



**Symposium zum 10-Jahr-Jubiläum der Stiftung Zeitvorsorge**  
**Im Square der Uni St. Gallen,**  
**26. September 2024 – 10.00 bis 16.00 Uhr**

**Menschen werden älter und sie wollen in den eigenen vier Wänden wohnen bleiben.** Die Baby-Boomer kommen da gerade rechtzeitig auf den «Altersmarkt». Sie sind fit, sie sind motiviert und sie haben vor allem eines: neu gewonnene Zeit. Diese Zeit der «jungen Alten» ist eine gewichtige Ressource – denn: «Soziale Zeit» ist die Hälfte der Gesundheit und damit Basis für lange Lebensqualität in den eigenen vier Wänden. Das ist ein gesellschaftliches Anliegen! Deshalb ist die Zeit ist reif, die Zeit in der Reife des Lebens neu zu denken.

### Programm

Spezialgast **Pascal Couchepin**  
Moderatorin **Sonja Hasler**

<b>Eintreffen</b>	<b>ab 9.30 Uhr</b>
<b>Auftakt Symposium</b>	<b>10.00 Uhr</b>
<b>Ein Blick zurück – wie alles kam?</b> Geschichte der Zeitvorsorge mit Pionier*innen der ersten Stunde	<b>10.20 Uhr</b>
<b>Soziale Stunden für ältere Menschen</b> Live-Erfahrungsberichte mit Zeitvorsorgenden	<b>11.00 Uhr</b>
<b>Philosophische Betrachtung des Alters</b> «Weg vom Egotrip, hin zum gesellschaftlichen Miteinander.» Keynote: Dr. Ludwig Hasler	<b>11.30 Uhr</b>
<b>Erkenntnisse aus der Altersforschung</b> «14 Jahre länger gesund leben, und wie das möglich ist.» Keynote: Prof. Dr. Heike Bischoff-Ferrari	<b>13.15 Uhr</b>
<b>Zeitmodelle im Vergleich</b> Mit Vertreter*innen verschiedener Zeittausch-Modelle Vorteile und Chancen von Zeittausch-Modellen für die öffentliche Hand	<b>13.45 Uhr</b> <b>14.15 Uhr</b>
<b>Smart-Home-Technologien</b> Technologien und künstliche Intelligenz für das häusliche Umfeld im Alter	<b>15.15 Uhr</b>
<b>Ende der Tagung und Dankes-Apéro</b>	<b>16.00 Uhr</b>

**Referate – Podiumsdiskussionen – Publikums-**  
**befragungen – Live-Interviews –**  
**Film-Einspielungen – Sonder-Ausstellung ...**

**Inspiration und Austausch für:**  
• Verantwortliche, Expert\*innen, Fachpersonen im Altersbereich  
Gemeinden, Städte, Bund, Forschung, Lehre, Medien, ...  
• Interessierte aus der Öffentlichkeit  
**Und: Zeitvorsorgende!**

# Die Zeit ist reif, die Zeit in der Reife neu zu denken

Was machen mit dem Zeitwohlstand?



**Donnerstag, 26. September 2024**  
**Square Uni St. Gallen**

- Sinn und Notwendigkeit von sozialer Zeit für ältere Menschen.
- Zeittausch und Zeitbanken als Bereicherungs-Modelle.
- Zukunfts-Lösungen und Multiplikations-Chancen für die öffentliche Hand.
- Länger leben: Mit Technologie und Erkenntnissen aus der Forschung.

**Sonder-Ausstellung: Technologien für langes Wohnen zu Hause.**  
**Von einfachen Unterstützungs-Lösungen bis hin zur künstlichen Intelligenz.**

**Pascal Couchepin:** Bundesrat von 1998 bis 2009. Er hat 2007 auf der St. Peterinsel die öffentliche Diskussion über Zeitbanken im Altersbereich lanciert. Daraus ist die Stiftung Zeitvorsorge entstanden.

**Sonja Hasler:** Ist Theologin und Moderatorin beim Schweizer Radio und Fernsehen SRF. Sie moderierte das Politmagazin «Rundschau», die «Arena» und bis vor Kurzem die Radio-Talk-Sendung «Persönlich». Heute ist sie Produzentin der Frühsendung bei Radio SRF1.

**Prof. Dr. Heike A. Bischoff-Ferrari:** Leiterin der Universitären Altersmedizin Zürich und Inhaberin der Lehrstuhls für Geriatrie und Altersforschung. Sie ist Forschungs-Spezialisten für eine «Verlangsamung des Alterns». Im März war sie beispielsweise Gast im Mittagsgespräch auf SRF1.

**Dr. Ludwig Hasler:** «Tausendsassa der Worte und scharfer Denker – mit Humor und philosophischem Tiefgang.» Mehrfacher Buchautor, bspw. des 2019er Bestsellers «Für ein Alter, das noch was vorhat.» oder «Jung und Alt» im Briefwechsel.

Olma-  
Bratwurst, Bürli &  
Salat zum Lunch!  
Selbstverständlich mit  
Vegi-Alternativen.

**Unkosten-Beitrag:**  
CHF 95.—



STIFTUNG  
**ZEITVORSORGE**  
ST. GALLEN