

SOZIALES

# Männer vor der Pensionierung

Um Männern um das Pensionsalter den Umstieg zu erleichtern, gibts in Bern seit einiger Zeit den «Feierabendtreff Männer +- 60».

Man muss sich wirklich fragen, wie gesund unsere Lebensorganisation tatsächlich ist. Da wird man von frühster Jugend an darauf getrimmt, dass die Arbeitstage klar durchstrukturiert sind und dass der Beruf das Ein und Alles sei... und spätestens mit 65 Jahren kommt dann das radikale Ende dieser Struktur. Damit bekunden viele Menschen Mühe. Während sich Frauen aus verschiedenen Gründen öfter und intensiver auf diesen Bruch vorbereiten, befassten sich Männer häufig erst mit der neuen Situation, wenn diese eingetreten ist. Das kann zur Krise führen.

Und da Männer sich eben um diese Fragen eher drücken und oft lieber

**«Man darf sich durchaus etwas zutrauen.»**

unter ihresgleichen sind, haben Pro Senectute, die Kirchgemeinden Dreifaltigkeit und Paulus, das Forum Männergesundheit und die Männerzeitung den «Feierabendtreff Männer +- 60» ins Leben gerufen. Das Angebot umfasst den gemeinsamen Erfahrungsaustausch und Referate von Fachpersonen zu Themen wie «Was wird aus der Partnerschaft?», «Frühzeitige Pensionierung – reicht das Geld?», «Weiterarbeiten in reduzierter Form» oder «Fitness im Alter».

Meist sind die Männer im Feierabendtreff unter sich. Nicht so am 27. Januar. «Manchmal öffnen wir die Runde auch für die Partnerinnen, je nach Thema» sagt dazu Projektleiter René Setz. Und so ist der Saal des Kirchgemeindehauses Paulus gut gefüllt mit Paaren fortgeschrittenen Alters. «Pensionierung und Partnerschaft – wie kann das gehen?» ist das Motto des



Christof Berger

Abends, an welchem die Anwesenden alsbald Anschauungsunterricht erhalten. Denn das Paar, das aus seinem Leben erzählt, ergibt sich keineswegs dem Müsiggang. Trotzdem, berichten sie, hatte der Abschied vom Berufsalltag nicht ohne Reibungen stattgefunden. Er habe sich zu Beginn der Pensionierung überbetreut gefühlt, erzählt der Mann. Seine Frau spricht vom Gefühl, sich für jede ihrer Handlungen dem Partner gegenüber erklären und rechtfertigen zu müssen. Diesen Drang müsse man überwinden. Die Bemerkung, dass ausserdem der Ordnungssinn der Männer gewöhnungsbedürftig sei, löst Heiterkeit im Saal aus.

Man habe halt nicht in allem dieselben Bedürfnisse und Interessen. Der Partner dürfe nicht zur alleinigen «Projektionsfläche» werden. Deshalb sei es wichtig, sich die nötigen Freiräume zu schaffen, berichten die Eheleute. Dies sei

Der **«Feierabendtreff Männer +- 60»** findet jeweils am letzten Donnerstag im Monat um 18.30 Uhr im Kirchgemeindehaus Paulus statt. Anmeldungen bitte an [sieglinde.gertig@pauluskirche.ch](mailto:sieglinde.gertig@pauluskirche.ch). **Nächster Anlass:** «Öppis tue – tuet guet!» Ein Mann berichtet von einem Freiwilligenprojekt. Donnerstag, 24. Feb. 18.30 Uhr, Kirchgemeindehaus Paulus, Freiestrasse 20, 3012 Bern

nicht immer einfach und brauche Initiative. Dabei dürfe man sich durchaus einiges zutrauen. So studiert der Mann seit geraumer Zeit Kunstgeschichte und leitet eine «Lesegruppe», die Frau engagiert sich intensiv in der Freiwilligenarbeit. Gemeinsam machen sie ausgedehnte Velotouren, besuchen

Kunstvernissagen, Konzerte und Theateraufführungen, denn das interessiert sie beide.

Und was wird aus dem Beziehungsumfeld, wenn die täglichen Kontakte zu den Arbeitskollegen wegfallen? Unvermittelt sieht sich da

**«Und nun stelle ich fest, dass die Enkel mir die Welt erklären.»**

ein Paar auf sich selbst zurückgeworfen. Hier ist im Vorteil, wer bereits vorher einen privaten Freundeskreis pflegt. Doch häufig wird auch die Familie grösser. Plötzlich sind Enkelinnen und Enkel da. «Ich dachte, ich müsse meinen Enkeln die Welt erklären», sagt der Mann, «Und nun stelle ich fest, dass die Enkel mir die Welt erklären.»

CHRISTOF BERGER

