

- 7 Vorwort**
- 9 Zukunftslust statt Zukunftsfrust**
- 9 Droht der Untergang des Abendlandes?  
11 Die Macht der Daten und Fakten  
14 Der Weg ist das Ziel!
- 17 Von Pinguinen, Nonnen und Elefanten**
- 17 Von Pinguinen  
19 Von Nonnen  
21 Von Elefanten  
22 Die schönsten Beispiele schreibt das Leben
- 27 Rollen vorwärts**
- 27 Neue Männer braucht das Land  
29 *Geburtenrate ist ein Männerthema*  
33 *Erzieher und Pfleger dringend gesucht*  
36 *Frauenpolitik ist die beste Männerpolitik*  
48 Von gechillten Oldies, neugierigen Kids und gestressten Middle-Agern  
51 *Gechillte Oldies*  
56 *Neugierige Kids*  
62 *Gestresste Middle-Ager*  
66 Gemeinsam sind wir stark  
68 *Politik: Lieber gemeinsam als einsam*  
72 *Das Bürgerschaftliche Engagement auf dem Vormarsch*  
78 Politiker/innen 2.0 – Update dringend gesucht  
80 *Demografischer Wandel ist Chefinnensache*  
82 *Generationengerechtigkeit erfordert Mut*
- 87 Nicht alle „Visionen“ müssen ärztlich behandelt werden**