

Lange Nacht der Wissenschaften
Berlin
28. Juni 2025

Granfluencer: Ältere Menschen auf Instagram und Tiktok

Dr. Frank Berner
Deutsches Zentrum für Altersfragen
Geschäftsstelle für die Altersberichte der Bundesregierung

Wann ist man alt?



Wann ist man Influencer*in?

Nano-Influencer:	1.000 – 10.000 Follower
Mikro-Influencer:	10.000 – 100.000 Follower
Makro-Influencer:	100.000 – 1.000.000 Follower
Mega-Influencer:	1.000.000 – 5.000.000 Follower
Celebrity-Influencer:	über 5.000.000 Follower

Welche Plattformen?

Die beliebtesten Plattformen weltweit (MAU – monthly active users)



Facebook

3,0 Mrd.



WhatsApp

2,9 Mrd.



YouTube

2,7 Mrd.



Instagram

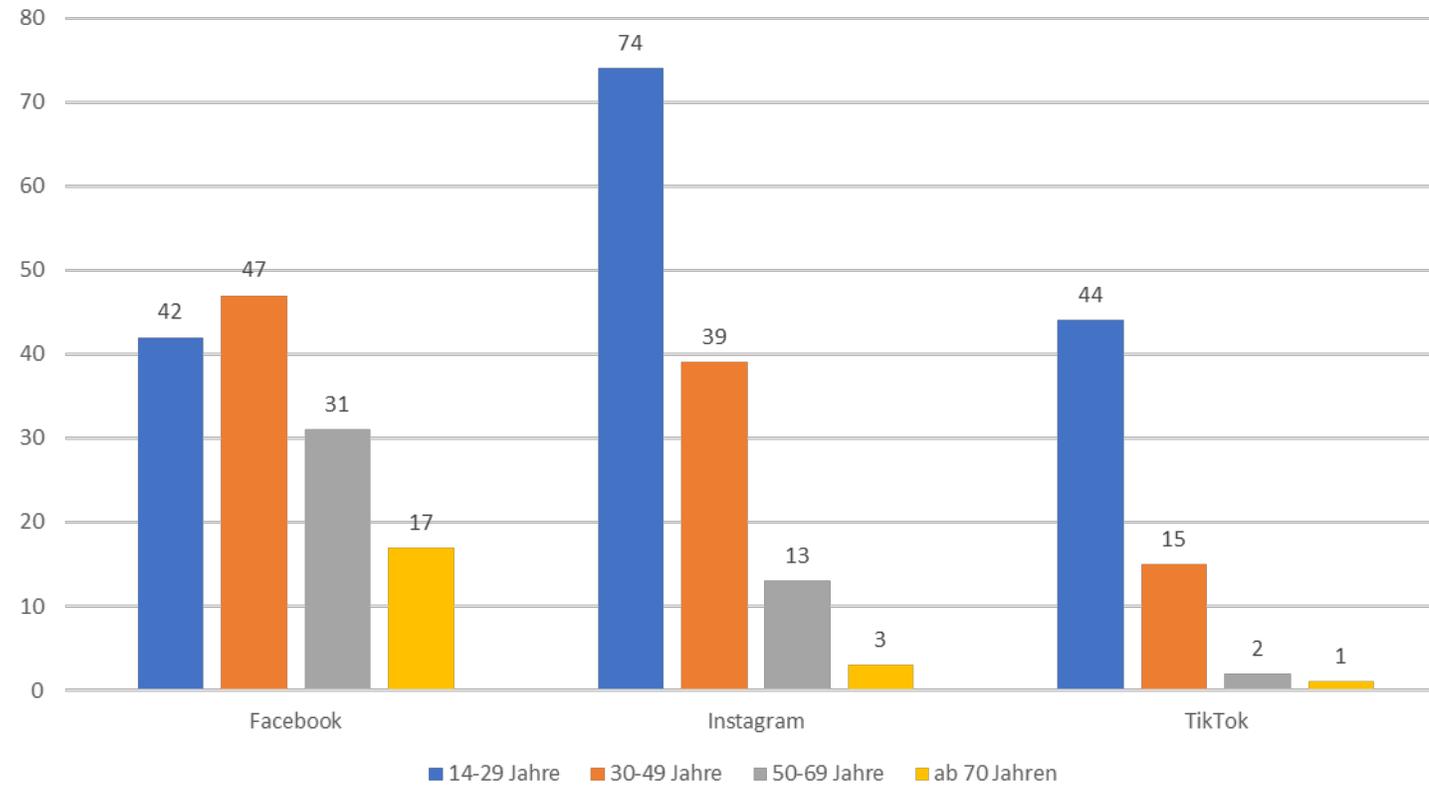
2,3 Mrd.



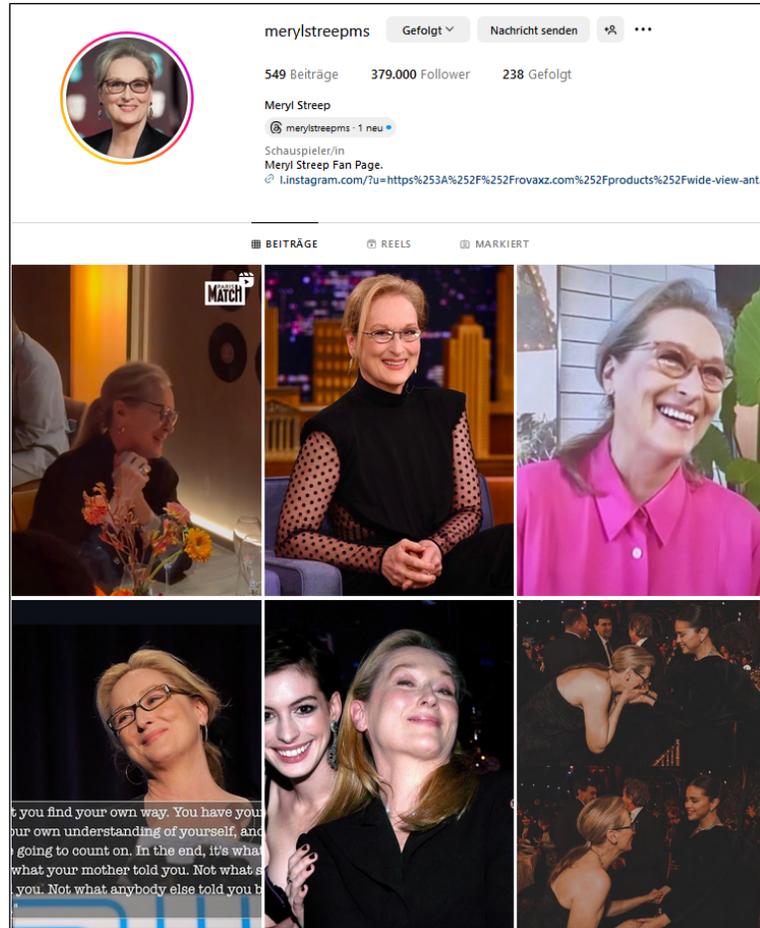
Tiktok

1,9 Mrd.

Wie stark werden die Plattformen in den Altersgruppen genutzt?



Ältere Menschen auf Instagram



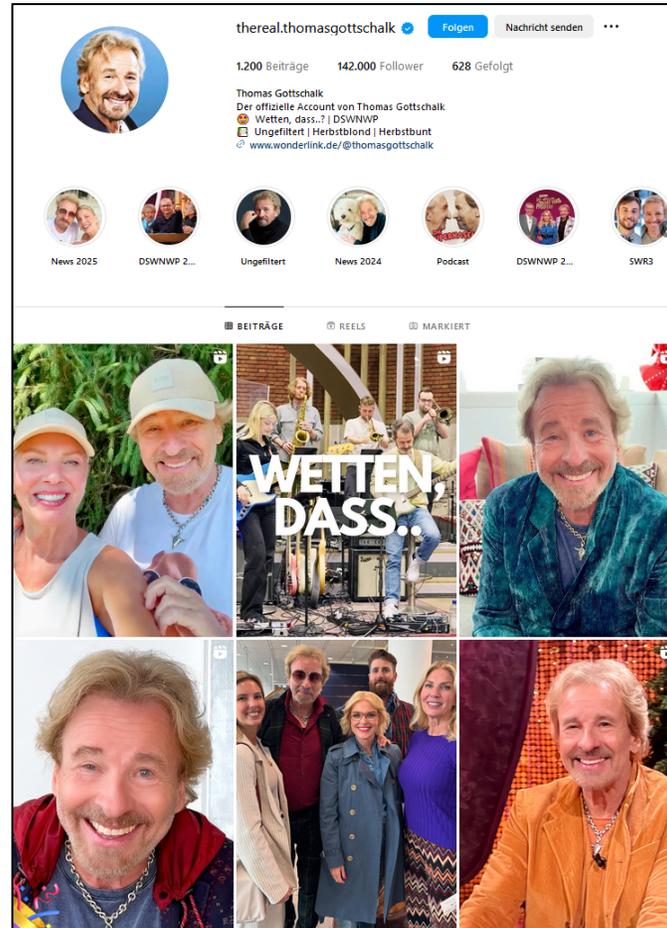
merylstreepms Gefolgt Nachricht senden

549 Beiträge 379.000 Follower 238 Gefolgt

Meryl Streep
Schauspieler/in
Meryl Streep Fan Page
[L.instagram.com/?u=https%253A%252F%252Fwww.vox.com%252Fproducts%252Fwide-view-ant...](https://www.instagram.com/?u=https%253A%252F%252Fwww.vox.com%252Fproducts%252Fwide-view-ant...)

BEITRÄGE REELS MARKIERT

Grid of 6 images: Meryl Streep in various settings, including a scene from 'The Match' and a photo with a quote: "You find your own way. You have your own understanding of yourself, and you're going to count on. In the end, it's what you want, not what your mother told you. Not what anybody else told you."



thereal.thomasgottschalk Folgen Nachricht senden

1.200 Beiträge 142.000 Follower 628 Gefolgt

Thomas Gottschalk
Der offizielle Account von Thomas Gottschalk
Wetten, dass...? | DSWNWP
Ungefiltert | Herbstblond | Herbstbunt
www.wonderlink.de/@thomasgottschalk

News 2025 DSWNWP 2... Ungefiltert News 2024 Podcast DSWNWP 2... SWR3

BEITRÄGE REELS MARKIERT

Grid of 6 images: Thomas Gottschalk and guests, including a scene from 'Wetten, dass...?' and a photo with a quote: "You find your own way. You have your own understanding of yourself, and you're going to count on. In the end, it's what you want, not what your mother told you. Not what anybody else told you."



bundeskanzler Folgen Nachricht senden

93 Beiträge 2,6 Mio. Follower 48 Gefolgt

Bundeskanzler Friedrich Merz
Bundeskanzler der Bundesrepublik Deutschland. Demokrat. Europäer.
Für ein starkes Deutschland.
Federal Chancellor of... mehr
www.bundesregierung.de/breg-de/schwerpunkte/instagram

lauoleo ist Follower

BEITRÄGE REELS MARKIERT

Grid of 6 images: Friedrich Merz in various official settings, including a press conference and a meeting.

Günther Krabbenhöft

g.krabbenhoft Gefolgt Nachricht senden ...

1.904 Beiträge 312.000 Follower 1.865 Gefolgt

Günther Krabbenhöft
@g.krabbenhoft
Presse-, Veranstaltungen-, und andere Anfragen bitte an: Dr. Carlos Davila
Dr.carlosdavila@web.de
bit.ly/seieinfachdu_thalia
britt.kanja und advancedstyle sind Follower

Highlights Highlights Highlights Highlights Highlights Highlights Highlights

BEITRÄGE REELS MARKIERT

The screenshot shows a grid of seven Instagram posts. The central post is the largest and features Günther Krabbenhöft in a grey suit and blue scarf, holding a large, colorful balloon that says 'GÜNTER KRABBENHÖFT X DRV BUND' and 'ZWEI ECHE BERLINER'. Other posts in the grid show him in various settings: sitting on a rock by a river, at a podium, and in a red jacket. The bottom row of the grid is partially cut off.





q.krabbenhof Original-Audio

Mut heißt nicht: keine Angst zu haben .

Manchmal ist Mut einfach :
Alleine irgendwo hinzugehen.
Sich zeigen , obwohl man zittert.
Nein zu sagen .
Etwas zu wagen.
Sich zu entschuldigen.
Oder einfach mal zu sagen: „Ich weiß es nicht.“

Und ja – Mut wird meistens belohnt.
Häufig kommt etwas zurück:
Ein Lächeln.
Ein Gespräch.
Ein Gefühl von: Ich bin gewachsen.

Mut verändert etwas.
In uns – und um uns.

Ich wünsche euch für die neue Woche mindestens einen mutigen Moment, der euch ein wenig wachsen lässt.
Das ist möglich – in jedem Alter.
G.A.K .
#positivevibes #mutigsein #keineangst
#keineangstvorveränderungen #lebensfreude #zuversicht
#glücksmomente #daslebenistschön #mondaymotivation
#tanzenmachtglücklich #raverlife #raverstyle
#housemusiclovers #technomusiclove #lächelnnichtvergessen
#mutigseinfürneuewege #mutigseinundeinfachmachen

1 Wo. Gefällt 16 Mal Antworten

Für dich

daslebenliebend Dieser Mut spendet einem einen Haufen Glücksgefühl 🍷 mir ist es mittlerweile egal (bis zu einem gewissen Grad natürlich) ob ich alleine tanze, wenn mir die Musik gefällt nutze ich den Moment, manchmal inspiriert man sogar Andere 😊

1 Wo. Gefällt 16 Mal Antworten

Gefällt britt.kanja und 4.927 weitere Personen
Vor 7 Tagen

Kommentieren ... Posten

q.krabbenhof Original-Audio

gr.uenzeug Danke für die Inspiration! Gerne möchte ich noch ein Zitat ergänzen: „Mut ist eine Entscheidung, die wir immer treffen können.“
Tolle Woche für alle! 🍷

1 Wo. Gefällt 16 Mal Antworten

Antworten verbergen

g.krabbenhof @gr.uenzeug ja das stimmt 🍷❤

1 Wo. Gefällt 1 Mal Antworten

frau_helm Danke, lieber Günther, das nehme ich mit in meine Woche. Herzliche Grüße nach Berlin 🍷

1 Wo. Gefällt 2 Mal Antworten

Antworten verbergen

g.krabbenhof @frau_helm Eine tolle neue Woche ,in der wir dann schon wieder die Sommersonnenwende erleben ! Ach ich träume von einer Verschiebung der Wende in den August 🍷❤

1 Wo. Gefällt 1 Mal Antworten

kallebur Wo war die Party? 🍷🌞

1 Wo. Gefällt 1 Mal Antworten

Antworten verbergen

g.krabbenhof @kallebur Am Sonnabend im Sage Beach -Berlin 🍷🙌

1 Wo. Gefällt 1 Mal Antworten

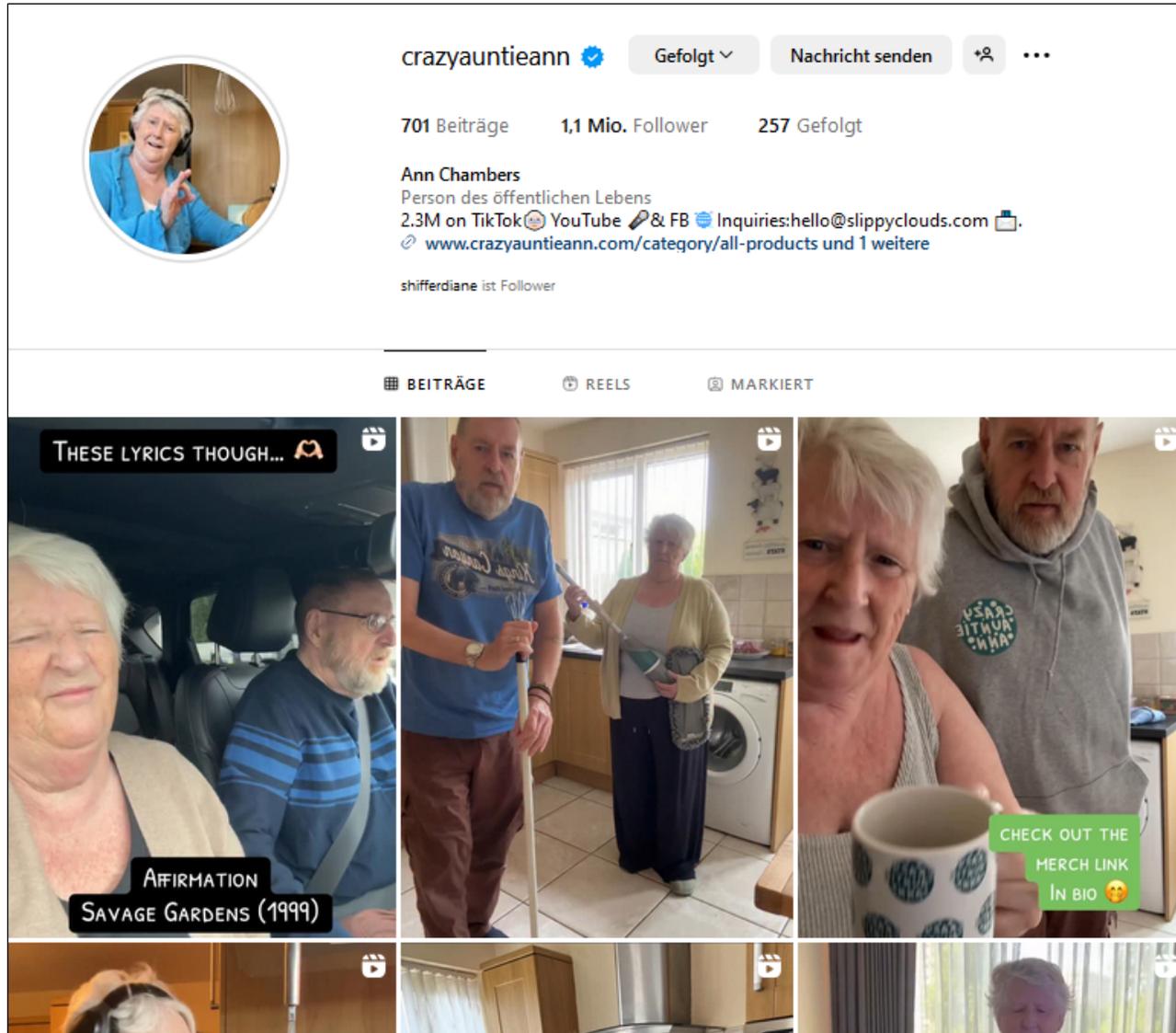
kallebur Super cool dort 🍷🌞

1 Wo. Antworten

Gefällt britt.kanja und 4.927 weitere Personen
Vor 7 Tagen

Kommentieren ... Posten

Ann Chambers (crazyauntieann)



The screenshot shows the Instagram profile for 'crazyauntieann'. The profile picture is a circular image of Ann Chambers, an elderly woman with short white hair, wearing a blue top and smiling. The bio includes her name 'Ann Chambers', her description 'Person des öffentlichen Lebens', and her social media presence: '2.3M on TikTok', 'YouTube', and 'FB'. It also provides contact information: 'Inquiries:hello@slippyclouds.com' and a website link 'www.crazyauntieann.com/category/all-products und 1 weitere'. The profile statistics show 701 posts, 1.1 million followers, and 257 accounts followed. Below the bio, there are navigation tabs for 'BEITRÄGE', 'REELS', and 'MARKIERT'. A grid of video thumbnails is visible, with the top-left one featuring the text 'THESE LYRICS THOUGH...' and 'AFFIRMATION SAVAGE GARDENS (1999)'. The top-right thumbnail shows Ann and a man in a kitchen, with a green overlay that says 'CHECK OUT THE MERCH LINK IN BIO'.



Ann Chambers (crazyauntieann)



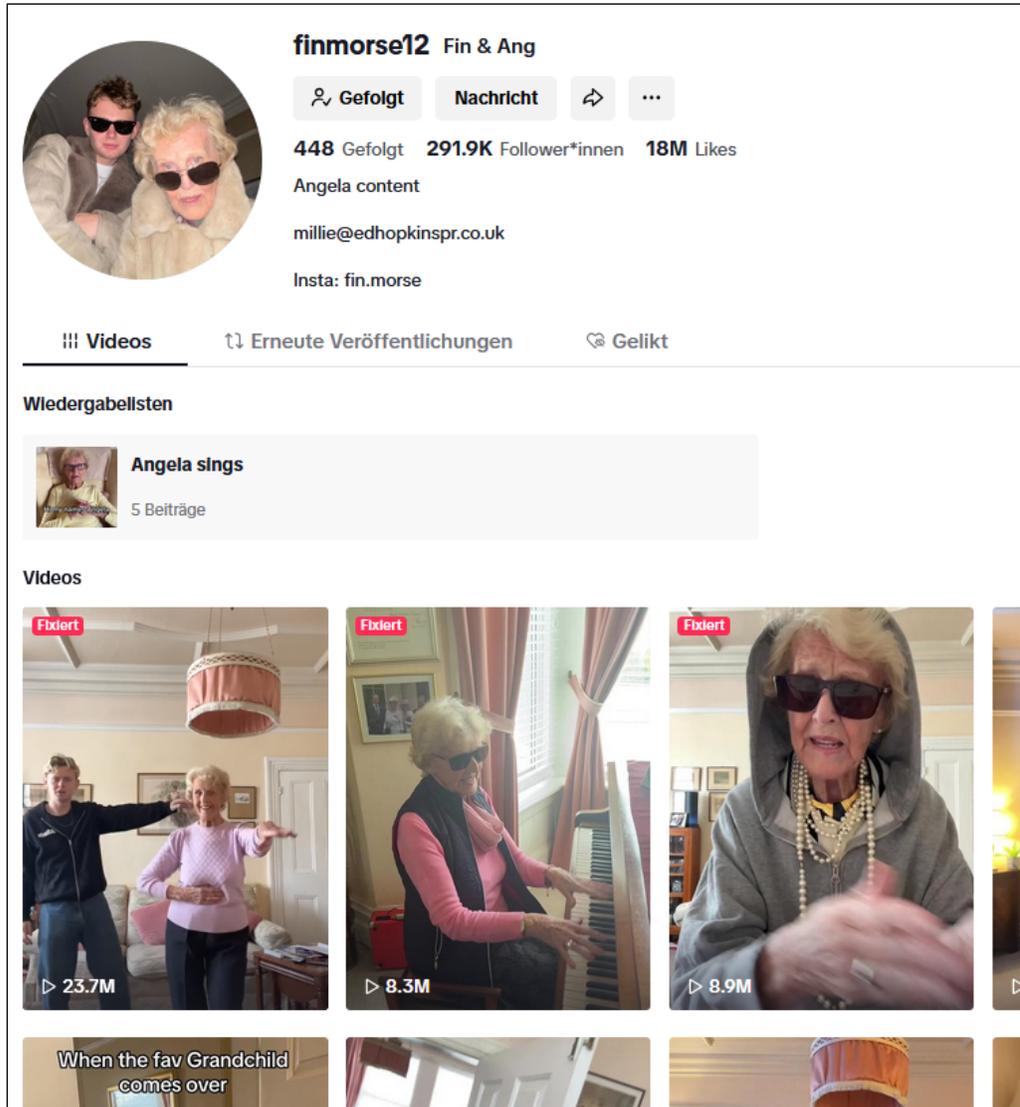
1 Jahr Garantie auf alle Produkte



KITCHEN MAMA



Angela Collins und Finn (finmorse12)



finmorse12 Fin & Ang

Gefolgt Nachricht

448 Gefolgt 291.9K Follower*innen 18M Likes

Angela content

millie@edhopkinspr.co.uk

Insta: fin.morse

Videos Erneute Veröffentlichungen Gelikt

Wiedergabelisten

Angela sings 5 Beiträge

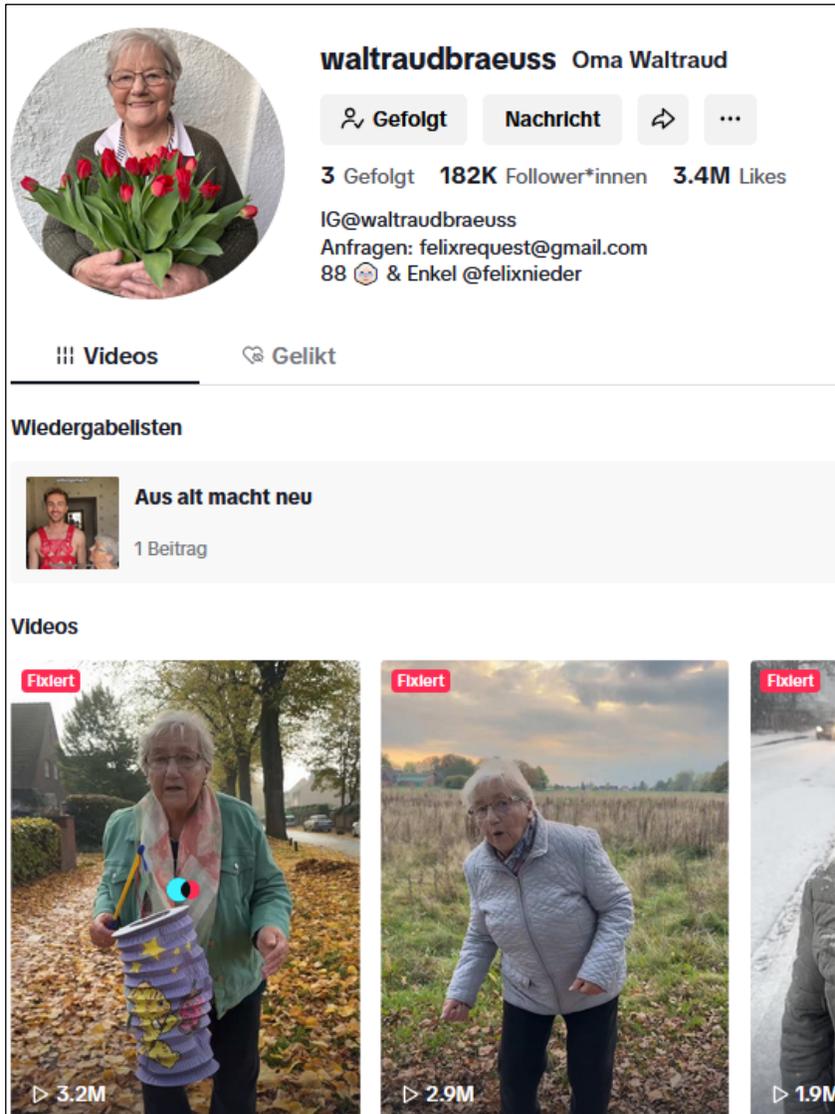
Videos

23.7M 8.3M 8.9M

When the fav Grandchild comes over



Waltraud Bräuß (Oma Waltraud)



waltraudbraeuss Oma Waltraud

Gefolgt Nachricht

3 Gefolgt 182K Follower*innen 3.4M Likes

IG@waltraudbraeuss
Anfragen: felixrequest@gmail.com
88 🧑 & Enkel @felixnieder

Videos Gelikt

Wiedergabelisten

Aus alt macht neu
1 Beitrag

Videos

- Fixiert 3.2M
- Fixiert 2.9M
- Fixiert 1.9M



Lilian Droniak (grandma_droniak)

grandma_droniak Gefolgt Nachricht senden

955 Beiträge 3,5 Mio. Follower 1 Gefolgt

Grandma Droniak
Model
I'm a celebrity and a 95 year old grandma.
Yes i can be your grandma too
contact @kevindroniak for business inquires.
www.bonfire.com/store/grandma-droniak-merch/?srsltid=AfmBOorcMQ1RKTskhSDzqN0w3...

erikarischko und advancedstyle sind Follower

Selfies

BEITRÄGE REELS MARKIERT

nursing home room tour

it took me 90+ years to become famous. dont give up girls gays and theys

judging tony outfits

dont say no to going out, youre not getting any younger and when



Helen Ruth Elam van Winkle (baddiewinkle)

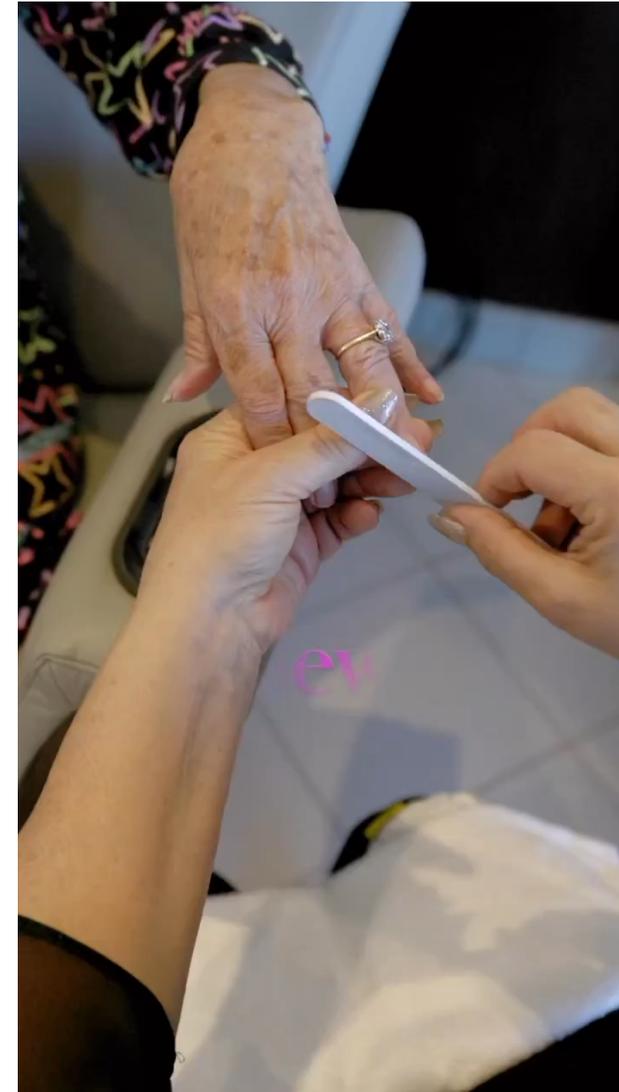
baddiewinkle Gefolgt Nachricht senden +id ...

331 Beiträge 3 Mio. Follower 28 Gefolgt

Helen Van Winkle
Kirche Gottes
Stealing yo man Since 1928

seniorstylebible und advancedstyle sind Follower

BEITRÄGE REELS MARKIERT



Natalina Moroni (nonnanatalina)



nonnanatalina1935 Nonna Natalina

Gefolgt Nachricht

52 Gefolgt 3.8M Follower*innen 44.4M Likes

Il mio primo libro: La Cucina delle cose buone é disponibile!!! ❤️

www.nonnanatalina.it

Videos Erneute Veröffentlichungen Gelikt



136.2K



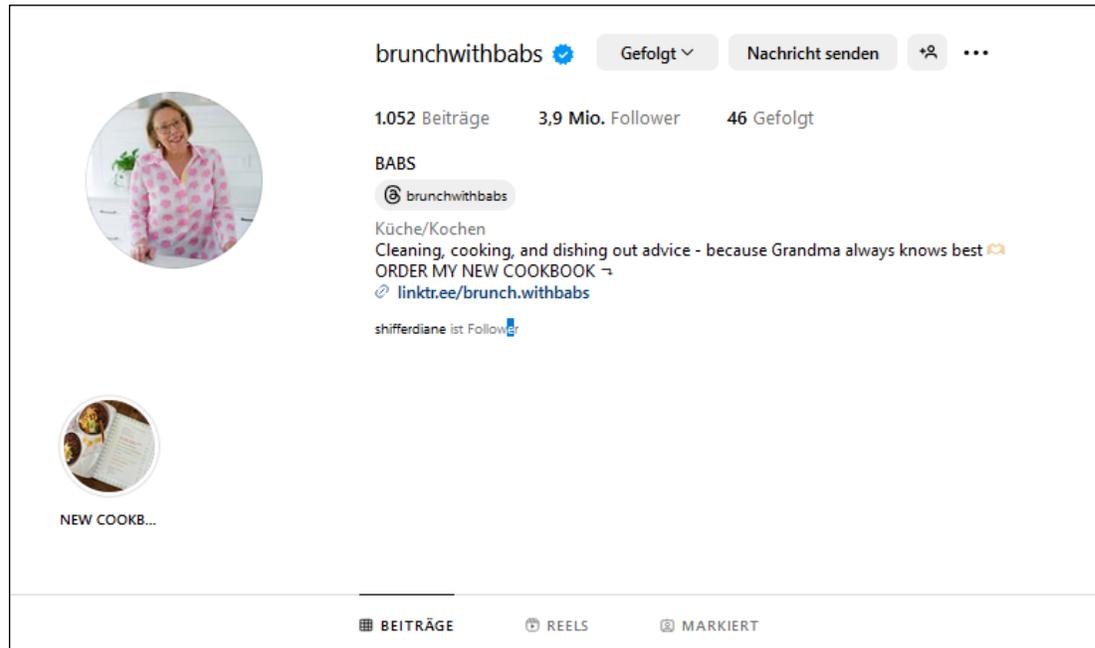
695K



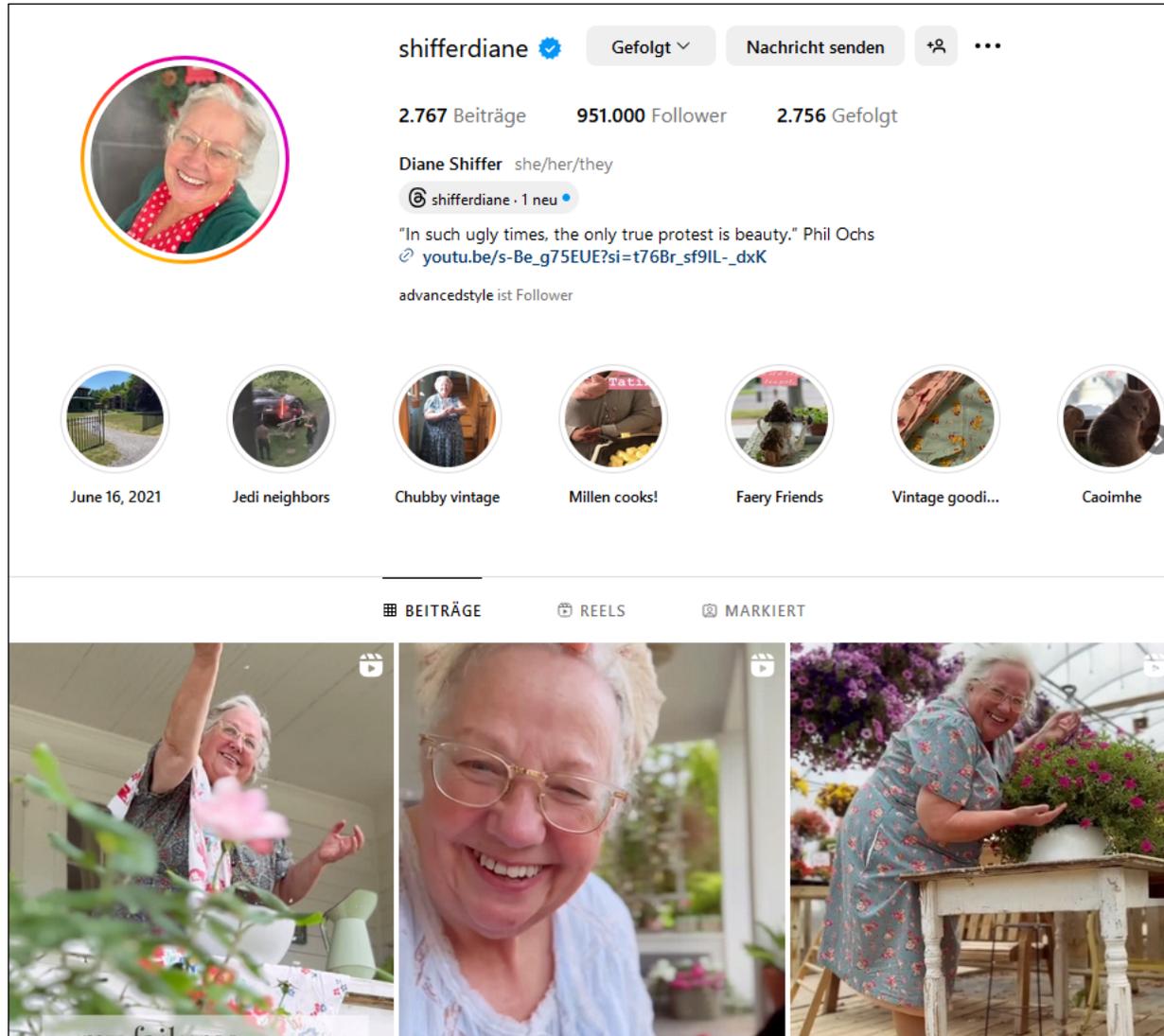
31.6K



Barbara Costello (brunchwithbabs)



Diane Shiffer (shifferdiane)



shifferdiane  Gefolgt Nachricht senden +8 ...

2.767 Beiträge 951.000 Follower 2.756 Gefolgt

Diane Shiffer she/her/they

 shifferdiane · 1 neu

"In such ugly times, the only true protest is beauty." Phil Ochs
youtu.be/s-Be_g75EUE?si=t76Br_sf9IL-_dxK

advancedstyle ist Follower

June 16, 2021 Jedi neighbors Chubby vintage Millen cooks! Faery Friends Vintage goodi... Caoimhe

BEITRÄGE REELS MARKIERT



Erika Rischko (erikarischko)

Nutzer*innen

 **erikarischko** ✓
Erika Rischko · 1.6M Follower*innen
85 yrs old fitness junkie 🥳 and "dancer" 😊

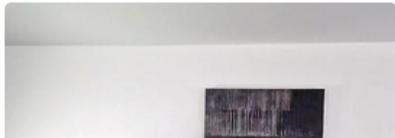
Gefolgt

Videos

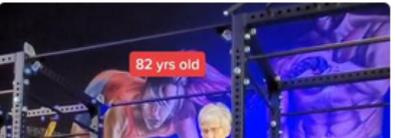

80 yrs old
901K
#duet with ...
erikarischko ✓ 2020-7-6


82 yrs old
5939
10kg per plate 🤪🔥 yes, the...
erikarischko ✓ 2022-1-25


200
#ErikaRischko wurde mit 83...
bunte.de ✓ 2023-5-23


82 yrs old


82 yrs old


82 yrs old



Aki and Koichi (akiandkoichi)

The screenshot shows the Instagram profile for akiandkoichi. The profile picture is a circular image of an elderly couple. The bio includes: "Aki and Koichi", "Digital Creator", email "akiandkoichi@suzustudio.com", handle "akiandkoichi", and "Managed by @yurikafoundit @suzustudio". There are 371 posts, 1.2 million followers, and 181 accounts followed. The post grid shows a red UGG advertisement, a couple with a dog, a family group, and a woman in a green dress.



Jannik Diefenbach und Alojz Abram (jaadiee)

jaadiee Folgt Nachricht senden ...

741 Beiträge 2,6 Mio. Follower 1.267 Gefolgt

Jannik
Fotograf/in
Personal photographer and grandson of Gramps
Other accounts @byjaadiee @bygramps
Agency @altbaucativestudios
Kontakt... mehr
www.jaadiee.com und 4 weitere

akiandoichi und rosi_aus_mainz sind Follower

LA 22 DIOR SS22 GRAMPS x A... TommyNow Milan Unboxing

BEITRÄGE REELS MARKIERT

Them: "He's too old to do something cool"

jaadiee Hamburg ...

jaadiee Hamburg recap - what an amazing trip 🥰👏
6 Wo. Übersetzung anzeigen

Für dich ...

sherlinanym Schönste Stadt Deutschlands 🇩🇪👏
6 Wo. Gefällt 8 Mal Antworten
— Antworten ansehen (1)

ngurenoni Always got your swag on! 🥰👏
6 Wo. Gefällt 3 Mal Antworten Übersetzung anzeigen

tillajr Where can I buy first pic sweater?
6 Wo. Gefällt 1 Mal Antworten Übersetzung anzeigen
— Antworten ansehen (1)

ljubaveurope Ljubav
6 Wo. Gefällt 3 Mal Antworten

izo_boii 🥰👏
6 Wo. Gefällt 1 Mal Antworten

daron_madak I wish you all the best! 🥰👏
5 Wo. Gefällt 1 Mal Antworten Übersetzung anzeigen

yunghomie1 This man got swag more than me 🥰👏
6 Wo. Gefällt 1 Mal Antworten Übersetzung anzeigen

vilgaaaxx Daamn 🥰
6 Wo. Gefällt 1 Mal Antworten

__godson__ Just a chill guy 🥰
6 Wo. Gefällt 14 Mal Antworten Übersetzung anzeigen

Gefällt 20.441 Mal
8. Mai

Kommentieren ... Posten

Iris Apfel (iris.apfel), Sacramento Amate (mispapelicos), Andrés García-Carro (thespanishking)

iris.apfel Gefolgt Nachricht

1.642 Beiträge 3 Mio. Follower 21

Iris Apfel
 @iris.apfel

Person des öffentlichen Lebens
 August 29, 1921 - March 1, 2024
 More is more & less is a bore.
 #IrisApfel #IrisYourCloset
 @irisapfel.komi.io

britt.kanja, jaadiee + 2 weitere Personen sind Follower

BEITRÄGE REELS MARKIER

mispapelicos Gefolgt Nachricht senden +A ...

895 Beiträge 611.000 Follower 477 Gefolgt

Sacramento Amate
 Digital Creator
 MODA SOSTENIBLE
 Contact: mispapelicos@gmail.com
 I paint my days with clothes as a means of art and self-expression
 @ www.tiktok.com/@mispapelicos?_t=8XvGT681Y2A&_r=1 und 1 weitere
 britt.kanja, seniorstylelible und advancedstyle sind Follower

BERLIN MAY... 080 April 2025 BFW Enero 2... SCOTLAND 24 Berlinfweek24 Aragón 24 Comberton ...

BEITRÄGE REELS MARKIER

thespanishking_ Gefolgt

220 Beiträge 61.400 Follower 1 Ge

THE SPANISH KING
 Person des öffentlichen Lebens
 93 YEARS. MADE IN SPAIN. THE REAL KING
 Management @celinevanheel
 @ amp.cnn.com/cnn/2023/07/04/style/the-sp

<3 Familia LIFE PRESS Cos

BEITRÄGE REELS MARKIER

Ari Seth Cohen (advancedstyle)

advancedstyle Gefolgt Nachricht senden +8 ...

5.728 Beiträge 902.000 Follower 3.116 Gefolgt

Ari Seth Cohen
@advancedstyle

Author, photographer, and creator of the AdvancedStyle Books and Film featuring style+creativity+stories from the senior... mehr
www.amazon.com/stores/Ari-Seth-Cohen/author/B00AEF6S2K?ref=ap_rdr&isDramIntegrate..

britt.kanja, g.krabbenhoft + 2 weitere Personen sind Follower

BTS AdvancedStyl... Legends

BEITRÄGE REELS MARKIERT

Ari Seth Cohen



Überblick

Vielfalt an Themen:

- Mode
- Lifestyle / Attitude
- Heim und Küche
- Fitness
- Musik und Tanz

Womit funktionieren diese Accounts?

- Paradiesvögel (mehr oder weniger schrill)
- (schräger) Humor, Anzüglichkeiten, Ironie
- Kenntnisse, Weisheiten und Lebenserfahrung teilen
- Freude am Leben zum Ausdruck bringen
- Kontrast zwischen „jungen“ Verhaltensweisen und hohem Alter

Beobachtung 1

In den meisten Fällen:

Die älteren Influencer*innen machen die ganze Sache nicht selbst.

Meistens: Erste Idee und Zusammenarbeit mit einer jungen Person (oftmals Enkel*in)

Umgang mit dem Alter:

- Manche machen ihr Alter explizit zum Programm
- Andere bringen implizit ihr Alter ein (über Lebensweisheiten oder über langjährige Erfahrung).
- Wieder andere thematisieren ihr Alter in keiner Weise.

Beobachtung 3

Gemeinsamkeit bei allen:

Das hohe Alter bringt

- zusätzliche Authentizität und Credibility
- einen gewissen Extra-Kick

Verändern sich Altersbilder?

- Im Vergleich zu ihrem Anteil an der Bevölkerung sind Ältere auf Social Media extrem unterrepräsentiert
- Klassische Bilder werden bedient oder positiv gebrochen
- Man sieht nicht oder nur ganz selten schwierige Lebenssituationen

Gibt es mehr Verständnis zwischen „den Generationen“?

Retirement House (retirementhouse)

retirementhouse ✓ Retirement House

[Gefolgt](#) [Nachricht](#) [Teilen](#) [Mehr](#)

278 Gefolgt 6.4M Follower*innen 173.1M Likes

Seniors In Our Golden Years ✨
Your Internet Grandparents ❤️

[Link.me/retirementhouse](https://link.me/retirementhouse)

☰ Videos ↕ Erneute Veröffentlichungen 📁 Gelikt

Wiedergabelisten

Three Grandpas on a Bench
3 Beiträge

Videos

71.6M

12.3K

2633



Vielen Dank!