

Presseinformation

Neue Initiative „Deine Zeit ist jetzt“

ratiopharm engagiert sich für mehr Zufriedenheit, Glück und Gesundheit mit Ü50

Mit der Initiative „Deine Zeit ist jetzt“ stellt ratiopharm Menschen über 50 in den Mittelpunkt – eine der größten Kundengruppen in der Apotheke: Das Pharmaunternehmen aus Ulm feierte im letzten Jahr selbst sein 50-jähriges Jubiläum und lenkt nun den Blick auf Menschen, die jenseits von Jugend- und Schönheitswahn ihr Glück in jeder Lebensphase aktiv gestalten. Mit verschiedenen Aktionen motiviert ratiopharm dazu, Neues auszuprobieren und jede Lebensphase zu genießen. Der Fokus für ein gelungenes Älterwerden soll wieder verstärkt auf der Gesundheit liegen, um gesund und positiv die eigene Zukunft zu gestalten.

Laut der Verbrauchs- und Medienanalyse (VuMA) waren über die Hälfte der Apotheken-Kundinnen und -Kunden im Jahr 2021 über 50 Jahre alt.¹ Wie vielfältig diese Altersgruppe ist, zeigt sich auch im Apothekenalltag. In dieser Lebensphase sind wir oft so entspannt, unabhängig und entschlossen, wie selten zuvor in unserem Leben. Mit neuen Freiheiten und viel Erfahrung über die eigenen Vorlieben haben wir die Möglichkeit, unser Leben neu zu strukturieren und unser Glück zu finden. Dass der Körper sich verändert und andere Routinen für den neuen Lebensabschnitt gefunden werden müssen, kann aber auch Unsicherheiten hervorrufen. Diese Bedenken sind auch in der Apotheke ein immer wiederkehrendes Thema im Beratungsgespräch. Unterstützt werden diese Unsicherheiten von längst überholten Altersbildern, die noch immer in der Gesellschaft verankert sind und sich auch in Film und Fernsehen nur langsam wandeln. Um diese Muster zu durchbrechen, hilft ein neuer positiver Blick auf die zweite Lebenshälfte. Dementsprechend bestätigen laut einer aktuellen Umfrage 83 % der Deutschen über 50 Jahren: „Man

¹ VuMA (Arbeitsgemeinschaft Verbrauchs- und Medienanalyse). (17. November, 2021). Apotheken- und Reformhauskunden¹ in Deutschland nach Altersgruppen im Vergleich mit der Bevölkerung im Jahr 2021 [Graph]. In Statista. Zugriff am 06. Juni 2024, von <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/1052302/umfrage/umfrage-in-deutschland-zum-alter-der-apotheken-und-reformhauskunden/>

muss nicht jung sein, um glücklich zu sein – aber glücklich zu sein, hält jung.“²

„Deine Zeit ist jetzt“ – eine Initiative von ratiopharm

Für die Gesundheit ist ein positiver Umgang mit dem eigenen Älterwerden von Vorteil. Dies konnte in einer Studie der Yale University (New Haven/USA) gezeigt werden: Menschen, die dem Älterwerden positiv entgegenblicken, leben durchschnittlich siebeneinhalb Jahre länger als Menschen mit einer negativen Sicht auf das Alter³.

Um einen gesunden Blick auf das Alter zu unterstützen und Menschen über 50 beim Start in die neue Lebensphase zu begleiten, hat ratiopharm die Initiative „Deine Zeit ist jetzt“ ins Leben gerufen, die auch von Expertinnen rund um die Themen Glück und Gesundheit begleitet wird. Ziel ist es, den Fokus weg von Anti-Aging und Jugendwahn und hin zu einem offenen und positiven Umgang mit dem Alter zu lenken. Eine Sichtweise, die auch zum Selbstverständnis vieler Apotheken-Mitarbeitenden zählen dürfte. „Wir wollen dazu beitragen, die gesellschaftlichen Vorstellungen vom Älterwerden aufzubrechen und dabei helfen, dieser Lebensphase mit Mut und Freude entgegenzublicken“, so Chiara Maibaum, Customer Excellence Manager Patients & Consumer bei Teva. Wie vielfältig, lebensfroh und motivierend die Lebensrealitäten der über 50-Jährigen sind, zeigt sich immer wieder am HV-Tisch. Diese Vielfalt veranschaulicht die Portraitserie „Typisch Ü50?“ zum Auftakt der Initiative. Sie zeigt Männer und Frauen, die stolz auf ihre gesammelten Erfahrungen blicken, ihren persönlichen Weg für ein glückliches Leben gefunden haben und andere motivieren wollen, ihr Leben zu genießen. „Mit der Portraitserie und weiteren Aktionen möchten wir dazu ermutigen, sich neue Ziele im Leben zu setzen, Neues auszuprobieren und das was wirklich zählt in den Vordergrund zu stellen – Glück und Gesundheit“, so Maibaum.

Wie gesundes und glückliches Älterwerden gelingt

„Sind die eigenen Kinder größtenteils selbstständig oder schon aus dem Haus und ist man im Beruf bereits fest etabliert, kann es sich lohnen, die eigenen Ziele und Wünsche nochmals in den Blick zu nehmen“, so Catharina Maria Klein. Die selbständige Expertin im Bereich Gesundheitsförderung und Botschafterin für gelingendes Älterwerden coacht Menschen in der zweiten Lebenshälfte rund um die Themen Gesundheit und Lebensqualität. „In dieser Zeit des Umbruchs haben wir die Möglichkeit, neue Routinen zu entwickeln

² Kantar, n = 1.013 Frauen und Männer ab 50 Jahren, April 2024.

³ Levy, B. R., Slade, M. D., Kunkel, S. R., & Kasl, S. V. (2002). Longevity increased by positive self-perceptions of aging. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(2), 261–270. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.83.2.261>

und uns neuen Themen zu widmen oder auch scheinbar vergessene Interessen wieder neu zu entdecken. Dass zu einem gesunden Älterwerden eine ausgewogene Ernährung, ausreichend Bewegung, Gedächtnistraining und guter Schlaf gehören, wissen die meisten. Doch besonders förderlich sind stabile soziale Verbindungen und Freundschaften – auch zu jüngeren Menschen – sowie sich neue Ziele zu setzen und neue Aufgaben zu suchen, die einem Freude machen“, so Klein.

Wie wichtig Ziele für die eigene Lebensfreude und insbesondere für die zweite Lebenshälfte sind, weiß auch die Trainerin für Positive Psychologie Alexandra Loeffner. „Hat man ein persönliches und erreichbares Ziel vor Augen, trägt das zum Glücklichsein bei. Denn Ziele geben unserem Handeln eine Richtung und motivieren uns“, so Loeffner. „Wie wir denken, fühlen und handeln, beeinflusst stark unser Wohlbefinden. Das gilt auch für unsere eigene Einstellung zum Älterwerden.“ Das Wichtige: „Viele der Faktoren können wir selbst bewusst beeinflussen, trainieren und gestalten und so unser Glück in die eigene Hand nehmen“, so Loeffner.

Damit es mit den neuen Zielen und den positiven Gedanken klappt, bietet ratiopharm den Apotheken-Kundinnen und -Kunden mit verschiedenen Aktionen über das Jahr verteilt immer wieder neue Impulse und hilfreiche Tipps. Die Portraitserie „Typisch Ü50?“ sowie weitere Informationen und Tipps für eine glückliche zweite Lebenshälfte enthält der neue Ratgeberbereich „Gesund über 50“ auf ratiopharm.de: [Gesund über 50](#)



Catharina Maria Klein

ist Gesundheitscoachin, Podcasterin, Beraterin und Botschafterin für gelingendes Älterwerden. Sie sieht Älterwerden als eine Bereicherung und eine Zeit voller Chancen und Möglichkeiten. Als leidenschaftliche Expertin im Bereich Gesundheitsförderung und Potenzialentfaltung setzt sie sich deshalb seit über 7 Jahren für die Förderung von Lebensqualität und Gesundheit im Alter ein.



Alexandra Loeffner

ist psychologische Beraterin und hilft Menschen dabei, in ihrem Leben mehr Glück und Zufriedenheit zu finden. Sie selbst hat dank der Positiven Psychologie ihr Leben neu ausgerichtet. Diese persönlichen Erfahrungswerte bringt die zertifizierte Trainerin für Positive Psychologie nun ein, um anderen dabei zu helfen, ihre Stärken zu nutzen und ein wirklich erfülltes Leben zu führen.



Martina



Reinhard



Angelika



Marc



Tanja



Birgit



Ute

© ratiopharm

Gerne schicken wir Ihnen diese und weitere Abbildungen digital zu (Anfrage an: presse@3k-kommunikation.de).

Teva GmbH

Unsere rund 2.900 Mitarbeiter arbeiten tagtäglich daran, den Zugang zu Arzneimitteln für Millionen von Menschen zu vereinfachen und den Patienten ein Stück Unabhängigkeit zurückzugeben. Sei es über unsere Medikamente – innovative Spezialmedikamente, Generika und freiverkäufliche Arzneimittel – einen günstigen Preis oder einen besonderen Service. Mit ratiopharm gehört auch Deutschlands bekannteste Arzneimittelmarke zu Teva Deutschland. Der Deutschlandsitz von Teva ist in Ulm. Ein weiterer Produktionsstandort ist in Blaubeuren/Weiler.

Teva Global

Teva Pharmaceutical Industries Ltd. (NYSE und TASE: TEVA) entwickelt und produziert seit mehr als einem Jahrhundert Arzneimittel, um das Leben der Menschen zu verbessern. Wir sind ein weltweit führender Anbieter von Generika und Spezialarzneimitteln mit einem Portfolio von über 3.500 Produkten, die nahezu alle therapeutischen Bereiche abdecken. Rund 200 Millionen Menschen auf der ganzen Welt nehmen täglich ein Medikament von Teva und werden dabei von einer der größten und komplexesten Lieferketten der Pharmaindustrie bedient. Neben unserer etablierten Präsenz bei Generika verfügen wir über bedeutende innovative Forschungs- und Entwicklungsaktivitäten, die unser wachsendes Portfolio an Spezial- und biopharmazeutischen Produkten unterstützen. Mehr auf www.tevapharm.com

Juni 2024

Pressekontakt:

3K Agentur für Kommunikation GmbH
Anja Zwetz | Ramona Eich | Annika Munz | Tamara Beck | Julia Schmitt
Feldbergstraße 35, 60323 Frankfurt am Main
Tel. 069/97 17 11-0, Fax: 069/97 17 11-22,
E-Mail: presse@3k-kommunikation.de,
Internet: www.3k-kommunikation.de