



## Anregungen für das Publikumsgespräch

Europäisches Filmfestival der Generationen 2024

### FILM: DIE GOLDENEN JAHRE

#### Übergang in den Ruhestand & Ruhestand

##### *Erwartungen, Vorstellungen*

- Wie stellen Sie sich Ihren Übergang in den Ruhestand und wie Ihren Ruhestand vor?  
/ Wie haben Sie sich Ihren Übergang in den Ruhestand vorgestellt? Wie Ihren Ruhestand? Und wie ist es dann wirklich gekommen?
- Glauben Sie, dass sich Ihre Pläne und Wünsche für den Ruhestand über die Jahre verändert haben oder noch ändern werden? / Hat sich Ihre Vorstellung vom Ruhestand im Laufe des Lebens verändert?

##### *Beziehungen*

- Welche Auswirkungen hatte der Übergang in den Ruhestand auf Ihre:n Lebenspartner:in bzw. ihre Lebensgemeinschaft?  
/ Welche Auswirkungen hatte der Übergang in den Ruhestand auf Ihre:n Lebenspartner:in bzw. ihre Lebensgemeinschaft?
- Welche Herausforderungen bringen der Ruhestand und das Älterwerden in einer langjährigen Partnerschaft mit sich? Welche Herausforderungen haben Sie erlebt?
- Wie gehen Sie mit den Veränderungen um, die in einer Beziehung auftreten, wenn beide Partner plötzlich viel mehr Zeit miteinander verbringen? Wie wichtig ist es, individuelle Freiräume zu bewahren?
- Wie beeinflusst die gemeinsame Zeit nach dem Berufsleben die Dynamik einer Beziehung?  
Hat der Ruhestand das Potenzial, eine Beziehung zu stärken, oder kann er auch neue Konflikte hervorrufen? Wie sind Ihre Erfahrungen?
- Der Film zeigt die unterschiedlichen Erwartungen bzw. Vorstellung von der Zukunft von Alice und Peter. Wie wichtig ist es, solche Erwartungen frühzeitig zu klären? Wie sollten Paare mit solch unterschiedlichen Lebensvorstellungen umgehen, insbesondere im Ruhestand?

#### Gestaltung und Wahrnehmung der Lebensphase Alter

- Was sind für Sie die wichtigsten Elemente, die zu einem glücklichen und erfüllten Lebensabend beitragen?
- Welche neuen Möglichkeiten oder Freiheiten sehen Sie im Ruhestand?
- Sehen Sie das Alter eher als eine Zeit des Abschieds oder als eine Gelegenheit für neue Erfahrungen und Abenteuer?

- Der Film thematisiert auch das Thema Neuanfang im Alter. Glauben Sie, dass man sich im Ruhestand noch einmal völlig neu erfinden kann oder sollte? Haben Sie eine solche Erfahrung gemacht? Planen Sie einen Neuanfang im Ruhestand?

### **Wohnen im Alter**

- Können Sie sich vorstellen im Alter in einer Wohngemeinschaft zu leben?
- Wie wollen Sie im Alter wohnen? In den eigenen vier Wänden, in einer alternativen Wohnform wie einer Senioren-WG oder betreutes Wohnen entscheiden, oder andere?
- Wie wichtig ist die räumliche Nähe zu Familie und Freunden im Alter?
- Sollte man bei der Wahl des Wohnortes im Alter den sozialen Aspekt höher gewichten als den Komfort?
- Der Film zeigt, dass das Ehepaar sich am Ende für eine alternative Wohnform entscheidet. Würden Sie diese Entscheidung als mutig oder als notwendigen Schritt sehen? Wie würden Sie sich entscheiden?
- Glauben Sie, dass alternative Wohnformen, die stärker auf Gemeinschaft setzen, Einsamkeitsempfinden und soziale Isolation im Alter vermindern können?
- Kennen Sie Informationskanäle oder Anlaufstellen, bei denen Sie sich über Möglichkeiten zum Wohnen im Alter informieren können?

### **Verlust, Sterben und Unterstützung**

- Wie verändert der Gedanke an die Endlichkeit des Lebens unsere Sicht auf den Ruhestand?
- Der Film berührt das Thema Verlust und Sterben subtil. Wie sollten wir uns mit diesen Themen in der zweiten Lebenshälfte auseinandersetzen?
- Wie kann man sich gegenseitig stärken, wenn man selbst oder jemand Nahestehendes einen Verlust erleidet?
- Wie kann man sich auf die unvermeidlichen Verluste im Alter vorbereiten? Wollen Sie sich auf Verluste vorbereiten? Glauben Sie, dass es möglich ist, sich emotional und praktisch auf den Verlust eines Partners oder nahestehender Menschen vorzubereiten?
- Kennen Sie Anlaufstellen, an die Sie sich wenden können, wenn Sie Unterstützung im Umgang mit Verlusten benötigen?
- Der Film thematisiert auch die Frage, wie man sich gegenseitig unterstützt, wenn ein nahestehender Mensch schwächer wird oder verstirbt. Wie kann man eine Balance zwischen Unterstützung und Selbstfürsorge finden? Kennen Sie diese Herausforderung?

### **Allgemeinere Fragen zur Alterswahrnehmung bzw. Altersbildern**

- Wie verändert sich die Wahrnehmung des Alters in der heutigen Gesellschaft? Glauben Sie, dass das Alter heute positiver oder negativer gesehen wird als früher?
- Wie hat sich Ihre Wahrnehmung des Alters verändert?
- Welche Rolle spielt Humor beim Älterwerden?
- Der Film stellt das Altern als eine Zeit des Wandels dar. Sehen Sie das Alter eher als einen neuen Lebensabschnitt oder als Fortsetzung des bisherigen Lebens?



**MIGROS**

Kulturprozent

**Kanton St.Gallen  
Amt für Soziales**

