



Wanderfrust  
Immer mehr Wege sind  
asphaltiert Seite 32



Auto-Leasing  
Vorsicht vor den Abzockern  
in den Garagen Seite 49

Beobachter

# Beobachter

beobachter.ch

8. August 2014  
Nr. 16 Fr. 4.80



Wir werden  
**100**

Aber wie?

Seite 22



# 100 JAHRE

## Und kein bisschen greise

Jeder zweite Mensch, der nach 2000 in der Schweiz geboren wurde, wird 100 Jahre alt. Für viele keine schöne Aussicht. Oder wussten Sie, dass Menschen mit 70 am glücklichsten sind?

Text: Martin Vetterli; Fotos: Karsten Thormaehlen

**D**er Traum vom ewigen Leben endete an einem Donnerstag im Oktober 2013. Erst 20 Jahre alt, verschied Brooke Greenberg in einem Spital in Baltimore. Brooke war das Mädchen, das nicht alterte. 76 Zentimeter klein, sieben Kilo leicht und geschlagen mit dem X-Syndrom, einer äusserst seltenen Wachstumsstörung.

Genforscher Richard Walker wollte mit Brookes Hilfe das Geheimnis des Alterns entschlüsseln und gleich noch das Rezept gegen alle möglichen Alterskrankheiten finden. Denn wer nicht altert, stirbt nicht und wird auch nicht todkrank. «Wenn Brooke nicht unters Auto kommt oder vom Blitz erschlagen wird, könnte sie vermutlich mindestens 1000 Jahre leben», sagte Walker noch vor einem Jahr. Doch dann beendete eine Lungenentzündung das Leben der jungen Frau. Wissenschaftler wie Walker arbeiten wild entschlossen daran, den alten Menschheitstraum von der

ewigen Jugend wahr zu machen. Sie fahnden nach dem Methusalem-Gen, um das Altern auszutricksen, arbeiten an Stammzellentherapien und Spezialimpfungen, um alternde Zellen fit zu spritzen.

### Der Zukunftsforscher sagt: «Spritzen!»

Ein Vordenker dieser Szene ist der selbsternannte Gerontologe Aubrey de Grey. In seinem Buch «Ending Aging» behauptet der Brite, dass die ersten Menschen, die 1000 Jahre alt werden, bereits geboren sind. Man müsse nur noch den Dreh finden, um die körpereigenen Killerzellen so zu aktivieren, dass sie die verhassten Wucherzellen eliminieren. Es sei ein bisschen wie bei der Pflege des Autos. Hin und wieder müsse man es in die Garage bringen, damit es in Schuss bleibe.

De Grey ist überzeugt, dass das bald für Menschen möglich ist: ins Spital gehen, sich ein paar Spritzen für eine Rundum-erneuerung setzen lassen, ein paar Pillen

«Ich habe mir immer eine positive Lebenseinstellung bewahrt. Ich liebe Literatur und Musik, insbesondere Operette und Volksmusik.»

Margarethe Deichmann, geboren am 17. Juni 1911





«Ich interessiere mich für den technischen Fortschritt. Nur nicht für Computer, die sind mir zu neuzeitlich.»

Walter Weinmann, geboren am 22. August 1909



«Bei schönem Wetter radle ich durch Gärten, ansonsten setze ich mich auf den Heimtrainer.»

Käthchen Erny, geboren am 7. August 1909



«Ich schwöre auf Honig und Milch. Täglich nehme ich einen halben Liter zu mir, und das schon mein ganzes Leben.»

Erich Büttner, geboren am 3. November 1907



«Ich habe für Politikergattinnen Kleider geschneidert. An deren Namen kann ich mich aber nicht mehr erinnern.»

Erna Käle, geboren am 6. September 1908



einwerfen und frisch aufgebrezelt in den Alltag zurückkehren.

Sein Freund, der amerikanische Zukunftsforscher Ray Kurzweil, geht einen Schritt weiter. Wenn im Jahr 2045 die künstliche Intelligenz die menschliche überholt habe, sei es nur noch ein kleiner Schritt zum ewigen Leben, prophezeit Kurzweil. Dann werde man in seinen «Human Body 3.0» umsteigen und sich soft- wie hardwaremässig so weit aufrüsten, dass man per Update und dank Ersatzteillager auf ewig taufersch bleibe.

Die Lebensspanne drastisch auszudehnen liege rein physikalisch durchaus drin, 1000 Jahre seien aber wohl etwas hoch gegriffen, lächelt der in Zürich lehrende Zell- und Systembiologe Lawrence Rajendran. Doch wer die nächste Jahrtausendfeier miterleben wolle, solle es probieren. Viel

wahrscheinlicher sei aber, dass die Lebenserwartung in der Schweiz nur noch langsam steigen werde. Bei gut 90 Jahren sei wohl Schluss.

Die Entwicklung der letzten 150 Jahre bringt selbst Realisten zum Träumen. In den Industrieländern hat sich die Lebenserwartung verdoppelt. Seit dem Mittelalter in der Schweiz gar vervierfacht. Für Männer liegt sie aktuell bei 80,5, für Frauen bei 84,7 Jahren. Die Zahl der 100-Jährigen stieg exponentiell. Zwischen 1970 und 2013



**Karsten Thormaehlen:** «Mit hundert hat man noch Träume»; Kehrer, 2011, 128 Seiten, Fr. 51,90. Thormaehlen porträtiert in dem Bildband über 40 100-jährige deutsche Männer und Frauen, die Krisen und Kriege, Zerstörung und Aufbau erlebten.

schnellte sie von 61 auf 1500 Personen hoch. Das verdanken wir besserer Ernährung, mehr Hygiene und den Fortschritten der Medizin.

**Der Biologe sagt: «Fasten!»**

Rajendran treiben aber völlig andere Fragen um als diejenige, wie man das Leben verlängern kann. Er ist in der Alzheimer-Grundlagenforschung tätig und will herausfinden, wie sich der Lebensstil einer Person in ihren Hirnzellen niederschlägt und wie sich das auf Alzheimer auswirkt.

Rajendran und sein Team haben klare Hinweise dafür gefunden, dass das Alzheimer-Risiko steigt, wenn man ständig zu viel isst. Umgekehrt verschwinden die Ablagerungen in den Gehirnzellen, die die alzheimer-typische Plaquebildung fördern, wenn man regelmässig fastet. Egal, ob einen Tag

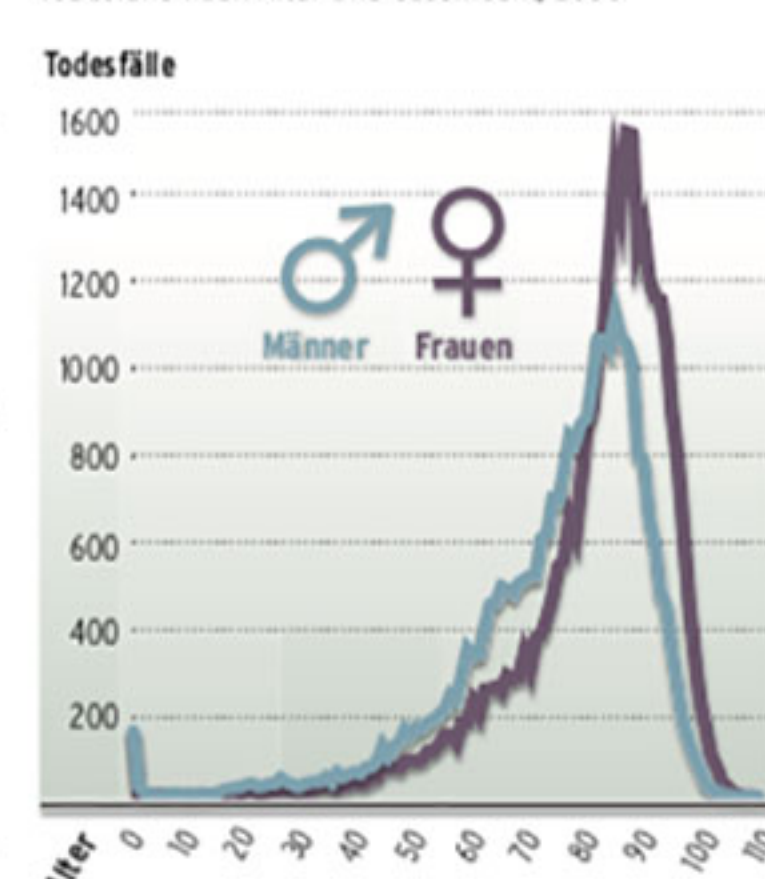
pro Woche wie im Buddhismus und im Hinduismus oder jedes Jahr einmal 40 Tage wie im Islam und im Christentum.

In den Hirnzellen spiele sich ein Prozess ab, den man auch im Kühlschrank nachstellen könne. Füllt man ihn täglich mit neuer Ware und schiebt die alten Lebensmittel einfach nach hinten, verschwinden sie zwar aus dem Blickfeld. Aber irgendwann werden sie sich in Form von Schimmelpilz und übelriechender Sauce zurückmelden. Das Fasten dagegen wirke wie ein Kaufstopp auf den Kühlschrank. Man leert ihn, bevor man neue Lebensmittel einkauft.

Rajendran glaubt aber nicht, dass eine lebenslange Kalorienunterversorgung das beste Rezept sei, um richtig alt zu werden. Bis 20 esse man besser viel und gut, bis 55 sei regelmässiges Fasten ideal, und später

**Die Männer sterben jünger**

Todesfälle nach Alter und Geschlecht, 2008



solle man vor allem darauf achten, dass man sich wohl fühle.

Das Altern folgt eigentlich einem einfachen Schema: Nach dem Erreichen der Fortpflanzungsfähigkeit und erfolgter Reproduktion nimmt die Fruchtbarkeit ab. Und das Sterberisiko steigt. Dass eine kalorienarme Ernährung diesen Prozess verlangsamen kann, gilt als erwiesen. Erhalten Mäuse nur 60 bis 75 Prozent der normalen Futtermenge, steigt ihre Lebenserwartung um 30 bis 50 Prozent.

Bei Menschen ist der Effekt zwar deutlich weniger ausgeprägt, aber unbestritten. Entdeckt haben ihn Epidemiologen auf der südjapanischen Insel Okinawa. Dort leben prozentual die meisten 100-Jährigen: 34 auf 100 000 Einwohner, doppelt so viele wie in der Schweiz. Forscher sind überzeugt, das Wunder von Okinawa liege im konfu-

QUELLE: BEWERTUNGS-INFOGRAPHIK: BEOBSACHTER/IAS



zianischen Leitspruch «Hara hachi bu» begründet, der besagt: «Füll deinen Magen nur zu acht von zehn Teilen.»

Dass eine leichte Unterversorgung des Körpers den Organismus besser in Schwung hält und seine Regenerationsfähigkeit erhöht, hängt mit Proteinen der Sirtuin-Familie zusammen, die für die zelluläre Regulation verantwortlich sind. Das versucht natürlich die Pharmaindustrie für sich zu nutzen. Doch alle Versuche, mit Hilfe der Sirtuine an der Lebensuhr zu drehen, sind mehr oder weniger gescheitert.

Die andere Auffälligkeit, die Hochaltrige gemeinsam haben, ist ein biologisches Paradox. Viele sind klein – nicht nur auf Okinawa. Das überrascht, weil grosse Organismen eigentlich älter werden. Elefanten leben länger als Fliegen, Haie länger als Seepferdchen. Bei Krokodilen, die ihr Leben lang wachsen, sinkt das Risiko zu sterben mit dem Alter sogar – weil die Gefahr, gefressen zu werden, mit zunehmender Grösse kleiner wird.

**Der Forscher sagt: «Blut austauschen!»**

Altersforscher haben in jüngster Zeit weitere Überraschungen erlebt. Ein Team der Stanford-Universität konnte diesen Frühling nachweisen, dass die sogenannte heterochronische Parabiose nicht nur Vampire jung macht. Spritzt man alten Mäusen das Blut junger Artgenossen, verjüngen sie sich, und sie werden auch wieder schlauer. Nach der Blutkur fanden sich im Hippocampus, einer zentralen Schaltstelle des Gedächtnisses, Zeichen vermehrter Plastizität. Die aufgespritzten Seniorenmäuse fanden eine unter Wasser gelegte Plattform

und vermieden Stromstösse in einem Käfig wieder so gut wie die Jungen.

Studienleiter Tony Wyss-Coray meinte bei der Präsentation der Ergebnisse, dass das Experiment bestimmt eine gute Vorlage für Horrorfilme abgebe, aber nicht auf den Menschen übertragbar sei. Denn Bluttransfusionen führten zu Immunreaktionen, die wiederum das Sterberisiko erhöhten. Zudem ist nicht klar, ob der Jungbrunnen-Effekt lange anhält.

Einen Durchbruch schafften auch Genforscher, die bisher vergeblich nach dem Methusalem-Gen gesucht hatten. Ein ha-



**«Lebe ich länger, wenn ich 500 Kalorien pro Tag weniger zu mir nehme? Man weiss es nicht.»**

Mike Martin, Leiter des Zentrums für Gerontologie an der Universität Zürich

waiianisches Team fand bei 100-jährigen auffällig häufig ein bestimmtes Set von 150 Genmarkern, FOXO3A, das für das Immunsystem wichtig ist. Die angetroffene Variation verdreifachte die Chance, älter als 100 zu werden.

Nach gängiger Lehrmeinung kann man aber nicht viel länger leben als die Französin Jeanne Calment. Sie gilt als älteste Frau der Welt und verstarb im August 1997 im Alter von 122 Jahren und 164 Tagen. Dass nicht viel mehr drinliegt, hängt mit dem Hayflick-Limit zusammen. Danach kann

sich eine menschliche Körperzelle nur rund 52-mal teilen und stirbt dann den programmierten Zelltod.

Der Grund findet sich an den Enden der 46 Chromosomen, den Telomeren. Bis zum 30. Lebensjahr sind sie am längsten, bei über 65-Jährigen werden sie immer kürzer. Irgendwann sind sie dann zu kurz. Die Hayflick-Theorie besagt aber nicht, dass Menschen notwendigerweise mit maximal 120, 130 Jahren sterben müssen. Man verfügt heute über Techniken, mit denen sich die Zellteilung blockieren oder aktivieren lässt. «Rein technisch ist es machbar, dass Menschen viel älter werden. Das heisst aber nicht, dass wir den Tod überwinden können», sagt Zellbiologie-Professor Rajendran.

**Die Medizinerin sagt: «Nicht rauchen!»**

Doch die wenigsten schaffen es, auch nur in die Nähe des Hayflick-Limits zu kommen, und sterben vorher. Wann es so weit ist, hängt auch vom persönlichen Lebensstil ab. Eva Martin-Diener vom Zürcher Institut für Sozial- und Präventivmedizin hat die Daten von 17000 in der Schweiz wohnhaften Personen im Alter von 16 bis 90 ausgewertet. So konnte sie diesen Sommer als Erste mit nackten Zahlen belegen, was Rauchen, viel Alkohol, eine ungesunde Ernährung und wenig Bewegung bei gesunden Menschen anrichten: Sie senken die Lebenserwartung um zehn Jahre.

Die verheerendsten Folgen hat das Rauchen. Das Risiko, früh zu sterben, ist bei Rauchern 57 Prozent höher. Je älter man wird, desto schlimmer sind die Effekte. Ist man 55, erhöhen Rauchen, Alkohol,

# Ein Hoch auf das Alter!

**Älteste Schweizerin**  
Rosa Rein, die von 1964 an im Tessin wohnhaft war, lebte 112 Jahre und 327 Tage lang. Sie starb am 14. Februar 2010.

**Ältester Baum**  
In Kalifornien werden Kiefern bis zu 5000 Jahre alt. Die Fichte im Bild steht in Dalarna, Schweden. Sie soll 9950 Jahre zählen.

**Älteste Frau**  
Die Südfrauzösin Jeanne Calment, gestorben 1997, wurde 122 Jahre und 164 Tage alt.

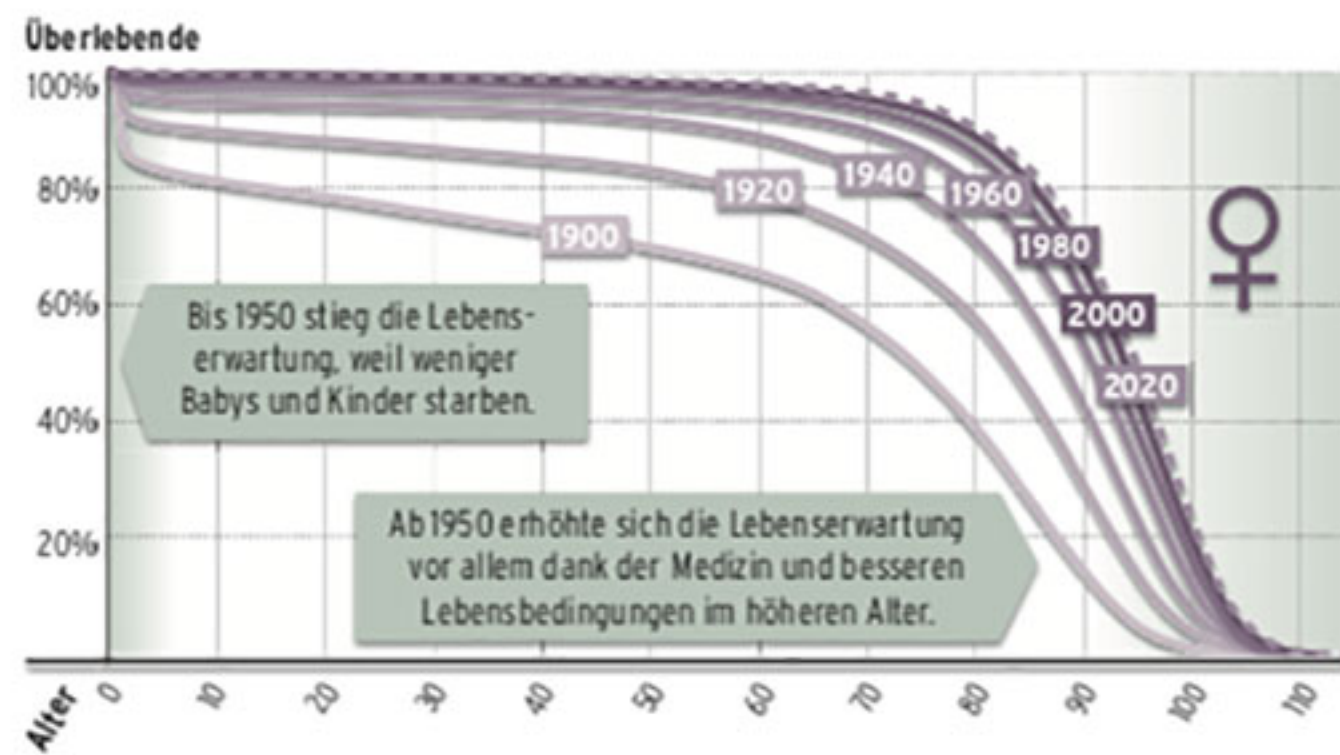
**Ältester Mann**  
Christian Mortensen, in Dänemark geboren, hauchte sein Leben 1998 in Kalifornien aus. Er war 115 Jahre und 252 Tage alt.

**Älteste Pflanze**  
Lomatia tasmanica, ein tasmanisches Silberbaumgewächs, zählt 43 600 Jahre und hat eine Länge von 1,2 Kilometern.

**Ältestes Tier**  
Scolymastra joubini (Bild), ein Glasschwamm im Südpolarmeer, kann bis zu 11000 Jahre alt werden, schätzen Forscher.

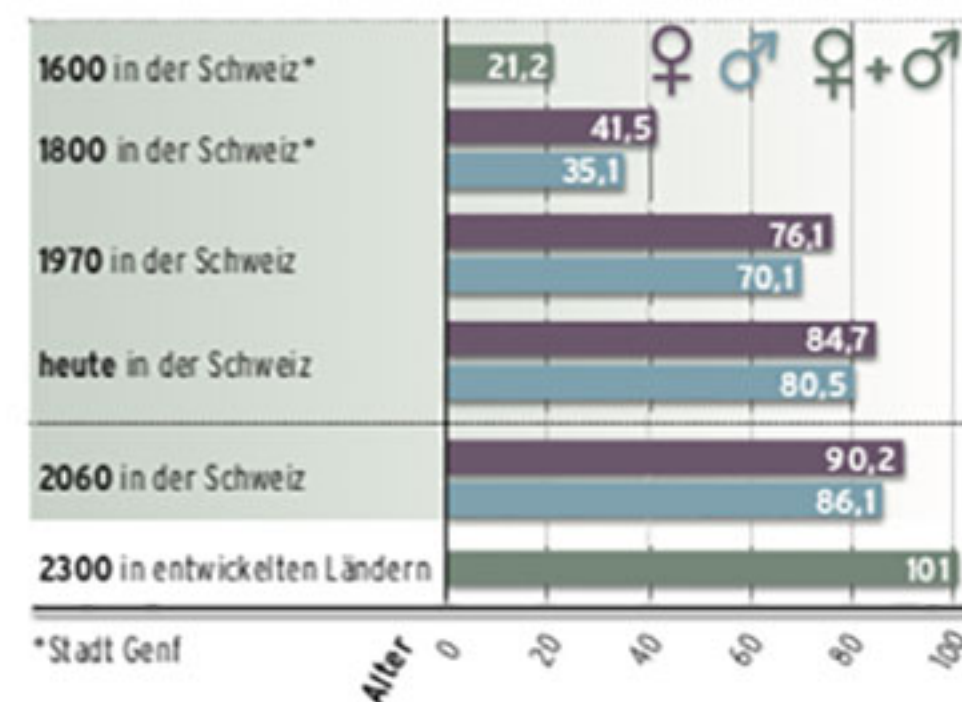
**Zwei von drei Schweizerinnen werden heutzutage 90**

Die Überlebenskurven (Überlebende in Prozent) von Frauen verschiedener Geburtsjahrgänge zeigen die Entwicklung der Lebenserwartung seit 1900 in der Schweiz.



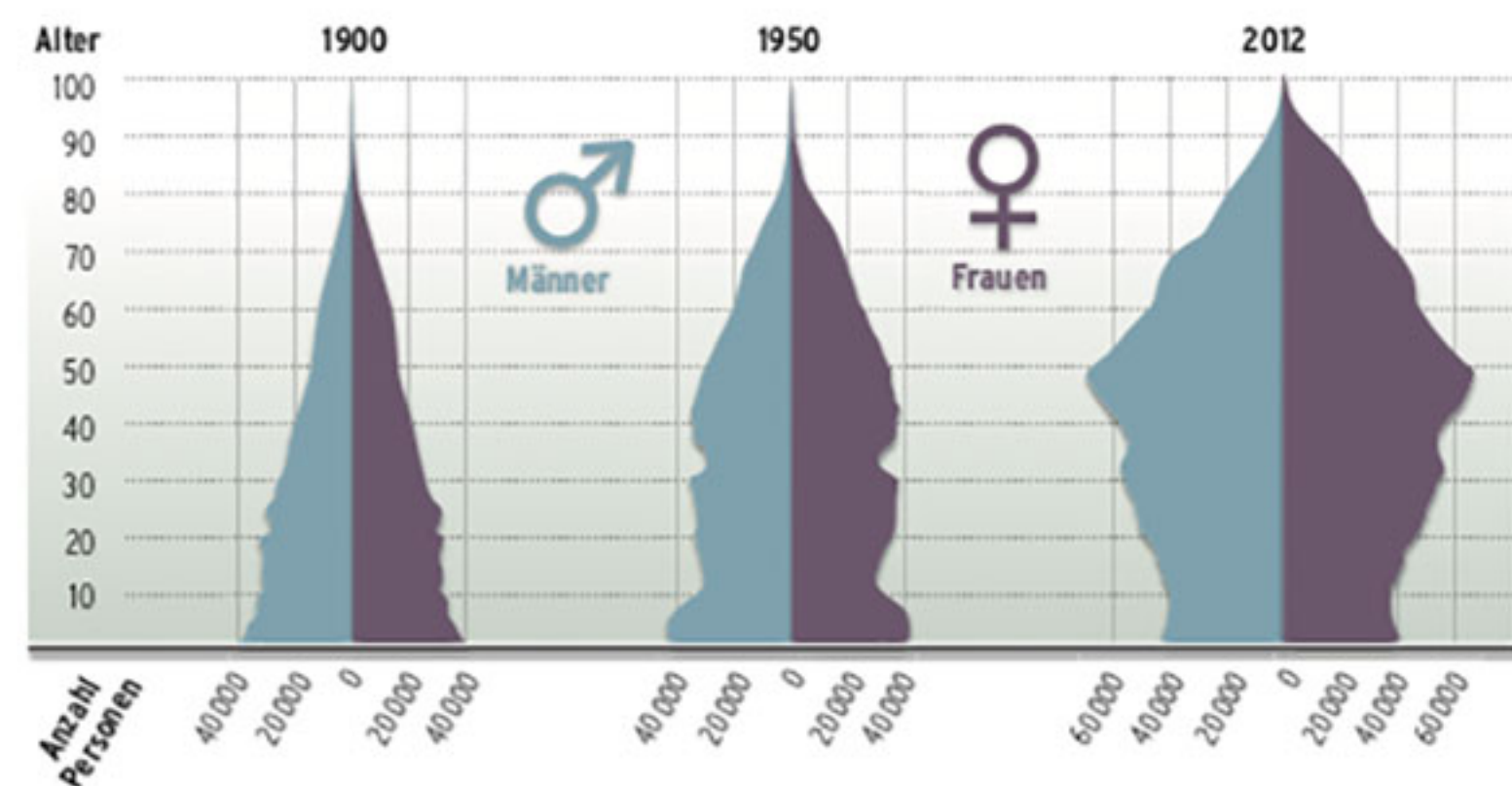
**Lebenserwartung seit 1600 vervierfacht**

Die durchschnittliche Lebenserwartung bei der Geburt eines Menschen ist im Lauf der Geschichte stetig gestiegen; Alter in Jahren



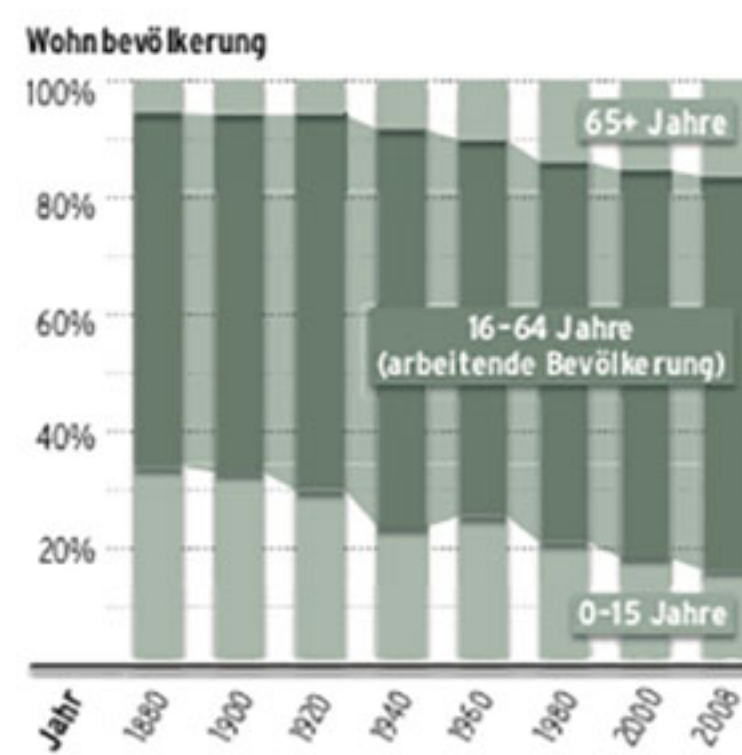
**Die Schweizer Bevölkerung wird älter**

Altersaufbau der Schweizer Bevölkerung. Lesebeispiel: Im Jahr 2012 gab es etwa gleich viele 50-jährige Männer wie 50-jährige Frauen. 100 Jahre alt aber wurden fast ausschliesslich Frauen.



**Immer gleich viele an der Arbeit**

Die Schweizer werden zwar älter, aber anteilmässig arbeiteten von 1880 bis 2008 immer gleich viele.



QUELLEN: ESPINOSA, COOPER, 4000 PLUS, UNITED NATIONS, WFS, HÖPFLINGER, INFOGRAFIK, BEOBSACHTER/AS, QUELLEN: WFS, STUPEL, ESPINOSA, COOPER S. IN ORBIS, BEOBSACHTER/AS



«Im Altersheim habe ich einen drei Jahre jüngeren Freund gefunden. Aber der ist inzwischen gestorben.»

Hedwig Knoll, geboren am 13. Mai 1907



«Mein Alter habe ich der bescheidenen Lebensweise und dem Verzicht auf Alkohol und Tabak zu verdanken.»

Lothar Franck, geboren am 20. April 1911



gelingt, mit und ohne Gedächtnisschwund gesund und glücklich zu bleiben. Um als Arzt intervenieren zu können, müsse man wissen, welche Parameter entscheidend seien, um die Gesundheit zu erhalten und die Lebensqualität zu beeinflussen.

Bei einer Studie in drei Zürcher Altersheimen konnten Martin und sein Team nachweisen, dass Alzheimerpatienten weniger der Gedächtnisverlust zu schaffen machte, sondern die für die Krankheit typische starke Unruhe. Die sogenannte Agitation trat meist dann auf, wenn sie allein waren oder ihr Umfeld unruhig war.

Mit diesem Wissen liessen sich wirksame Strategien entwickeln, um die Lebensqualität der einzelnen Alzheimerkranken zu verbessern und ihre Zufriedenheit zu erhöhen. Empirische Studien belegen denn auch, dass der berühmte Satz des

US-Autors Philip Roth «Das Alter ist kein Kampf; das Alter ist ein Massaker» kaum das Befinden einer Mehrheit der alten Menschen widerspiegelt. Danach sind jüngere Menschen weit weniger glücklich. Die Zufriedenheitsquote erreicht erst bei der Gruppe der 70-Jährigen ihren Höhepunkt. Also bei Menschen, die in materiell gesicherten Verhältnissen leben, bei guter Gesundheit sind, noch relativ viel Lebenszeit vor sich haben und damit tolle Möglichkeiten, ihr Leben frei zu gestalten.

Auch 30 Jahre später haben sich viele den Lebenswillen bewahrt. «Viele 100-Jäh-

#### **Beobachter online**

Die zehn beliebtesten Vorurteile über 100-Jährige lesen Sie auf [www.beobachter.ch/alter](http://www.beobachter.ch/alter)

rige haben für ihr Alter nicht nur auffällig wenig Falten und sehen eher wie 75-Jährige aus, sie unterscheiden sich auch psychisch erstaunlich wenig von den 80- und 90-Jährigen», beobachtet Mike Martin.

Die Vorstellung, dass sie einfach langsamer altern als andere Menschen, sei aber falsch. Bis 70 zum Beispiel sei ein hoher Blutdruck ein Risikofaktor für Herzinfarkte, bei 100-Jährigen aber überlebenswichtig. Wenn er sich nicht erhöhe, könnten die lebenswichtigen Organe gar nicht ausreichend mit Sauerstoff versorgt werden. «Die Ursache fürs Sterben wird später die Ursache fürs Leben», so Martin.

#### **Der Soziologe sagt: «Investieren!»**

Das derzeit umfassendste Bild von Hochbetagten zeichnen die beiden Heidelberger 100-Jährigen-Studien. Ein Bild, das hoff-



nungsvoll in die Zukunft blicken lässt. Denn vier von fünf 100-Jährigen sind zufrieden, die meisten optimistisch und voller Lebenswillen; vor allem diejenigen, die selbständig leben und die Fähigkeit entwickelt haben, Verluste wie das Schwinden der körperlichen Kräfte und selbst Gesundheitsprobleme zu akzeptieren, die zu deutlichen Einschränkungen im Alltag führen. Eine Studienteilnehmerin sagte es so: «Ich spüre durchaus, dass meine Kräfte schwinden, aber es darf eben nicht erdrückend im Vordergrund stehen.»

Dass die Zahl Hochaltriger rasant wächst, bedeutet nicht automatisch, dass die Pflegekosten überproportional stark steigen. Das hat auch der Zürcher Soziologe François Höpflinger für die Schweiz nachgewiesen. Wie sich die Pflegekosten weiterentwickeln, hänge weitgehend davon ab, wie lange alte Menschen selbständig und gesund bleiben. Investiere man systematisch in deren Gesundheit und



**«Ruhe und Mässigung statt Atemlosigkeit und Schnelligkeit – das ist doch ein schönes Bild!»**

Peter Gross, Soziologe

Selbständigkeit, dürften die Pflegekosten viel weniger stark steigen, als Rechnungen vermuten lassen (siehe Beobachter Nr. 14).

Den St. Galler Soziologen Peter Gross nervt das Geschwätz von den Gefahren einer alternden Gesellschaft. Dass die Lebenserwartung derart habe zunehmen können, sei die folgenreichste Neuerung der Neuzeit. «Die Umbrüche seit Beginn der Moderne sind ohne diese demografische Entwicklung nicht denkbar.» Nicht das Altern oder der grösser werdende Anteil alter Menschen sei das Problem, sondern dass ihr Leben in unserer Gesellschaft weitgehend sinnentleert und funktionslos verlaufe. Bleibe das so, bringe dem Einzelnen «die Fristerstreckung des Lebens», wie Gross sie nennt, nichts.

**Der Soziologe sagt: «Gelassen bleiben!»**

Gross sieht in der Langlebigkeitsgesellschaft gar einen epochalen Sinn: die Abkehr von Kraftprotzerei und Wachstumswahn. Je grösser der Anteil der Alten wird und je mehr sich die Gesellschaft demografisch beruhigt, desto kontemplativer, friedlicher und nachhaltiger werde sie.

«Die Ablösung von Hyperaktivität, Atemlosigkeit und Schnelligkeit durch immer grössere Bezirke der Gelassenheit, Ruhe und Mässigung – das ist doch ein schönes Bild!», sagt der Soziologe.

Jede Zeit habe ihre Figur, in der sie sich gespiegelt sehe und von der sie sich die Lösung ihrer Probleme verspreche. Früher sei es der Krieger, dann der Proletarier und zuletzt die Frau gewesen. Im 21. Jahrhundert seien es die Alten, von denen die Rettung ausgehe.

Der 72-jährige Gross scheut sich nicht, auch andere Vorurteile über die graue Gesellschaft anzugreifen. Die Aussage, immer weniger Junge müssten für immer mehr Alte sorgen, werde nicht wahr, wenn man sie ständig wiederhole. Richtig sei, dass gleich viele Arbeitnehmer für immer mehr Alte und immer weniger Junge sorgen müssen. Ein Blick in die Statistiken des Bundes bestätigt: Der Anteil der 16- bis 64-Jährigen ist seit 1880 konstant (siehe Grafik, Seite 27).

**Der Futurologe sagt: «Abwarten!»**

Eigenartig sei auch die Klage über die tiefe Geburtenrate. Sie sei im Gegenteil ein historischer Glücksfall. Dadurch würden nicht nur gewaltige Summen frei, die sonst in Erziehung und Bildung investiert werden müssten. Auch für die Jungen sind die Aussichten rosiger: Wenn dieses Jahr 13000 Lehrstellen unbesetzt bleiben, sei das keine Katastrophe, sondern zeige nur, dass Junge in der Schweiz noch nie so gute Berufschancen gehabt hätten wie heute.

Den britischen Querdenker Aubrey de Grey kümmert die Situation am Schweizer Lehrstellenmarkt wenig. Er stösst sich an den Kritikern, die seinen Traum vom ewigen Leben schlechtreden und sagen, das ganze Unternehmen ende in 1000 Jahren Langeweile. Nur fand er bisher keine schlagenden Argumente, um Zweifler davon zu überzeugen, dass es spannend sei, zum 1000. Mal den Traumstrand in der Südsee aufzusuchen, den 500. Modefrühling mitzumachen, bei der 187. Fussball-WM mitzufiebern oder zum 34. Mal zum Altar zu schreiten, um ewige Liebe zu schwören.

Unsinnig sei auch die Behauptung, kaum jemand werde sich die Fit-fürs-ewige-Leben-Behandlung leisten können. De Grey ist überzeugt, dass der Preis für Medikamente und Therapien nach einer Einführungsphase sinken wird. Bis dahin allerdings kann sich nur eine Handvoll Superreiche und Diktatoren das 1000-jährige Leben leisten. ■

LEBEN MIT 101 JAHREN

## «Man muss etwas tun für sein Glück»

Fritz Feuz lebt in seinem Haus hoch über dem Lago Maggiore. Ihm tun 70-Jährige leid, die sich vor dem hohen Alter fürchten. Der kleine, wache Mann ist 101 Jahre alt.

Aufgezeichnet von Susanne Lockerer  
Foto: Samuel Trümpler

Ich lebe am Ort mit der schönsten Aussicht der Welt. Die paar Stufen von der Hauptstrasse hier herauf sind zwar steil, aber ich schaffe sie auch noch mit 101 Jahren. Der Blick über den Lago Maggiore ist einmalig.

Ich bin mit meiner Frau hierhergezogen, das ist lange her. Als ich 80 war, starb sie. Ich dachte mir: Das kann es doch noch nicht gewesen sein! Ich machte mich auf die Suche und lernte eine andere Frau kennen. Mit ihr wanderte ich nach Spanien aus, blieb zehn Jahre dort. Dann wurde es mir zu kompliziert. Ich kam zurück in die Schweiz. In dieser Zeit habe ich viele Kontakte hier im Tessin verloren.

Neben Spanisch spreche ich Französisch, Italienisch, Englisch und Romanisch. Die Sprachen kommen mir aber langsam abhanden, weil ich sie nicht mehr brauche. Deshalb schaue ich jeweils nach den deutschen noch die Nachrichten auf Rumantsch.

**«Googeln ist für mich kein Fremdwort»**

Die Krise in der Ukraine? Das ist nichts, nichts im Vergleich zu den Weltkriegen! Ich habe 835 Dienstage, war Panzerwagenfahrer. Nach dem Krieg war nichts mehr, wie es war, auch in der Schweiz nicht. Am meisten gemerkt hat man das daran, dass es fast keine sicheren Jobs mehr gab.

Ich glaube, dass es mir heute noch so gut geht, weil ich immer dazugelernt habe. Neue Sprachen, ein neues Land, vor allem die Technologie. Als gelernter Maschinenschlosser und Inhaber eines Radio- und TV-Geschäfts hat sie mich immer interessiert. Ich besitze selbst-

**«Inzwischen trage ich ein Hörgerät, aber sonst ist alles original an mir.»**

Fritz Feuz, geboren am 25. März 1913



verständlich einen topmodernen Fernseher und habe Internet. Googeln ist für mich kein Fremdwort.

Immer wieder höre ich von Menschen, die vielleicht 70 sind und sich davor fürchten, alt zu werden. Sie tun mir leid. Sie machen sich das Leben unnötig schwer. Wieso Angst haben? Es kommt eh, wie es muss, und es wird nicht besser, wenn man sich fürchtet. Manchmal muss man seinem Glück auf die Sprünge helfen. Ich bin sicher, dass es gut ist, wenn man im Leben gearbeitet hat und auch im Alter noch etwas tut. Der Mensch braucht das.

**«Wenn ich alt und verwirrt bin...»**

Ich lebe allein. Eine liebe Frau aus einem Nachbardorf kauft für mich ein, putzt und kocht. Sie macht die beste Salatsauce der Welt! Seit zwei Jahren hilft sie mir auch bei der Buchhaltung. Ich bezahle sie für ihre Arbeit. Und sie fährt mich, wenn ich irgendwo hinmuss – immerhin in meinem eigenen Auto, das habe ich nicht weggegeben.

Es ärgert mich, dass ich nicht mehr fahren darf. Den Führerschein habe ich abgegeben, mit 89, nach 67 Jahren. TCS-Mitglied bin ich noch immer. Sicher das älteste!

An meinem 100. Geburtstag habe ich eine grosse Party bei mir zu Hause veranstaltet, über 70 Leute sind gekommen, Familie, Freunde aus dem Dorf, Kollegen aus dem Chor, bei dem ich Tenor singe. Inzwischen trage ich zwar ein Hörgerät, aber sonst ist alles original an mir. Künstliche Gelenke, das habe ich zum Glück nie gebraucht.

Ein Jahrhundert lang leben, das ist eigentlich viel zu lang. Auch wenn ich weiss, was in der heutigen Welt passiert – ich lebe in zwei Zeiten. Die Jahre des Krieges, meiner Jugend, das ist alles sehr präsent. Aber ich lebe auch heute gem, vor allem lebe ich gem hier im Tessin. Erst wenn ich einmal alt und verwirrt bin, möchte ich nicht mehr hier sein. Einfach einschlafen oder eine Tablette schlucken. Aber das ist im Moment kein Thema. ■