Frieda und Albert Rutishauser sind eines der wenigen Ehepaare, die hochbetagt noch gemeinsam im eigenen Haus wohnen. Der ehemalige Ingenieur Albert Rutishauser wurde im Mai 100-jährig, seine Ehefrau wird demnächst 99-jährig. Auf der Suche nach einem «Altersstöckli» zogen sie vor 20 Jahren von Stäfa nach Tuggen. Wichtig war für beide ein Heim mit einem schönen Garten. «Viele Leute rieten uns ab, mit 80 Jahren noch in ein dreistöckiges Haus zu ziehen. Aber mein Mann fand, dass Treppenstei-

Eugen Keller-Schnyder, 16.6.1924

Sein Rezept: Viel Bewegung, gerne arbeiten und «us allem öppis mache».

«Manche trinken Wein, andere essen Fleisch, da gibt es wohl kein Rezept», sagt Frieda Rutishauser. «Bei uns gab es jeden Tag Rohkost.» Immer vor dem Hauptgang haben sie etwas Ungesetztes gegessen, zum Beispiel Salat. «Aber ich sage allen Leuten, die mich nach dem Geheimnis unseres hohen Alters fragen: Werdet ja nicht so alt.» Es sei kein schönes Gefühl, wenn man merke, wie einem das Gedächtnis «immer mehr einen Strich durch die Rechnung macht».

Auch die körperlichen Veränderungen empfindet sie als unangenehm: «Plötzlich ist man auf Hilfe angewiesen.» Rutishausers haben drei Kinder,



«Manche trinken Wein, andere essen Fleisch. Da gibt es wohl kein Rezept.»

Frieda Rutishauser, 98-jährig, Tuggen

gen gesund erhalte.» Inzwischen sind beide schon gestürzt und sagen – mit einer Prise Galgenhumor: «Treppen runterfallen ist auch gesund». Frieda Rutishauser ist schon mehrmals gestürzt, «aber zum Glück habe ich einen harten Schädel». Ihren Mann Albert bezeichnet sie als «sehr zäh». Kürzlich sei er rückwärts die Treppe runtergefallen und musste nach Zürich ins Spital. Sein behandelnder Arzt habe ihn schon aufgegeben. «Bei unserem Besuch bestand mein Mann darauf, wieder nach Hause zu kommen, da haben mein Sohn und ich ihn mitgenommen.» Der Sohn liess nun im ganzen Haus Stangen montieren, damit sich seine Eltern sicherer fortbewegen können. «Wir sind eher faule Leute und bewegen uns nur noch so viel, wie nötig ist.» Beide gehen am Rollator. Einen Treppenlift gibt es nicht.

eines ist schon verstorben. Enkel- und Urenkelkinder gehören zur Familie. Bei den Senioren Rutishauser kommt seit

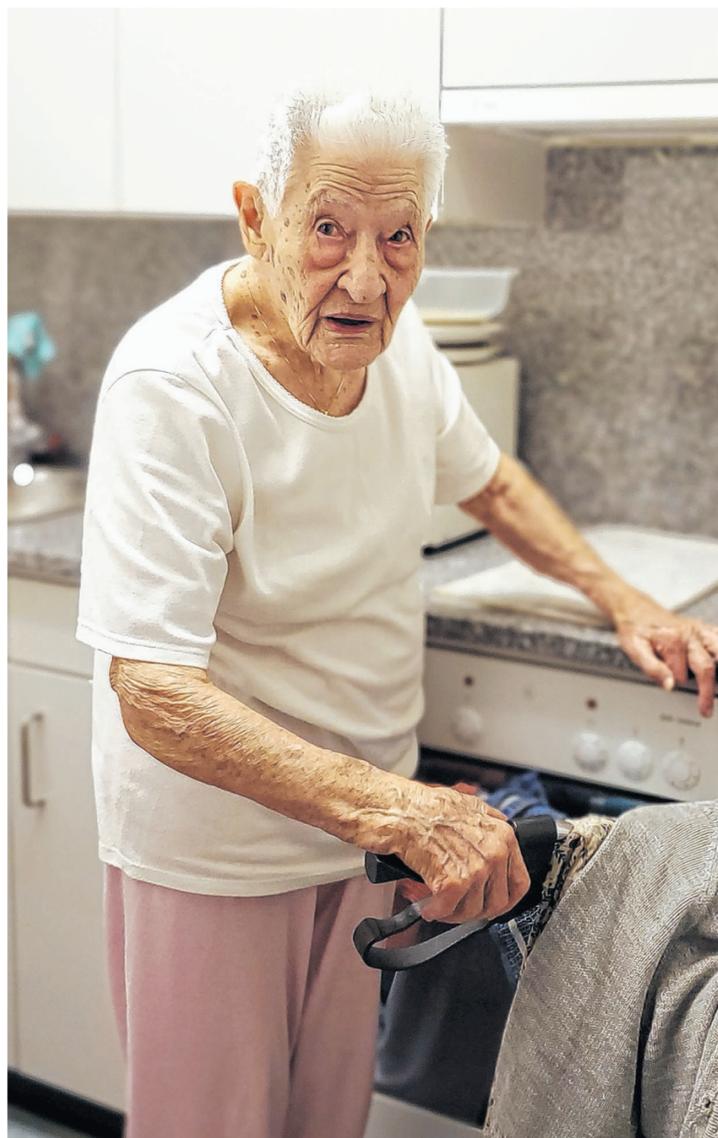
Frieda Rutishauser, 25.12.1925

Ihr Rezept: Rohkost, Gärtnern und Treppen steigen. «Aber ich sage allen: Werdet ja nicht so alt.»

einiger Zeit täglich die Spitex vorbei, einmal die Woche besucht sie die Enkelin und hilft, wo es nötig ist.

Der Tagesablauf von Familie Rutishauser sieht so aus: Um 7 Uhr kommt die Spitex, dann heisst frühstücken, abwaschen, etwas lesen. Um 11.30 Uhr wird das Mittagessen geliefert, anschliessend abwaschen und Mittagsruhe. Am Nachmittag gibt es, wenn möglich, einen Spaziergang und einen Schwatz mit den Nachbarn.

Bis vor drei Jahren seien sie sogar noch «gemeinsam Auto gefahren», vertrat die Enkelin. Einer sah noch gut, der andere hörte gut. Aber die ganze Familie sei erleichtert gewesen, als sie das Auto abgaben. «Wir sind gemeinsam durchs Leben gegangen und es ist schön, dass wir uns auch im hohen Alter noch haben», so die Seniorin abschliessend.



«Drei von meinen Kindern habe ich alleine geboren. Die Nabelschnur selber durchzuschneiden, habe ich mich nicht getraut.»

Carla Voirol, 105-jährig, Lachen

Menschen in der Schweiz werden immer älter

Zwischen 1950 bis 2010 hat sich die Zahl der 100-jährigen und älteren Personen in der Schweiz alle zehn Jahre verdoppelt (Bundesamt für Statistik). Seit 2018 kommen jährlich durchschnittlich 100 Hundertjährige dazu, darunter mehr

als 80 Prozent Frauen. Ende 2022 lag die Zahl der Hundertjährigen bei 1948 Personen, was einem Anstieg von 3,2 Prozent gegenüber dem Vorjahr entspricht. In den kommenden Jahrzehnten wird die Zahl der Hundertjährigen aufgrund

der steigenden Lebenserwartung voraussichtlich zunehmen. Jedes dritte im Jahr 2022 geborene Mädchen und jeder sechste im gleichen Jahr geborene Junge sollen mindestens hundertjährig werden. (hp)