

SEQUENZ 1: EINFÜHRUNG IN DIE DEMOGRAFIE

Lösungsblatt für Aktivität 4 – Wie alt wirst du?



Schau dir die Kapitel *Wie stehen meine Chancen, 100 zu werden? Gibt es ein Rezept für gesundes Altern?* und *Können Demografen die Zukunft vorhersagen?* in der App *A Life Journey* an und erfahre mehr darüber, wie deine Chancen stehen, 100 Jahre alt zu werden! **Nimm anschließend Stellung zu folgenden Fragen:**

Was sind deiner Einschätzung nach die Ursachen, die es in den letzten Jahrzehnten ermöglicht haben, die Lebenserwartung so drastisch zu erhöhen?

- Gesundheitsversorgung
 - Ernährung und Trinkwasserversorgung
 - Wissenschaftlicher Fortschritt
 - Technik, Umwelt- und Arbeitsschutz
- Kapitel: *Wie stehen meine Chancen, 100 zu werden?*
» Unterkapitel: *Das halbe Leben. Eine Zeitreise in die Vergangenheit.*

Welche Faktoren spielen eine maßgebliche Rolle für das Erreichen eines sehr hohen Alters?

- Lebensumstände und das eigene Verhalten
 - Genetische Prädispositionen spielen eine untergeordnete Rolle.
- Kapitel: *Wie stehen meine Chancen, 100 zu werden?*
» Unterkapitel: *Meine Grossmutter, mein Vater und ich*
» Unterkapitel: *Altern – eine Frage der Chancengleichheit?*

Gibt es deiner Meinung nach eine Grenze für die Lebensspanne beim Menschen? Wenn ja, wo würde sie liegen?

- Es scheint keine Grenze des Alterns zu geben.
 - Der Alterungsprozess hat sich bereits um mehr als 10 Jahre verschoben.
 - Der Mensch hat die Fähigkeit, das Altern zu beeinflussen und späteres Altern rückt in den Bereich des Möglichen.
- Kapitel: *Wie stehen meine Chancen, 100 zu werden?*
» Unterkapitel: *Hydren, wollt Ihr ewig leben?*

Warum gibt es deiner Ansicht nach Unterschiede bei der Lebenserwartung zwischen den europäischen Ländern?

- Unterschiede bei der Lebenserwartung sind auch durch den Zugang zu Bildung, medizinischer Versorgung und Ernährung geprägt.
- Kapitel: *Wie stehen meine Chancen, 100 zu werden?*
» Unterkapitel: *Altern – eine Frage der Chancengleichheit*
» Unterkapitel: *Interview mit James W. Vaupel*

Wie könntest du deine Chancen auf ein längeres Leben verbessern? Was würdest du an deinem Leben ändern, um eine höhere Lebenserwartung zu erzielen?

- Bewegung und gute Ernährungsgewohnheiten
 - kein Alkohol und Nikotin
 - geistige Betätigung
 - Lebenszufriedenheit
 - soziale Kontakte
- Kapitel: Gibt es ein Rezept für gesundes Altern?

Welche Auswirkung könnte deiner Meinung nach der Demografische Wandel auf dein Leben haben?

- Veränderungen im Erwerbsleben und im Rentenalter
 - Auswirkungen auf die Familienplanung
- Kapitel: Können Demografen die Zukunft vorhersagen?
» Unterkapitel: Eine Gesellschaft ohne Kinder?
» Unterkapitel: Baby-Boomers rock the world?

Welche Argumente könnte man dafür anführen, dass der Demografische Wandel eigentlich eher eine Chance für die Gesellschaft darstellt?

- mehr Diversität
 - längeres Leben bei besserer Gesundheit und Produktivität
- Kapitel: Können Demografen die Zukunft vorhersagen?