

## Schickes Altern

---

Inhaberin:	Gehrmann, Gisela, 59 Jahre
Branche:	Wissenschaft und Bildung
Beschäftigte:	4 Männer und Frauen im Rentenalter
Gründungsjahr:	2005

---

### Schickes Altern

Wir leben in einer länger-gesund-Gesellschaft. Von Überalterung keine Spur. Denn das Alter hat sich weit nach hinten verschoben, es beginnt irgendwann Ende 70. Die von Soziologen benannte Generation der Baby-Boomer (Geburtsjahrgänge etwa 1955-1968) hat mit dem Eintritt ins Rentenalter rund 15 geschenkte Jahre, die unsere Eltern so noch nicht hatten. Der Zeitraum umfasst immerhin mehr Jahre als die Jugendphase dieser Generation.

**Schickes Altern** greift Fragen zur Zukunft des Alters auf und versteht sich als Brücke zwischen Wissenschaft und Praxis. Die (Bildungs-) Angebote richten sich an Institutionen und Privatpersonen, die sich beruflich oder privat mit dem Älterwerden und dem Alter beschäftigen. Entwicklung und Erhaltung von Potenzialen des Alters, die Selbstverantwortung für die Zukunft ab 60, sind und bleiben das zentrale Anliegen.

Gäste der Einrichtung finden Angebote, die ihren Bedürfnissen nach einem sinnvollen, gemeinschaftlichen Leben und sinnhafter Tätigkeit entsprechen und ihr Selbstbewusstsein im Alternsprozess stärken. Beispielhaft stehen dafür moderne Angebote für ehrenamtliches Engagement, auch im Rahmen von europäischen Erasmus+-Projekten, der Aufbau von inzwischen zwei Mundharmonika-Gruppen, Aktionen wie Mut zum Hut oder die Ausstellungen „Mit Hundert hat man noch Träume“.

Schickes Altern hilft beim Erreichen von Zielen, vor allem zum selbstbestimmten Altern. Dafür stehen u. a. „*rostfrei*-Die Jobbörse für Rentner“ (Start im Oktober 2015) und Kurse und Projekte zum Umgang mit Smartphone, Internet, Smart home im Kontext von Ambient Assisted Living (AAL).

Eine dritte Produktsäule greift Probleme des Alters auf. Gesundheitliche und psychosoziale Veränderungen müssen individuell und innerhalb der Familie gemeistert werden. Beispielhaft stehen dafür die Workshops „Wenn die Eltern älter werden. Beruf und Pflege vereinbaren – aber wie?“ oder die Vortragsreihen „Gesund bis zur Rente“ und „Geistig fit und aktiv im Alter“.

Das Konzept „Schickes Altern“ ist in seiner Gesamtheit erstmalig und einmalig. Es wurde vor 10 Jahren von der Gerontologin Gisela Gehrman entwickelt, ist in Potsdam als Gewerbe angemeldet und eine eingetragene Marke unter der Nummer 30549587 beim Deutschen Patent- und Markenamt. Die Einrichtung arbeitet ohne institutionelle Förderung und finanziert sich vollkommen eigenständig durch Aufträge und Kunden.

---

Anschrift: 14667 Potsdam, Charlottenstr. 19

Telefon: 0331 6207973

E-Mail: [info@schickes-altern.de](mailto:info@schickes-altern.de)

Webseite: [www.schickes-altern.de](http://www.schickes-altern.de)