



Van vergrijzingscrisis naar zilveren kans: hoe China zijn ouderen heruitvindt

China is zich sterk bewust van de snelle vergrijzing van zijn bevolking. Eind 2024 telde het land 310 miljoen mensen van 60 jaar en ouder, waarvan 220 miljoen ouder dan 65. Dat komt neer op respectievelijk 22% en 15,6% van de totale bevolking. Tegen 2035 zal het aantal ouderen naar verwachting boven de 400 miljoen uitstijgen. De veroudering in China is grootschalig, snel en langdurig.

Om de druk op het pensioensysteem te verlichten, worden de pensioenleeftijden geleidelijk verhoogd. Mannen gingen traditioneel op 60 jaar met pensioen, maar sinds 2025 schuift die leeftijd stapsgewijs op naar 63. Vrouwelijke arbeiders gingen vroeger al op 50 jaar op rust; dit wordt verhoogd naar 55.

Pensioen betekent in China echter steeds minder een fase van fysieke achteruitgang. Voor veel jongere gepensioneerden markeert het net het begin van een nieuwe levensfase vol energie en heroriëntatie. Sommigen zorgen voor ouders of ondersteunen hun kinderen, anderen zoeken nieuwe uitdagingen. Zo ging de 66-jarige Li, een gepensioneerd ingenieur uit Beijing, na een grondige voorbereiding in het buitenland kunst studeren in Southampton. Mevr. Ye startte na haar pensioen een eigen carrière als deejay. Chen ontdekte dan weer een passie voor vogels en werd een enthousiaste vogelspotter.

De centrale vraag voor China luidt hoe veroudering kan worden omgevormd van sociale druk tot een kans, en hoe ouderen actief kunnen bijdragen aan de zogenoemde zilverharige economie.

Voor de oudste leeftijdsgroepen ligt de focus vooral op zorg. China zet sterk in op technologie en robotica om ouderenzorg te ondersteunen. In de komende jaren moeten robots helpen bij dagelijkse taken zoals wassen, mobiliteit en toiletbezoek. In Beijing bestaat al de gezelschapsrobot “Kleine Li”, die reminders geeft, gesprekken voert, activiteiten begeleidt en noodoproepen ondersteunt. Zo wil China ouderen comfortabel en waardig laten verouderen met behulp van hightech oplossingen.

(WP, januari 2026)