



**Referat von Gemeinderätin Ursina Anderegg, Direktorin für Bildung,  
Soziales und Sport, anlässlich des Neupensioniertenanlasses,  
15. Oktober 2025**

(Es gilt das gesprochene Wort)

Guten Tag miteinander

Ich begrüsse Sie herzlich zum Neupensioniertenanlass. Es freut mich, dass ihr so zahlreich gekommen seid und wir gemeinsam diesen Abend verbringen werden.

Sie mögen sich vielleicht noch erinnern: Wir haben Sie bei der Anmeldung zu diesem Anlass gefragt, wie sich die neue Lebensphase für Sie anfühlt. Ein paar Antworten möchte ich Ihnen einleitend gerne mit Ihnen teilen:

- «Mir geht es bestens. Seit der Aufgabe meiner Erwerbsarbeit habe ich ein sehr reichhaltiges Leben.»
- «Im Prinzip geht es mir gut. Nur manchmal verliere ich etwas den Boden unter den Füßen...»
- «Ehrlich gesagt, fällt es mir im Moment nicht leicht. Ich fühle mich eher traurig und unruhig.»
- Ich bin selbstständig tätig und geniesse es, dass ich weiterhin reduziert arbeiten kann.»
- «Oh, ich mache mir grosse Sorgen wegen der Finanzen.»

Die Zitate zeigen auf, wie unterschiedlich die Lebenssituationen sind und wie verschieden sie sich anfühlen können. Auch wenn Sie sich alle im Jahr Ihrer offiziellen Pensionierung befinden, ist Ihr Hintergrund doch sehr vielfältig.

Das Alter wird meist mit Defiziten, mit Abbau und Verlust in Verbindung gebracht.

Und auch mit Problemen wegen der sogenannten «Überalterung der Gesellschaft» – ein schrecklicher Begriff, finde ich – und Problemen bei der Finanzierung der AHV und der Pensionskassengelder.

Die «ältere Bevölkerung» ist aber keine homogene Gruppe. Das Alter ist nur ein Merkmal unter vielen. Menschen unterscheiden sich unter anderem nach Geschlecht, Herkunft, Gesundheitszustand, finanzieller Lage, Geschlechtsidentität, sexueller Orientierung, Bildung und Lebensentwurf.

Dieser Vielfalt wird auch in unserer 2024 aktualisierten «Altersstrategie 2030» Rechnung getragen. Sie trägt den Titel: «Bern – Eine Stadt für alle». Die Stadt Bern möchte bei der Planung und Umsetzung ihrer Massnahmen im Bereich Alter die spezifischen Bedürfnisse der unterschiedlichen Gruppen berücksichtigen und Angebote schaffen, die auf spezielle Bedürfnisse zugeschnitten sind.

Ein Aspekt, den die eingangs erwähnten Zitate ansprechen, ist die finanzielle Situation. Viele unter Ihnen haben wohl für die Familienarbeit ihre Stelle aufgegeben oder reduziert, was sich jetzt an der tieferen Rente bemerkbar macht. Andere hatten eine schlecht bezahlte Arbeit oder waren einige Jahre ohne Arbeit und bekommen so nur eine Minimalrente oder müssen mit der blossen AHV über die Runden kommen. Das ist nicht fair, und ich hoffe, dass die Zukunft hier bessere Lösungen bieten wird.

Es gibt in Bern viele Angebote, die auch mit kleinem Budget zugänglich sind. Es gibt kostenlose Veranstaltungen, zum Beispiel im Botanischen Garten oder im Generationenhaus.

Möglicherweise haben Sie Anspruch auf die Kulturlegi, auf eine Vergünstigung der Krankenkassenprämie, auf Ergänzungsleistungen zur AHV oder auf die städtischen Betreuungsgutsprachen zur Finanzierung

von Unterstützung im Alltag. Alter Stadt Bern berät sie gerne und bietet jeweils im Frühling und im Herbst Info-Veranstaltungen an.

Der Wechsel ins offizielle AHV-Alter gestaltet sich nicht für alle gleich, wie die Zitate ebenfalls zeigen. Was Sie vor der Pensionierung gemacht haben, kann sehr unterschiedlich sein. Während die Pensionierung für die einen das abrupte Ende der Berufstätigkeit und somit ein klarer Übergang ist, ist es für andere weniger spürbar, weil sie bereits vorher reduziert haben oder auch reduziert weiterarbeiten, weil sie vor allem Hausarbeit gemacht haben, die auch danach weitergeht, weil sie bereits vorher ihren Job verloren haben oder krank waren. Vielleicht haben Sie ein Datum, an dem Sie offiziell pensioniert werden, sind aber aktuell noch voll drin im Beruf und haben noch keine Zeit, sich auf die neue Phase aktiv vorzubereiten.

Unabhängig davon, wie Ihre aktuelle Situation ist – Sie stehen vor – oder bereits in – der Tür zu einem wichtigen neuen Lebensabschnitt. Einerseits sind Sie freier in der Gestaltung ihres Alltags, andererseits können Ihnen die Ungewissheit und fehlende Struktur auch zu schaffen machen.

Die neue Phase bietet aber auch die Möglichkeit, sich noch einmal neu zu erfinden. Dies werden wir auch von den Teilnehmenden in der Gesprächsrunde hören. Die drei Personen, die wir kennenlernen werden, engagieren sich als Freiwillige für Kultur, Lebensqualität und die Nachbarschaft. Auf einem Poster, das hier ausgelegt ist, finden Sie weitere Beispiele für freiwilliges Engagement.

Freiwilliges Engagement ist wichtig für ein solidarisches Zusammenleben. Die Gruppe der 65- bis 74-Jährigen leistet besonders viel informelle Freiwilligenarbeit. Wir dürfen es aber nicht als selbstverständlich hinnehmen, dass sich die Menschen freiwillig engagieren. Freiwilliges Engagement ist auch eine Frage von Privilegien. Viele können sich dies entweder nicht leisten oder sind aus unterschiedlichen Gründen nicht dazu in der Lage. Andere möchten sich nach einem langen, ermüdenden Berufsleben nicht schon wieder für ein Engagement verpflichten. Wieder

andere möchten die kommenden Tage spontan angehen, ohne Verpflichtungen, die sie binden.

Ich möchte auch darauf hinweisen, dass ein grosser Teil der Freiwilligenarbeit Care-Arbeit ist. Damit übernehmen die Freiwilligen eine gesellschaftlich wichtige Aufgabe, ohne dass es dafür eine offizielle Anerkennung oder gar Entlohnung gibt. Sie federn die Folgen davon ab, dass einerseits zu wenig Ressourcen für externe Kinderbetreuung bereitstehen und dass wir uns andererseits in einem eigentlichen Pflegenotstand befinden. Das ist die problematische Seite der Geschichte. Die schöne Seite sind die Solidarität und der gesellschaftliche Zusammenhalt und dass die Gesellschaft von ihrem Wissen und ihrer Lebenserfahrung profitieren kann. Darum: Wenn Sie Enkel hüten, sich um betagte Angehörige oder Nachbar\*innen kümmern: Dafür gebührt Ihnen Anerkennung und grossen Dank.

Bern bietet auch viele Möglichkeiten für unverbindlichere soziale Kontakte wie Treffpunkte oder Mittagstische. Beim Verein «Nachbarschaft Bern» können Sie sich melden, wenn Sie im Quartier Ihre Hilfe zur Verfügung stellen möchten, aber auch, wenn Sie Ihrerseits gerne eine Person hätten, die Sie unterstützt.

Auf unseren Internetseiten gibt es eine Sammlung von Ideen für soziale Kontakte, Sie finden dort auch günstige Freizeitangebote sowie viele weitere Informationen. Die Adresse finden Sie auch in den Unterlagen auf Ihrem Stuhl: Sie lautet [www.bern.ch/alter](http://www.bern.ch/alter).

Nun freue ich mich gemeinsam mit Ihnen auf das weitere Programm. Lassen Sie sich verzaubern vom Zauberer Martini und inspirieren von der Gesprächsrunde. Danach können wir auf Ihren neuen Lebensabschnitt anstossen und uns verköstigen.

Wer Lust hat auf Musik und Bewegung, kann danach hier in der Dampfere richtig Dampf ablassen und mit dem Berner Disko-Kollektiv Helga ohne Wenn und Aber tanzen.

Ich wünsche Ihnen für Ihre Zukunft von ganzem Herzen alles Gute und dass Sie Ihre neue Freiheit in der neuen Lebensphase dank guter Gesundheit und ohne finanzielle Sorgen genießen können.