

„Alt werden ist wie Bergsteigen:  
Sie kommen ein wenig außer Atem, aber die Aussicht ist viel besser!“  
(Ingrid Bergman)

## Alt, ja UND? Viel mehr!

### ISGS Kapfenberg trotz Altersklischees mit Mitmachaktion

Kapfenberg, 11.04.2024

Kapfenbergs Engagement für eine inklusive Gemeinschaft nimmt Gestalt an – das Projekt „BarriereFREIES Kapfenberg“, initiiert durch die ISGS Drehscheibe, steht für diesen Prozess. Von der Neugestaltung des Fußgängerübergangs am Europaplatz über den Treffpunkt „GemeinsamZeit“ bis hin zu ehrenamtlichen Begleitbuddys wurden zahlreiche Initiativen ins Leben gerufen, die Barrieren beseitigen – sowohl in der städtischen Umgebung als auch in den Einstellungen der Menschen.

Jetzt setzt der ISGS mit der Kampagne „Alt, ja UND?“ auf die Kraft realer bunter Altersbilder und startet eine Mitmachaktion. Denn: Was heißt schon alt? „Das“ Altern gibt es nicht. Unter dem Dach der Gesundheitsinitiative „Auf gesunde Nachbarschaft!“ des Fonds Gesundes Österreich gibt Kapfenberg damit Impulse für mehr Lebensqualität – weil aktiv bleiben in der späten Lebensphase Mehrwert für alle schafft. #

### Fotoaufruf: Vielfalt in Szene gesetzt

Die ISGS Drehscheibe ruft die Bevölkerung dazu auf, die vielfältigen Aspekte des Lebens über 65 in Bildern einzufangen. Die Einsendungen werden bis Ende Mai in einer Fotocollage gesammelt und beim ISGS-Aktionstag am 3. August gezeigt. Außerdem werden lokale Fotografinnen und Fotografen ältere Menschen aus Kapfenberg individuell ablichten. Diese Botschafterinnen und Botschafter stehen zu ihren fortgeschrittenen Lebensjahren und machen unterschiedliche Lebensentwürfe sichtbar. Sie zeigen, dass „Altsein“ kein Makel, sondern ein weiterer Lebensabschnitt ist, der sehr bereichernd sein kann. Unabhängig von körperlichen Einschränkungen fördert es das Wohlbefinden und die Gesundheit, zuversichtlich zu bleiben und die kleinen Freuden des Alltags wertzuschätzen.

Edith Karl, Unternehmerin aus Kapfenberg, leitet die Aktion ein: *„Ich bin der lebende Beweis dafür, dass Freude im Beruf, im Ehrenamt oder im Alltag keine Altersgrenzen kennt. Wie wir das Alter erleben und gestalten, das bestimmen wir zu einem guten Teil selbst. Wir wissen aus den Neurowissenschaften: Wer sich*



---

*auf etwas freut, hat sofort mehr Energie.“*

Sie ist eine der Teilnehmenden, die ein Ziel aktiv unterstützt: das Klischee zu hinterfragen, dass älter zu werden bedeute, weniger zu erleben oder weniger zu gelten. Vielmehr heißt es, anders zu leben und oft auch mehr zu erleben – aus einem reichen Erfahrungsschatz heraus. Die Fotos aus dem Lebensalltag sollen dabei helfen, solch einseitige Vorstellungen zu überwinden. Während Werbebotschaften oft ein Bild von ewiger Jugend auch in den „goldenen Jahren“ vermitteln, wird Älterwerden andererseits häufig pauschal mit Rückzug und Stillstand gleichgesetzt. Der ISGS Kapfenberg setzt sich dafür ein, jede Lebensphase in ihrer Diversität wertzuschätzen – denn jedes Alter zählt.

## Neue Altersbilder: Schlüssel zum Wandel

Projektleiterin Elisabeth Schöttner konkretisiert: *„In unserer Arbeit begegnen wir immer wieder inspirierenden Persönlichkeiten, die das Alter neu definieren, trotz aller Herausforderungen, und diese Geschichten gehören erzählt. Ich denke etwa an eine Turngruppe, wo die Vorturnerin älter als die Teilnehmerinnen war. An eine Aufgaben-Betreuerin, die über 70 ist und sich für die Jugend einsetzt. Oder an einen Mann, der zu seiner Frau ins Pflegeheim gezogen ist, um mit ihr den Alltag zu teilen. Sie alle leben uns vor, wie wir den späteren Lebensjahren mit Zuversicht begegnen können. Die Fotoaktion kann zu neuen Sichtweisen beitragen, und diese prägen unsere eigene Zukunft. Das sollte niemandem egal sein.“*

## Bewusstseinsbildung in Schritten

Mit der Bandbreite „Einzigartig im Alter“, „Präsent im Auf und Ab“, „Generationen im Dialog“ und „Aktiv und engagiert“ bieten die künstlerischen Motive eine tiefergehende Reflexion: Ein QR-Code führt zur Hintergrundgeschichte der Person, die über ihren individuellen Zugang zum Thema erzählt. Die entstandenen Werke im Plakatformat wie auch die eingesendeten Fotos aus der Bevölkerung werden im ECE Kapfenberg, am Aktionstag und über verschiedene Medienkanäle gezeigt. In den Räumen der ISGS Drehscheibe sollen die Sujets einen festen Platz bekommen. Zusätzlich zu den praktischen Aktionen führt der ISGS Kapfenberg interne Aufklärungsarbeit durch, kommuniziert das Thema in seinen vielen Angeboten und Workshops und fördert so den Austausch über das Potenzial, welches die fortgeschrittenen Lebensjahre in sich bergen.

## Fazit: Mehr als nur schöne Fotos

Positive Altersbilder sind mehr als nur schöne Fotos, die den Schein der Jugendlichkeit wahren wollen. Sie dürfen an- und aufregen und Dinge beim Namen nennen. Sie sollen an die Anerkennung des wertvollen Beitrags, den ältere Menschen in unserer Gesellschaft leisten, appellieren. Und sie sind ein Aufruf zum



---

Umdenken und zum Abbau von Vorurteilen. Wenn wir es schaffen, unsere Sichtweise auf das Alter zu verändern, verändern wir nicht nur das Heute – wir legen den Grundstein für unser eigenes Morgen.

***Kontakt für Rückfragen, Bildmaterial:***

Verena Stangl-Hörmann, MA  
E: [verena.stangl-hoermann@isgs.at](mailto:verena.stangl-hoermann@isgs.at)  
M: 0660 6780170

ISGS Drehscheibe,  
Grazer Straße 3,  
8605 Kapfenberg  
[www.isgs.at](http://www.isgs.at)