

Rede Informationsanlass am 3. 9.24 «Gemeinsam Einsam»

Grusswort Stadtrat Daniel Tanner

(Es gilt das gesprochene Wort)

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

Es ist mir eine besondere Freude, Sie heute Nachmittag zu unserer Veranstaltung „Einsam? Gemeinsam! Wege aus der Einsamkeit im Alter“ hier im reformierten Kirchgemeindehaus in Wädenswil begrüßen zu dürfen. Dieses Thema bewegt uns alle, denn wir wissen, dass Einsamkeit im Alter zu einer großen Herausforderung werden kann. Aber heute sind Sie nicht allein, sondern hier, um sich mit anderen auszutauschen, Verbindungen zu knüpfen und neue Wege aus der Einsamkeit zu finden.

Einsamkeit betrifft viele Menschen im Alter, aber die gute Nachricht ist: Es gibt Wege, dieser Einsamkeit zu entkommen und ein erfülltes Leben zu führen. Die Forschung zeigt uns immer wieder, dass es vor allem die Qualität unserer sozialen Beziehungen ist, die uns gesund und glücklich altern lässt. Eine der bekanntesten Studien zu diesem Thema ist die Harvard-Studie, die seit über 80 Jahren läuft. Der aktuelle Leiter dieser Studie, Robert Waldinger, fasst die Essenz der Ergebnisse in einem einfachen Satz zusammen: „Gute Beziehungen halten uns glücklicher und gesünder.“

Diese Erkenntnis ist entscheidend, denn sie zeigt uns, dass es nicht das Vermögen oder die beruflichen Erfolge sind, die uns langfristig zufrieden machen, sondern die Nähe und Vertrautheit zu anderen Menschen. Enge und liebevolle Beziehungen schützen uns nicht nur vor Einsamkeit, sondern auch vor vielen körperlichen und geistigen Erkrankungen, die im Alter auftreten können.

Doch was bedeutet das konkret für uns hier und heute? Es bedeutet, dass es nie zu spät ist, neue Freundschaften zu schließen oder bestehende Beziehungen zu vertiefen. Auch kleine Schritte können viel bewirken: ein Gespräch beim Einkaufen, ein Anruf bei einem alten Freund, ein Besuch in einer sozialen Einrichtung. Es sind diese Momente des Austauschs, die unser Leben bereichern und uns das Gefühl geben, Teil einer Gemeinschaft zu sein.

Heute haben Sie die Gelegenheit, genau solche Verbindungen zu knüpfen. Diese Veranstaltung bietet Ihnen einen Raum, in dem Sie sich offen austauschen können, sei es über Ihre Erfahrungen, Ihre Wünsche oder Ihre Sorgen. Nutzen Sie die Zeit, um neue Menschen kennenzulernen, denn vielleicht entwickelt sich daraus eine wertvolle Beziehung, die Sie in den kommenden Jahren begleitet.

Ich möchte besonders auch das Projekt „Einsamkeit im Alter – Wege aus der Einsamkeit“ des Schweizer Instituts für Sucht- und Gesundheitsforschung (ISGF) hervorheben, aus welchem die heutige Veranstaltung entstand. Dieses Projekt verfolgt das Ziel, praktische Lösungsansätze zur Verringerung von Einsamkeit zu entwickeln und in die Tat umzusetzen. Es ist Teil eines breiteren Engagements, das darauf abzielt, die Lebensqualität im Alter durch gezielte Unterstützung und innovative Ansätze zu verbessern.

Ich freue mich sehr, dass auch die Projektleiterin dieses wichtigen Projekts, Frau Susanne Schaaf, heute unter uns ist. Frau Schaaf setzt sich mit großem Engagement und Fachwissen für die Anliegen älterer Menschen ein. Sie forscht unermüdlich für das Wohl der Gemeinschaft, und ich möchte sie herzlich willkommen heißen und mich für ihre wertvolle Arbeit bedanken.

Bevor wir in den Nachmittag starten, möchte ich noch einmal betonen, wie wichtig es ist, dass wir uns gegenseitig unterstützen. In einer Gemeinschaft wie der unseren, in der Menschen füreinander da sind, kann Einsamkeit ihren Schrecken verlieren. Lassen Sie uns gemeinsam daran arbeiten, dass niemand alleine bleibt und dass wir alle das Glück und die Zufriedenheit finden, die wir uns wünschen.

Ich wünsche uns allen einen inspirierenden, ermutigenden und vor allem gemeinschaftlichen Nachmittag. Vielen Dank, dass Sie heute hier sind, und ich freue mich auf die Gespräche, die wir führen werden.

Herzlichen Dank!