

Inhaltsverzeichnis

Einleitung (Lilo Berg)	8
Altgeworden	
Glücklich wie am ersten Tag (Evelyn Roll)	15
Warten, bis endlich jemand kommt (Bärbel Teubert) ...	19
Drei Generationen unter einem Dach (Karl Forster)	23
Geborgenheit im Wohncontainer (Hans-Jörg Heims) ..	27
Rückblick – Überblick – Ausblick	
Noch liegen viele Fähigkeiten brach (Lilo Berg)	31
In hundertzwanzig Jahren von der Pyramide zum Pilz (Josef Schmid)	39
Weise Ratgeber, resignierte Greise (Jürgen Busche) ...	44
Antworten der Wissenschaft	
Gesucht: Der Methusalem-Faktor (Barbara Ritzert)	47
Alt werden und dabei doch die alten bleiben (Lilo Berg)	53
Wovon leben?	
Mach mal Pause, mittendrin! (Dagmar Deckstein)	62
Nagelprobe für den Generationenvertrag (Jürgen Forster)	68
Im Dickicht der Offerten (Stefan Weber)	74
Aufgaben der Politik	
Senioren in die Arena! (Martin E. Süskind)	78
Plötzlich wertlos (Albrecht Hinze)	83
Was wir von den Dänen lernen können (Jens Schneider)	87
Erfahrungen	
Der Vitaminprophet aus Palo Alto (Klaus Podak)	93
Die Freiheit der späten Jahre (Anne Rose Katz)	101
Sterben	
Beistand in den letzten Stunden (Reymer Klüver)	108
Erlösung für wen? (Elmar zur Bonsen)	113
Im Angesicht des Todes das Gesetz des Lebens erkennen (Martin Urban)	117

Lebensformen

Drei Generationen auf dem Drahtseil

(Heidrun Graupner) 123

Souverän an der Zucchini-Taste (Jeanne Rubner) 128

Altengerechte Wohnungen sind noch Mangelware

(Birgit Matuscheck-Labitzke) 134

Alte wollen keine Altensendungen (Martina Kaiser) ... 140

Über das Recht auf Mobilität im Alter (Marion Zellner) 144

Sinnvoller Ruhestand

Experten im Dienste Jüngerer (Cornelia Bolesch) 149

Modellgenossen (Felix Spies) 154

Wenn die späte Lust am Lernen erwacht

(Jeanne Rubner) 158

Wer reist, der rostet nicht (Jenny Kreyszig) 164

In Schwung bleiben

Spielend die Kräfte erhalten (Ludger Schulze) 169

Geistig fit mit Simonides (Lilo Berg) 174

Bewußtes Essen ist nie wichtiger als im Alter

(Monika Offenberger) 178

Zähes Ringen um die Selbständigkeit

(Marianne Heuwagen) 182

Nachwort: Die Alten kommen (Lilo Berg)..... 188

Anhang

Weiterführende Literatur 192

Wichtige Adressen 195

Zu den Autoren 200

Register 202

Abbildungsnachweis 206