

Gemeinsam mit den Generationen 60+

# vielfALT



## Liebe kennt kein Alter

**BEZIEHUNGEN.** Sich mit über 60 noch einmal neu verlieben – das ist möglich! Seniorinnen und Senioren erzählen uns von ihrem Liebesglück.

Liebe ab 60 galt lange Zeit als Tabuthema. Doch mit den immer vitaleren Babyboomern rückt das Thema nun vermehrt in den Fokus der Öffentlichkeit. Auch Film und Literatur greifen es auf und enthüllen die Magie der Frühlingsgefühle im Herbst des Lebens: Zärtlichkeit, Leidenschaft – und wieder Schmetterlinge im Bauch.

### Einen Seelenverwandten finden

«Als mein Mann starb, hätte ich nicht gedacht, irgendwann noch einmal eine Beziehung einzugehen. Und überhaupt: Wie findet man mit 73 Jahren eine neue Liebe? Ich hatte beschlossen, dass dieses Kapitel für mich abgeschlossen war.» Zwei Jahre später strahlt Sylvie. Wir treffen sie im Zug. Sie fährt gerade nach Freiburg zu Guy, ihrem neuen Lebensgefährten. «Wir kannten uns ein wenig von der Arbeit her, aber nicht mehr.» Während eines Seminars haben Amors Pfeile dann getroffen. Sylvie ist verwitwet, Guy war Single. Der Zauber hat gewirkt. Beide haben ihre eigene Wohnung behalten, unternehmen jedoch viel miteinander: Spaziergänge in der Natur, Restaurantbesuche, Konzerte und Kulturveranstaltungen – gemeinsam macht es einfach doppelt so viel Spass. Allerdings haben nicht alle dieses Glück. Die 67-jährige Danielle wäre zwar offen für etwas Neues. «Aber das ist gar nicht so einfach», sagt sie und lacht. «Ich bin sehr aktiv, mache Wassergymnastik, bin im Buchclub und absolviere Koch- und gar Degustationskurse. Aber ich bin fast immer nur von Frauen umgeben.»

### Wo sind die Männer?

Alleinstehende Männer über 60 Jahre sind in der Tat rar. Gemäss Bundesamt für Statistik zählte die Schweiz im Jahr 2020 insgesamt 87'288 alleinstehende

Männer über 60 Jahre gegenüber 97'426 Frauen derselben Altersgruppe. Ausserdem ist auch der Anteil an geschiedenen Frauen über 60 Jahre viel höher (17,2 % im Vergleich zu 14,4 % bei Männern über 60 Jahre).

Bei Witwen und Witnern jenseits der 60 ist die Kluft noch grösser (25,5 % Frauen und 7,6 % Männer). Die Gründe dafür sind die längere Lebenserwartung der Frauen und die höhere Sterblichkeit bei den Männern sowie die Tatsache, dass Letztere bei der Heirat in der Regel älter sind als die Frauen. Im Übrigen suchen sich Männer meist jüngere Partnerinnen.

Folglich gestaltet es sich für heterosexuelle Personen schwieriger, den passenden Deckel zu finden. «Ich wünsche mir jemanden, mit dem ich schöne Momente erleben und kuscheln kann. Mehr will ich ja gar nicht. Aber um mich herum herrscht Flaute. Ich spiele mit dem Gedanken, mich auf einer Dating-Website zu registrieren, doch mir fehlt der Mut.»

### Die moderne Version von Kleinanzeigen

«Man muss sich einfach trauen und handeln. Es fühlt sich so gut an, nicht mehr allein zu sein.» Luc, gerade erst 60 Jahre alt geworden, hat Sophie auf einem Dating-Portal kennengelernt. Er ist begeistert von dieser modernen Form der Kontaktanzeigen. «Ich habe einen Job mit unregelmässigen Arbeitszeiten. Das ist nicht gerade förderlich, um soziale Kontakte zu knüpfen und jemanden zu treffen, besonders weil ich dazu noch recht schüchtern bin. Ich finde solche Plattformen eine tolle Sache. Man kann nämlich gezielt nach einer Person suchen, die die gleichen Interessen hat wie man selbst.»

Julius Sohn machte es traurig, seine Mutter alleine zu sehen, und ermutigte sie deshalb zu diesem Schritt. «Wir haben gemeinsam

an meinem Profil gefeilt. Danach habe ich mit Pierre-Antoine Bekanntschaft gemacht. Ein Mann in meinem Alter, ausgesprochen charmant. Seitdem motiviere ich meine Freundinnen, die Angst vor schlechten Erfahrungen haben, sich ebenfalls anzumelden.» Luc stimmt zu. «Obwohl man nicht immer direkt an Betrug denken sollte, muss man doch stets vorsichtig sein. Zuerst schreibt man sich über die Website ein paar Nachrichten, um ein Gefühl für die andere Person zu bekommen, dann telefoniert man miteinander, bevor man schliesslich ein erstes Treffen an einem öffentlichen Ort vereinbart. Und wenn es nicht passt, belässt man es einfach dabei. Die meisten Frauen, mit denen es nicht geklappt hat, waren trotzdem wunderbare Menschen.» Mit Sophie hat die Chemie aber gestimmt. Seit drei Jahren sind wir nun zusammen glücklich.»

### Etwas konventioneller ...

Für jene, die im Umgang mit dem Internet nicht so versiert sind, organisieren Pro Senectute und andere Institutionen spezielle Veranstaltungen: So haben sich Speeddatings, die Disco 60+ und andere Anlässe bewährt.

Die 68 Jahre alte Raphaëlle hat einen anderen Weg gewählt und sich an eine Partnervermittlungsgesellschaft gewandt. «Ich bin beim Surfen im Internet darauf gestossen. Es ist eine Firma, die seit 30 Jahren besteht und für ihre Seriosität bekannt ist», erklärt die dynamische Witwe. «Die Agentur vermittelt ein gutes Gefühl, begleitet zu werden. Sie kümmert sich um einen und geht sehr professionell ans Werk. Sie schaut, dass man nicht auf falsche Profile stösst oder an Betrüger gerät.» Die relativ hohe Registrierungsgebühr garantiert erstklassige Leistungen, das Abo gilt für ein Jahr. «Eine Mitarbeiterin nimmt in einem persönlichen Gespräch deine Wünsche und Vorstellungen auf und analysiert deinen Charakter. Anschliessend erhält man eine Auswahl an Namen mit

Telefonnummern, aber keine Fotos, damit nicht die physischen Merkmale im Vordergrund stehen.» Raphaëlle ist glücklich. «Es beginnt ein neues Leben, ohne das alte zu verleugnen.» Die Leiterin von «Vie à deux», Geneviève Rohr, vertraut uns an: «In den letzten Jahren haben wir immer mehr ältere Paare zusammengebracht. Wir wählen nur Personen aus, die auf der Suche nach einer ernsthaften Beziehung sind. Dabei achten wir darauf, dass sich Menschen begegnen, die kompatibel sind und die gleichen Interessen haben. Es bringt nichts, den Kontakt zwischen einer begeisterten Skifahrerin und einem Mann herzustellen, der keinen Sport mag.»

Cécile, 67, hat ebenfalls die Dienste dieser Agentur in Anspruch genommen. «Ich habe ein erfülltes Leben, fühle mich aber ziemlich einsam. Die Vermittlung über eine Agentur schien mir ein vielversprechender Ansatz, um einen passenden Partner zu finden. Denn ich wollte nicht einfach nur mit jemandem zusammen sein, sondern den Richtigen treffen. Die Firma hat sich viel Mühe gegeben. Mir wurden mehrere Männer vorgestellt, bevor ich dann auf den einen stiess, der mein Herz höherschlagen liess. Ich habe die Verabredungen sehr genossen. Wir tranken Kaffee, manchmal assen wir zusammen, das war schön. Selbst wenn es nicht geklappt hätte, hätte ich meine Investition nicht bereut.» Cécile gibt dennoch zu, auch eine schlechte Erfahrung gemacht zu haben. «Der Mann war nicht besonders ausgeglichen, aber ich gebe nicht der Agentur die Schuld, da sie ja auch nicht alles wissen kann.» Zurzeit sind 128 Walliserinnen und 122 Walliser über 60 Jahre bei dieser Agentur registriert. Ein Beweis dafür, dass die Suche nach Liebe kein Alter kennt.

### Nächste Publikation

28. März 2024: Gewalt bei älteren Paaren

«Für die Welt bist du  
irgendjemand,  
aber für irgendjemand  
bist du die Welt»

Erich Fried

### ANKE SCHÜFFLER

Sexualtherapeutin,  
Brig



### Welchen Platz hat die Liebe im Alter

Die Liebe im Alter ist genauso wichtig wie in jedem anderen Lebensabschnitt. Viele Menschen finden eine neue Bedeutung und Tiefe in Beziehungen und schätzen die emotionale Verbundenheit und Unterstützung, die sie durch eine neue Partnerschaft erfahren.

Es gibt dabei kein «richtiges» Tempo oder Vorgehen, wenn es darum geht, wieder zu einer neuen Partnerschaft zu finden. Jedoch ist es ratsam, sich Zeit zu nehmen, um zu trauern und zu heilen, den Verlust zu verarbeiten, bevor man bereit für eine neue Liebe ist.

Manche Menschen entscheiden sich auch dafür, alleine zu bleiben und die Liebe in Form von Familie, Freunden und Hobbys zu erleben. Letztendlich ist die Bedeutung der Liebe im Alter nach dem Tod eines Partners oder einer Partnerin sehr individuell und hängt von den persönlichen Umständen und Bedürfnissen ab.

Freundschaften können dabei genauso bedeutend sein wie eine Partnerschaft.

Allein bei Pro Senectute findet ihr so ein grossartiges, vielfältiges Angebot, um euer Leben aktiv, abwechslungsreich und aufregend zu gestalten. Und das ist auch eine gute Möglichkeit, neue Menschen kennenzulernen oder vielleicht eine neue Liebe zu finden. Zusammen mit anderen ist man weniger allein.

Oder, um mit einem schönen Spruch zu enden: Die Frage, was wichtiger ist, der Weg oder das Ziel, ist eigentlich ganz einfach zu beantworten: Das Wichtigste sind die Weggefährten! Sei es in neuen Partnerschaften oder in Freundschaften.

ZEITGESCHEHEN

### «Digital heute» mit der Uni60+ der FernUni Schweiz

«Digital heute», die Online-Vortragsreihe der Uni60+, bringt Personen über 60 Jahre sowie allen weiteren Interessierten verschiedene Aspekte der Digitalisierung näher. Der Umgang mit digitalen Anwendungen wird vermittelt und nützliche Praxistipps gegeben. Die Teilnahme an den Vorträgen ist kostenlos.

Die nächsten Online-Vorträge zu «Digital heute» sind:

#### Die Welt der sozialen Medien – Vorzüge und Gefahren

Donnerstag, 21. März 2024, 10.00 bis 11.00 Uhr mit Cindy Zen-Ruffinen

#### Künstliche Intelligenz – eine kurze Einführung

Donnerstag, 16. Mai 2024, 10.00 bis 11.00 Uhr mit Prof. Dr. Jürgen Schröder und Dr. Thomas Mettler

Für Kurzentschlossene findet **heute Nachmittag** ein Uni60+-Geschichtsvortrag mit anschliessendem Apéro am Hochschulcampus Brig statt.

#### Hello Goodbye:

**Vom Anfang und Ende technischer Geräte**  
Donnerstag, 22. Februar 2024, 15.00 bis 16.00 Uhr mit Dr. Felix Wirth

Anmeldung zu den Online-Vorträgen oder zum Geschichtsvortrag: fernuni.ch/uni60plus

PARTNER