

Inhalt

Zu diesem Buch	9
Ursula Lehr	
<i>Das Märchen vom Ruhestand: Es war einmal</i>	11
Diether Wolf von Goddenthow	
<i>Ruhestand ohne Ruhe und Stand</i>	21
Das Märchen vom Ruhestand	21
Ruhestand und Dynamik	23
Geschichtliches zum Älterwerden	25
Biblisches Alter 26 · Heraklit und Platon 28 · Cato maior de senectute 29 · Weise und Greise im Mittelalter 32	
Ruhestand, ein arbeitgesellschaftlicher Mythos	34
Vorurteile – ohne Ruhe und Stand	38
Altersstufen im Recht: Jugend, Erwachsene, Alte 38 · Ohne Ruhe und Stand: Rüstige Alte sind heute nicht mehr die Ausnahme 39 · Die „Alten-Rolle“ 39 · Angst vor der Freiheit 42 · Nicht zum Ruhestand rüsten – auch im Alter aktiv bleiben 43	
Im Alter aktiv bleiben – Gesunde Aktivität	45
Perspektiven, Chancen, Lebenssinn	47
Lebenserwartungen 47 · Chancen und Perspektiven 47	
Reinhard Schmitz-Scherzer	
<i>Anders älter werden</i>	51
Einleitung	51
Der Alltag älterer und alter Menschen	52
Alte Menschen – keine homogene soziale Gruppe 52 · Funktionen des Alltags für ältere Menschen 54 · Das Zeitbudget älterer Menschen 56 · Das Freizeitverhalten älterer Menschen 57 · Die allgemeine Kompetenz älterer Menschen 60	
Möglichkeiten einer Vorbereitung auf das Altern	61
Institutionelle Möglichkeiten 61 · Möglichkeiten für die Vorbereitung auf das eigene Altern 63 · Allgemeine Ziele einer Vorbereitung auf das Alter 64	

Seniorenpolitik	65
Anders älter werden?	65
<i>Das Altern der Intelligenz: Nicht nur Abbau</i>	67
Paul B. Baltes	
Gerontologie	68
Alter als Problem der modernen Gesellschaft 68 · Drei Themen gerontologischer Forschung 70 · Die Wahrnehmung des Alters 71 · Intelligenz im Alter 72 · Das maximale Lebensalter 73 · Lebens- und Entwicklungsziele im Alter 75 · Zur Legitimationsproblematik der Bildung im Alter 76 · Lebensarbeitszeit mit längeren Unterbrechungen 79	
Kurt Rommel	
<i>Leben loslassen</i>	81
Abschiednehmen als Christ – Himmel oder Hölle?	81
Alle Menschen müssen Abschied nehmen	81
Im Leben vom Tod umfassen	82
Im Tod vom Leben umfassen	84
<i>Anders arbeiten, Aufgaben entdecken, Lebensgewinn schöpfen</i>	86
Helmut Wöllner	
<i>Die Vorbereitung aufs Alterwerden</i>	86
Heinrich Oepen	
<i>Graue Haare und noch lernen?</i>	89
Was Hänschen nicht lernt...	91
Bewegung ist Leben	93
Zur internationalen Entwicklung des Seniorenstudiums	95
Österreich 96 · Deutschland 96 · Ostberlin 99 · Die ersten Altersuniversitäten 99 · Schweiz 99 · Frankreich 100 · Belgien 100 · Polen 100 · Schweden 101 · Großbritannien 101 · Allgemeines zum Entstehen des Seniorenstudiums 101 · USA 103 · UdSSR 103 · Adressen zum internationalen Seniorenstudium 104	
<i>Mit 70 Jahren promovieren, warum denn nicht?</i>	106
Es gibt keine Altersgrenze im Recht auf Bildung (Diether Wolf v. Goddenthow)	106

Senioren-Hochschulangebote	109
Freie Universität Berlin (Reinhard Franke) 109 · Universität Dortmund (Ludger Veelken) 111 · „Universität des 3. Lebensalters“ in Frankfurt a. M. 117 · Das Marburger Modell des Seniorenstudiums (J. Baltzer) 120 · Universität Oldenburg (Barbara Fülgraff) 123 · Weitere Hochschulangebote (Diether Wolf von Goddenthow) Gießen 127 · Hildesheim 128 · Kassel 128 · Mannheim 129 · Osnabrück 129 · Universität des Saarlandes 129 · Schwäbisch Gmünd 131 · Stuttgart 132 · Seniorenhochschulangebote zur Diskussion (Adressen) 132	
Akademien erfolgreicher Erwachsenenbildung	133
Kirchliche Erwachsenenbildung 133 · Katholische Bildungseinrichtungen 134 · Evangelische Bildungsstätten 136 · Private und politische Bildungsstätten 138	
Volkshochschulen	140
Sonstige Bildungseinrichtungen	142
Funkkolleg 142 · Telekolleg 142 · Fernstudium und Fernunterricht 143	
Soziale Aufgaben	144
Die zentralen Aufgaben der Verbände der freien Wohlfahrtspflege 144 · Die Arbeiterwohlfahrt 145 · Das Diakonische Werk der EKD 146 · Der Deutsche Caritasverband 147 · Das Deutsche Rote Kreuz 148 · Der Deutsche Paritätische Wohlfahrtsverband 149 · Hinweis für Selbsthilfegruppen 149	
Selbsthilfe-Initiativen: Verbände für Hilfe und Freizeit . .	150
Katholische Arbeitnehmerbewegung Westdeutschlands 150 · Die Lebensabend-Bewegung (LAB) 151 · LAB-Wiesbaden 151 · Das Deutsche Sozialwerk e.V. 152 · Senioren-Schutz-Bund (SSB) „Graue Panther“ e.V. 155	
Neue Aufgaben, Herausforderungen und Betätigungen . .	156
Aktionsgruppen 156 · Animateur 158 · Arbeitslosen-Stützpunkt 159 · Arbeitslosen-Patenschaft 160 · Basteln 160 · Beratungsdienst 161 · Besuchsdienste 162 · Flohmarkt 163 · Genealogie 164 · Home-Sitting 164 · Kinderfest-Mentor 165 · Möbel-Restaurierung 165 · Porzellan-Restaurierung 166 · Pupp doktor 166 · Reisen 167 · Sammeln 169 · Telefonkette 169 · Theater 171 · Töpfern 172 · Unterhaltung und Entspannung 173 · Video 174	

<i>Das Märchen vom „Ruhestand“ beispielhaft belegt</i>	175
Hans Schetter: Umweltschutz, Denkmalpflege, Essen auf Rädern	176
Mit 104 Jahren Deutschlands älteste Selbstversorgerin	179
Professor Dr. Anitra Karsten: „Vom Ruhestand zum Aktivstand“	180
Elisabeth Molle-Kosa: „Eigentlich wird das Alter alt gemacht“	182
LIVE-Akademie Stuttgart	184
Günther Schwarz: „Denkende Menschen aller Länder vereinigt Euch!“	189
„Über Ruhestand kann ich nicht mitreden“	192
Unternehmerstart Köln e. V.	195

Diether Wolf von Goddenthow

<i>Bundesweite Aktionen zum Mitmachen</i>	199
---	-----

Aktion: Treffpunkte der Generationen	199
--------------------------------------	-----

Aktion: „Das Märchen vom Ruhestand“	202
-------------------------------------	-----

Thesen für ein neues Alternsverständnis 202 · Jung und Alt suchen einen neuen Begriff für „Ruhestand“	205
---	-----

Anhang

Adressen	208
----------	-----

Literaturverzeichnis	214
----------------------	-----

Register	219
----------	-----