

Grundsätze zum Manifest – alt sein und gut leben 2050

1) Denk Gutes!

Eine positive Einstellung zum Alter(n) ist DER Schlüssel. Wer positiv denkt, ist glücklicher.

Wer positiv agiert, wird positiv wahrgenommen und kann ebenso positive Reaktionen erwarten.

Das gilt gleichermaßen für junge wie für alte, für gesunde wie für kranke, für mobile wie für pflegebedürftige Menschen.

Jeder für sich trifft die primäre Entscheidung, wie schau ich auf mein Leben? – offen sein für gute Dinge

Wir (gerade auch als Aktionsnetzwerk) sind dazu aufgefordert konstruktive Kritik auszuüben, um Entwicklung voranzutreiben.

Wir kämpfen um Bewußtseinsbildung dafür und den Rahmen, Kritik einbringen zu können.

2) Gemeinsam statt einsam!

Zufriedenheit und Glück hängen wesentlich von sozialer Interaktion ab.

Wir wollen ein achtsames Miteinander; Geben und Nehmen über alle Generationen hinweg.

Es ist wichtig eine Rolle, eine Aufgabe im Leben, einen Platz in der Gesellschaft zu haben.

3) Das Leben selbst gestalten!

Selbstbestimmung, Autonomie und Eigenverantwortung ermöglichen auch im Alter ein würdevolles Leben.

Alle Menschen haben unabhängig von ihrem Alter das Recht und die Möglichkeit, ihr Leben zu gestalten.

Man muss sich Freiräume und Wahlfreiheit bewahren, eigene Wünsche und Bedürfnisse erkennen und verwirklichen, sich aber auch auf sichere Strukturen und Solidarität verlassen können.

Aktives Wahrnehmen einer neuen Lebensphase und entwickeln eines neuen Rollenbildes;

Wir schaffen Bewußtsein dafür, dass alte Menschen ein wesentlicher Mehrwert für die Gesellschaft und nicht nur ein Kostenfaktor sind!

4) Sich wohl fühlen!

Jeder Einzelne muss rechtzeitig auf seinen Körper achten; in der Gesellschaft ist ein Bewusstsein für eine allgemein gesündere Lebensweise zu schaffen.

Vom Gesundheitssystem sind alle unterstützenden Maßnahmen für Jung und Alt zur Verfügung zu stellen, z. Bsp. Präventionsmaßnahmen wie Reha oder Kur.

Es macht Sinn, an der eigenen Gesundheit bis ins hohe Alter – auch in Lebensphasen mit Einschränkungen – dran zu bleiben und dabei muss jede Unterstützung dafür gewährleistet sein.

5) Jung mit Alt!

Ältere Menschen sind reich an Wissen, Erfahrung und Lebenslust. Durch einen regen Austausch können die Jungen von den Alten profitieren und umgekehrt.

Wir sind der Überzeugung, dass beide Seiten voneinander profitieren können, deswegen holen wir Projekte, die genau das unterstützen vor den Vorhang.

6) Man lernt nie aus!

Lebenslanges Lernen ermöglicht Jung und Alt, offen für Neues zu bleiben.

Die technischen Innovationen erleichtern den Alltag und öffnen Freiräume für gelebtes Miteinander

Wir helfen mit, Projekte und Initiativen sichtbar zu machen, die ein lebenslanges Lernen ermöglichen und helfen, Ängste vor Veränderungen abzubauen.