

LONGEVITY: PENSIOEN WAAROM ZOU JE DAT DOEN?

The Longevity Factory Workshop Jaarevent Achmea 28-6-2022

**Stel je voor dat je meer
dan 100 jaar leeft ...**



Iris Apfel (100)

“Ik vind het heel normaal om op mijn leeftijd nog te werken. Ik bridge niet, speel ook geen golf en stop al mijn energie in mijn lievelingsbezigheid: ontwerpen.”



**“Aging shouldn’t hold
you back from
pursuing your
dreams.”**

May Musk (74) model

**Sports
Illustrated**



Queen Elizabeth (95) 70-jarige carrière



**101-jarige
'Hurricane
Hazel' tekent
voor drie jaar
bij als
toezichthouder
van grootste
vliegveld
Canada**



The Longevity Factory



Making people reimagine their longer
living future

Doelen workshop

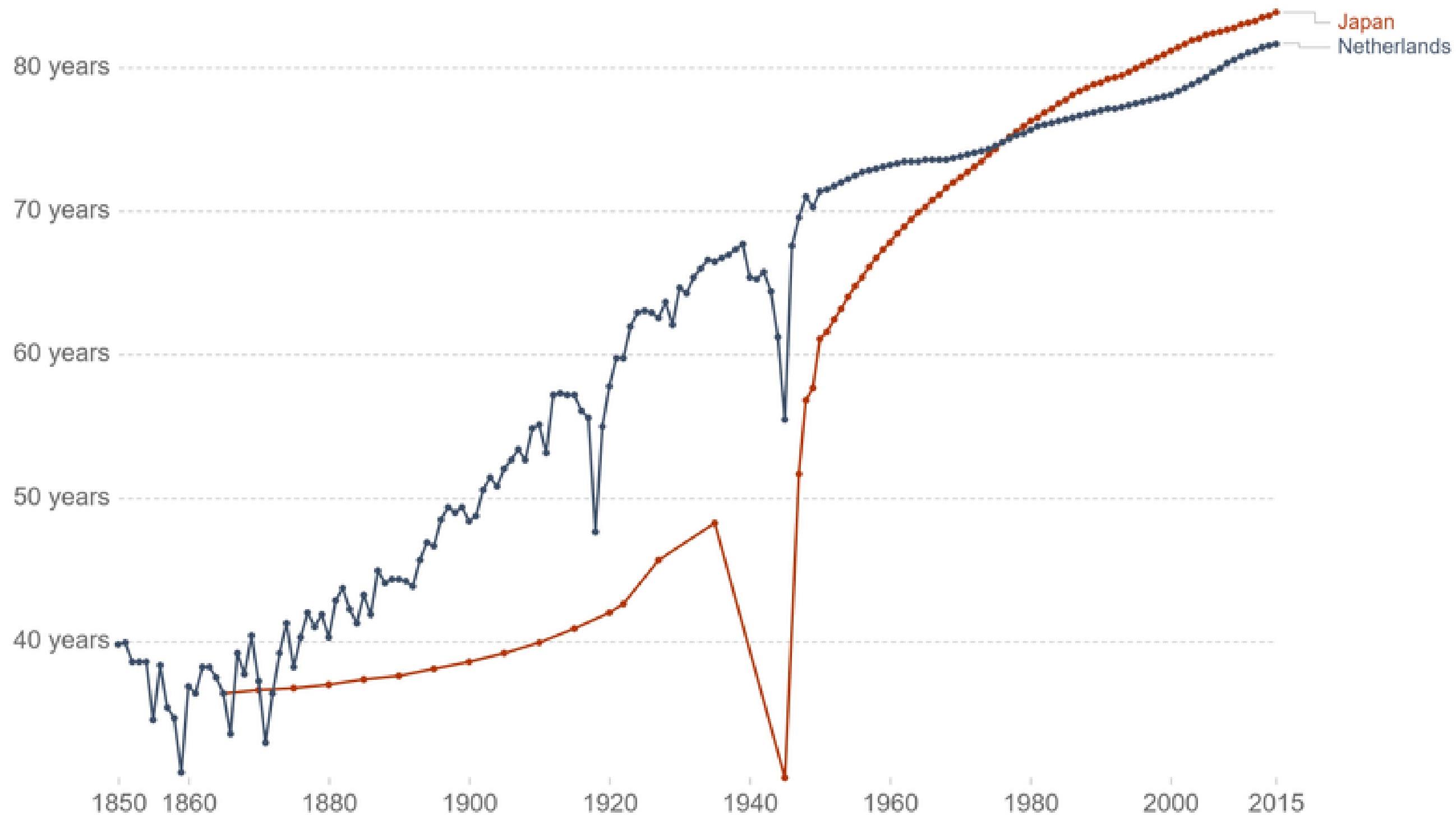
Na afloop van deze workshop:

- denk je anders na over een toekomst waarin we langer leven
- formuleer je positieve mijlpalen voor je 'new map of life'
- ben je geïnspireerd om hier met collega's van alle generaties het gesprek over aan te gaan



Life expectancy, 1850 to 2015

Our World
in Data



Source: Riley (2005), Clio Infra (2015), and UN Population Division (2019)

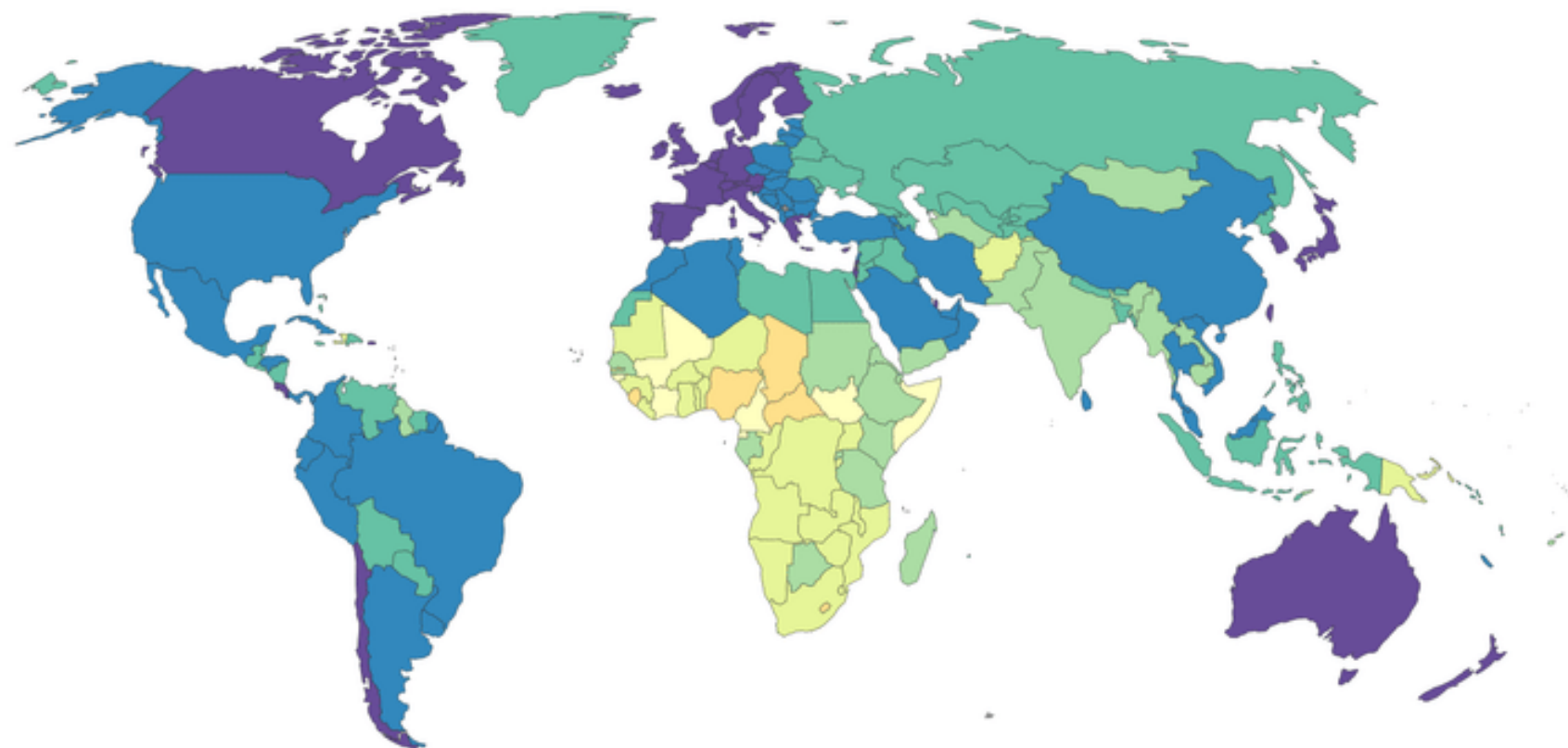
OurWorldInData.org/life-expectancy • CC BY

Tussen 1880 en 2020 verdubbelde de gemiddelde levensverwachting. (VN, 2019)

De levensverwachting steeg afgelopen 150 jaar spectaculair. Elke 10 jaar komt er 2,5 jaar bij. (Van Bodegom, 2021)

2020 gem. levensverwachting NL 82,4jr | Japan 84,8jr | Nigeria 55jr

Life expectancy, 2019



Source: Riley (2005), Clio Infra (2015), and UN Population Division (2019)
Note: Shown is period life expectancy at birth, the average number of years a newborn would live if the pattern of mortality in the given year were to stay the same throughout its life.

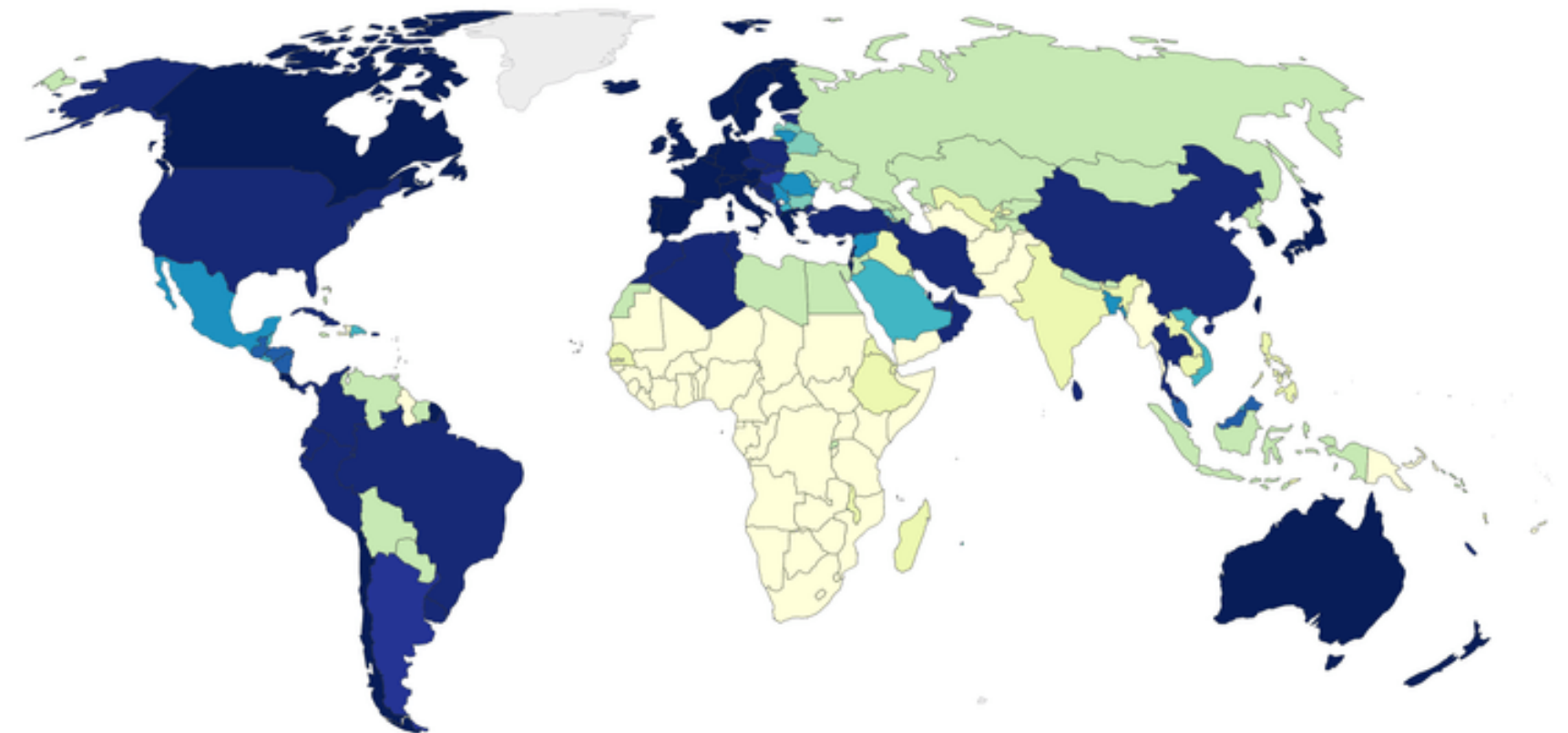
OurWorldInData.org/life-expectancy • CC BY

Our World
in Data

Future life expectancy projections, 2099

Average life expectancy (at birth) projections based on the UN's medium fertility scenario, measured across both sexes.

Our World
in Data



Source: United Nations – Population Division (2019 Revision)

CC BY

2099: gem. levensverwachting NL 91,4 jr | Japan 93,6 jr | Nigeria 69 jr

BLUE ZONES

LONGEVITY HOTSPOTS

LOMA LINDA
CALIFORNIA

NICOYA
COSTA RICA

SARDINIA
ITALY

ICARIA
GREECE

OKINAWA
JAPAN

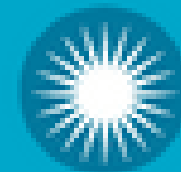
BLUE ZONE LIFE LESSONS



MOVE NATURALLY



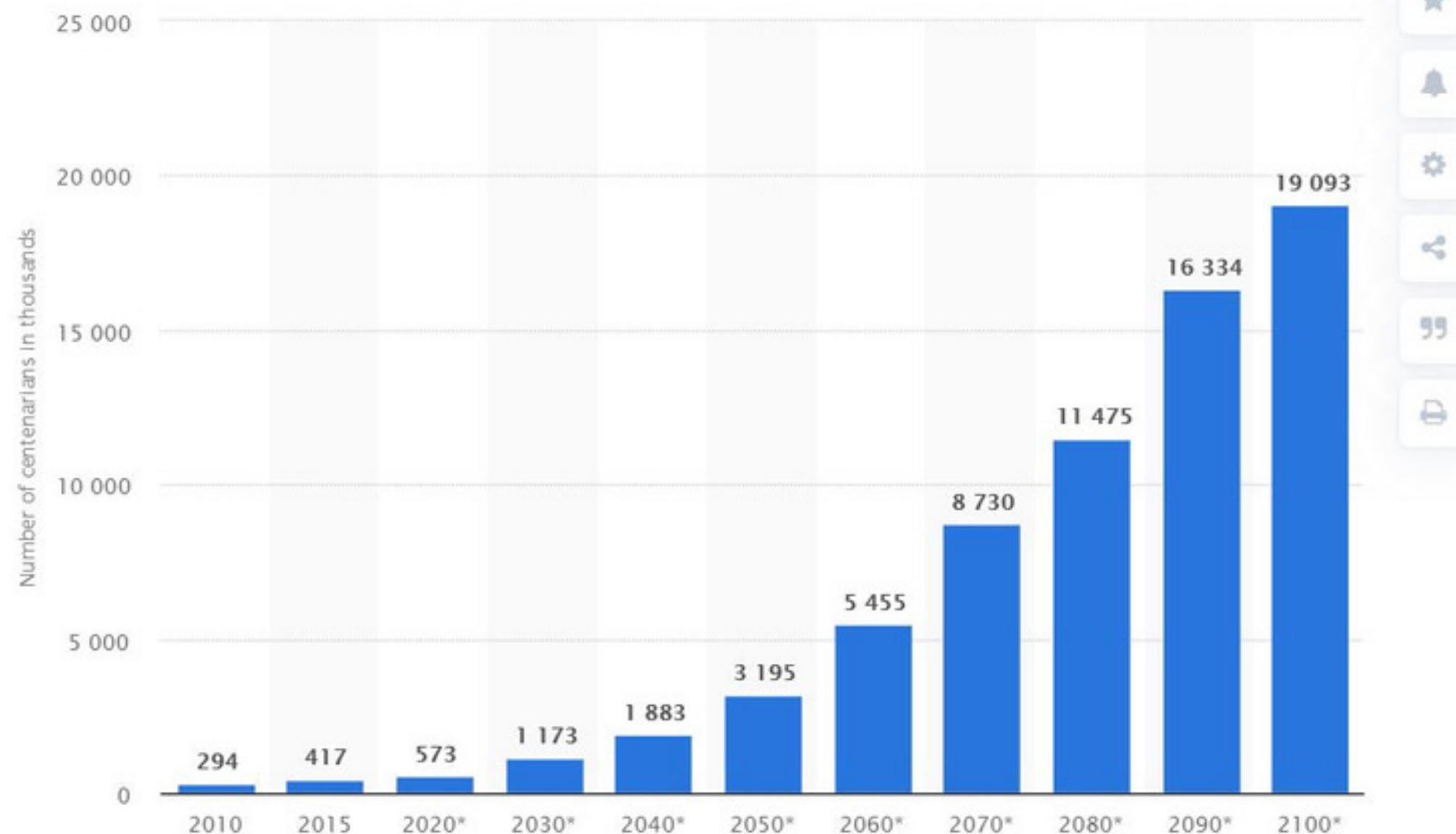
RIGHT TRIBE



RIGHT OUTLOOK



EAT WISELY



© Statista 2021

Show source

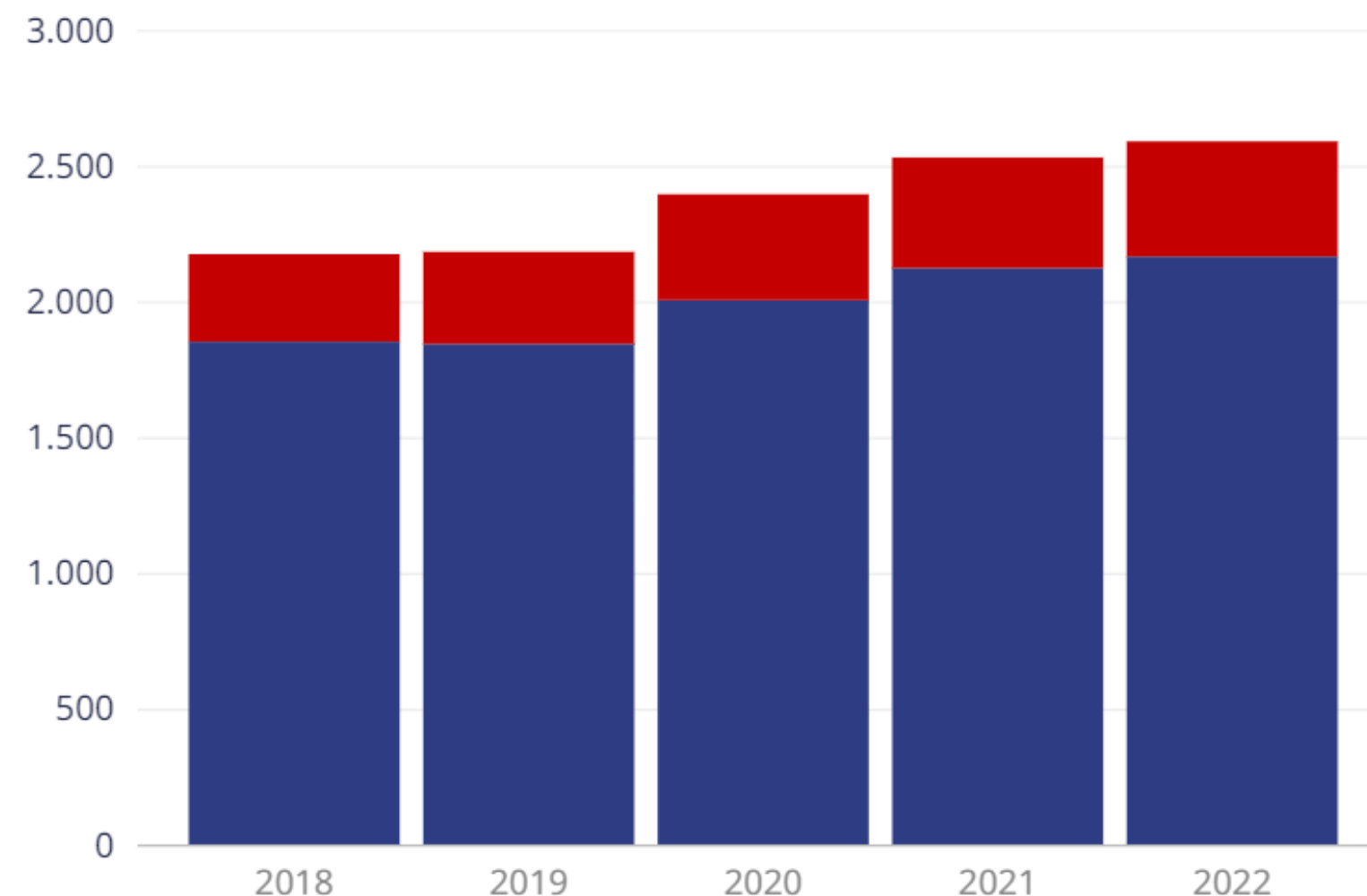
Additional Information

Honderdplussers in Nederland

Nederland telt steeds meer honderdplussers

■ Vrouwen ■ Mannen

Nederlanders van honderd jaar of ouder, op 1 januari van elk jaar



Gemaakt met LocalFocus

Bron: CBS

Wereldwijd: # 100-plussers per duizend tussen 2010 en 2100: 294.000 → 19 miljoen
 Nederland: stijging van 20% in de afgelopen 5 jaar (2600 in '22)

2045 gem.
levensverwachting
voor een kind 110
jaar.
Er zullen ook
mensen 140 jaar
lang en gezond
leven.

*Andrea Maier, hoogleraar geneeskunde en gezond
ouder worden en co-director center for healthy
longevity, Universiteit van Singapore*



The Future Me

NEXT EXIT



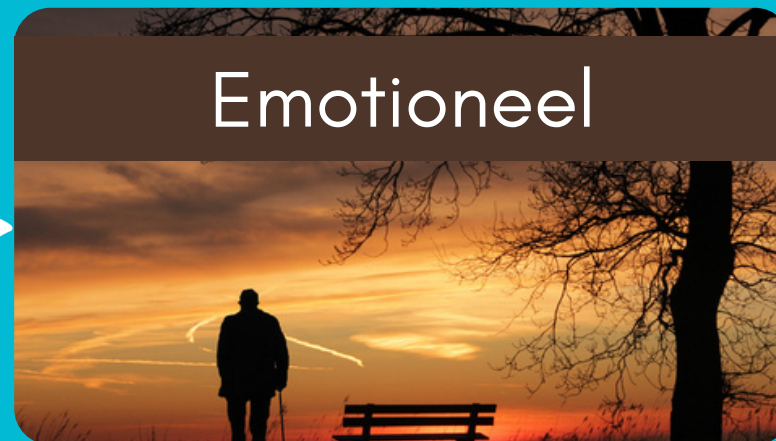


Context

Lichamelijk



Emotioneel



Sociaal



Cognitief



Natuur



Geld



Plezier

The Longevity Factory

Leren
(0–21jr)



Groeien
(22–44jr)



Rijpen
(45 – pensioen)



Ontdekken
(pensioen – dood)



Hoeveel dagen telt elk van deze 4 levensfasen?

Leren
(0-21jr)



Groeien
(22-44jr)



Rijpen
(45jr -pensioen)



Ontdekken
(pensioen - dood)



8.000

8.000

8.000

8.000

12.000

16.000

20.000+



Keuzes aan
het begin
van je
leven
grote
impact op
je latere
leven

*Stanford Center on
Longevity*



Negatieve beeldvorming ouder worden:

- **self-fulfilling
prophecy: gem. 7,5
jaar korter leven**
- **terugtrekken**



Tragedie → Triomf → Nieuwe verhalen

Filosofisch kijkraam van Laceulle (2016): We hebben andere, nieuwe verhalen nodig: "Ouder worden is een proces van steeds meer worden wie je bent"

Leren
(0-21jr)



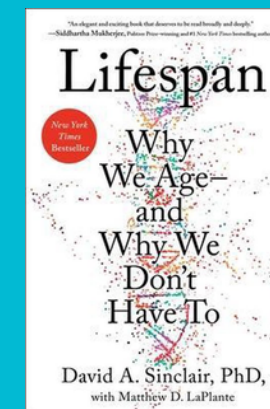
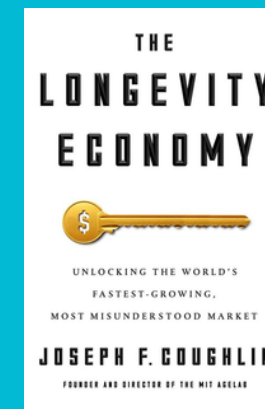
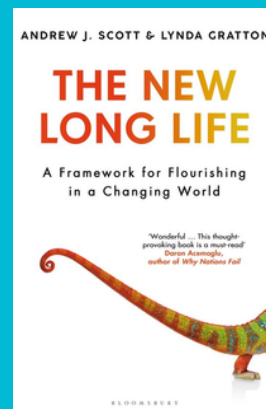
Groeien
(22-44jr)



Rijpen
(45 - pensioen)



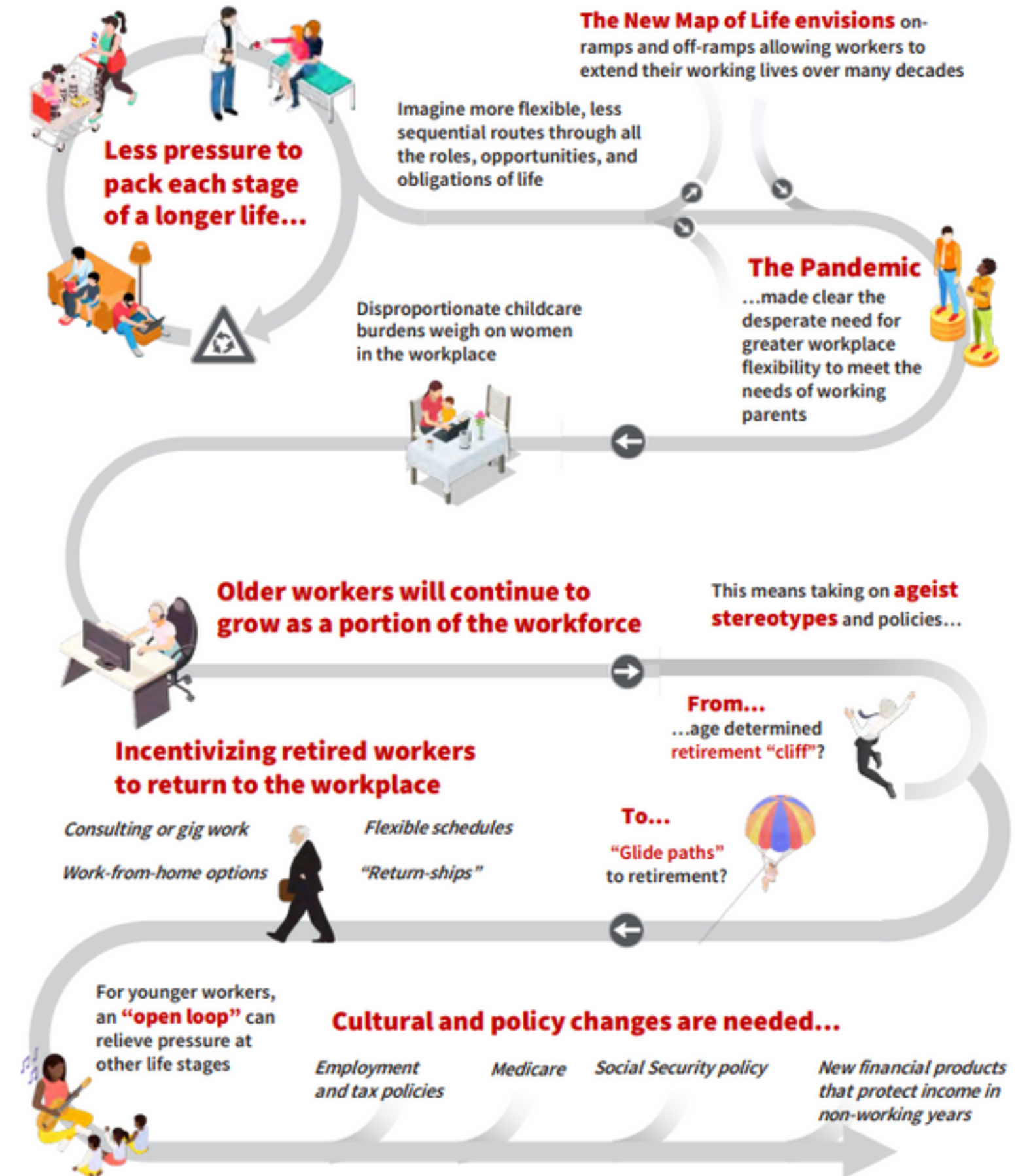
Ontdekken
(pensioen - dood)



8000 dagen theorie & traditionele indeling moet anders! Maar hoe dan?

The new map of life

- Invest in future centenarians
- Working more years with more flexibility
- New pathways for working, saving, and retiring
- Learning for life
- Build a 'longevity-ready' environment
- Create new and significant milestones for the second half of life



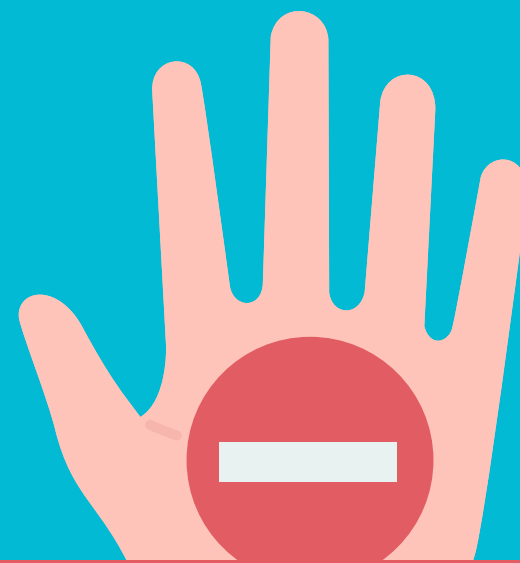
Call to action





START

nieuwe alternatieven?



STOP

wat moet weg?



CONTINUE

wat mag blijven?

Pensioen: waarom zou je dat doen?

Hoe kunnen we een andere indeling gaan
realiseren?



Dankjewel
& tot
ziens!

Hoe meer plezier hoe langer je leeft

"I always find the positive" Betty White (99), Golden Girls