

## Helga Zander wird 100: Ein Jahrhundert voller Lebensfreude und Humor!

Helga Zander feierte am 10. Februar 2025 ihren 100. Geburtstag in Nauheim, umgeben von Familie und Freunden.



Am 10. Februar 2025 feierte Helga Zander aus Nauheim ihren bemerkenswerten 100. Geburtstag. Trotz ihres hohen Alters wirkte sie mindestens zehn Jahre jünger und freute sich über zahlreiche Gratulanten, die in ihre Wohnung kamen. Unter den Gästen war auch der Erste Kreisbeigeordnete Adil Oyan, der ihr einen Blumenstrauß und eine Urkunde überreichte. Zanders Tochter, Gudula Anker, berichtete, dass ihre Mutter keinerlei Medikamente einnimmt, was für viele in ihrem Alter ungewohnt ist.

In ihrer Freizeit liebt Helga Zander sowohl Spaziergänge als auch das Backen von Kuchen. Bis vor einigen Jahren hielt sie sich mit regelmäßiger Gymnastik fit, und auch das Tanzen sowie Reisen

zählten früher zu ihren Leidenschaften. Geboren in Mühlenrahmede, heiratete sie 1949 ihren ersten Mann, der aus der russischen Kriegsgefangenschaft zurückkehrte. Ihre Tochter Gudula kam 1959 zur Welt und die Familie zog aus beruflichen Gründen nach Ginsheim, wo sie fast 50 Jahre lebte. Seit sechs Jahren ist Nauheim ihr neues Zuhause.

## **Familie und Lebensfreude**

Helga Zander ist eine stolze vierfache Oma und sechsfache Uroma. Sie hat immer versucht, das Alter mit einem Schuss Humor zu nehmen. In einer Einladung an ihre Nachbarn formulierte sie herzhaft: „Die Alte von oben wird 100“ und bat um „ein freundliches Gesicht“ anstelle von Geschenken. Ihre Perspektive auf das Alter wurde durch die Familie geprägt, die viele Mitglieder hat, die ein hohes Alter erreichten; beide Großväter wurden 90 Jahre alt, während ihr jüngerer Bruder bereits verstorben ist.

Die Lebenssituation älterer Menschen in Deutschland erfordert eine genauere Betrachtung. Der Anteil der Bevölkerung ab 80 Jahren steigt, und dennoch gibt es nur wenig Wissen über die Lebensqualität dieser Gruppe. Um den Unterstützungsbedarf im hohen Alter besser zu verstehen, wurde die Studie „Hohes Alter in Deutschland“ (D80+) ins Leben gerufen, die bundesweit hochaltrige Menschen in Privathaushalten und Heimen befragt. Diese Studie wird vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) gefördert und integriert mehrere Perspektiven aus Soziologie, Psychologie sowie Gerontologie.

Die Ergebnisse dieser Erhebung könnten helfen, Lösungen für sozialpolitische Herausforderungen wie sozialer Sicherung im Alter und Generationengerechtigkeit zu entwickeln. Zudem sollen sie dazu beitragen, negative Altersbilder und Vorurteile über die Lebensqualität im Alter empirisch zu widerlegen. Helga Zanders Einstellung und Lebensweise könnte als inspirierendes Beispiel dienen, dass auch im hohen Alter Lebensfreude und Aktivität bestehen können.

Auf einer breiteren Ebene bieten Plattformen wie Ancestry und FamilySearch innovative Möglichkeiten für die genealogische Forschung, einschließlich umfassender Aufzeichnungen über die Lebensverläufe in Deutschland. Diese Ressourcen sind wichtig für die Understanding der demografischen Entwicklungen und der historischen Kontexte, in denen Menschen wie Helga Zander leben.

| Details |                                                                                                                                                                                 |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Quellen | <ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="http://journal-lokal.de">journal-lokal.de</a></li><li>• <a href="http://www.germanroots.com">www.germanroots.com</a></li></ul> |

**Besuchen Sie uns auf: [aktuelle-nachrichten.net](http://aktuelle-nachrichten.net)**