

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
*Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.*

DIDAKTIK

Lebens?
INITIATIVE fragen

D

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?

*Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.*

Lebens? INITIATIVE fragen



Fast alle wollen älter werden, aber fast niemand will alt sein. Doch Altern und gebrechlicher zu werden ist unausweichlich, wenn man am Leben bleibt. Damit verbindet sich die Frage, ob und wie wir in Würde alt werden können, ob es nur Schicksal ist oder doch auch Gestaltungsspielräume bietet. Die individuelle Frage des Altwerdens hat zugleich gesellschaftliche, soziale Aspekte, die belasten und entlasten können, und manchmal ist auch das Zusammenleben in Familien davon geprägt. Die Alten sind auf dem Weg, die Mehrheit zu werden. Einige fragen: Sind die Jungen die Dummen und die ganz Alten – gesellschaftlich gesehen – nur noch Auslaufmodelle mit fallendem Wert, eine Altlast?

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
 Was, wenn die Spielräume
 immer enger werden?
 Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
 und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

! Impuls

Altwerden ist eine private und gesellschaftliche Herausforderung

Die Kurs-Einheit will helfen, die eigene Sicht auf das Altwerden in den Blick zu nehmen und gleichzeitig spielt dabei immer auch die gesellschaftliche Dimension eine Rolle. Besonders in einer überalternden Gesellschaft stehen wir vor großen gesellschaftlichen Herausforderungen. Die Zahl an Erkrankungen nimmt zu, und die Wahrscheinlichkeit, an Demenz zu erkranken, steigt mit jedem Lebensjahr an. Diese Dimension wirkt sich auch auf das eigene Einverständnis mit dem eigenen Altwerden aus. Diese Einheit will einerseits helfen, die individuellen Aspekte in den Blick zu nehmen, vor allem auch die eigene, manchmal unbewusste Sicht auf das Altern. Und sie will zum anderen die soziale, gesellschaftliche Seite einbeziehen, die sich in der konkreten politischen Situation vielfach widerspiegelt. Bei all dem gibt es menschliche Geschichten über das Altern in der Bibel. Sind sie Hilfe? Sind sie Trost oder passen Sie vielleicht gar nicht mehr in unsere Zeit?



Altwerden ist nichts für Feiglinge!
 Was, wenn die Spielräume
 immer enger werden?
 Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
 und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

Aktionsschritt

Betrachten Sie die Bilder-Wand mit den
 ausgedruckten Fotos.

→ Siehe unter ARBEITSMATERIALIEN

Austausch

Tauschen Sie sich mit einem Gesprächspartner
 oder einer Gesprächspartnerin aus zu den
 Fragen:

Welches der Bilder beschreibt für Sie am
 besten das Altern?

Welches Bild löst in Ihnen den stärksten
 Widerstand aus, wenn Sie an Ihr Altern denken?



Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

! Impuls

Gefahren und Chancen des Altwerdens



Buchtitel sind Botschaften. „Die Entfernung vom Wolfsrudel. Über den drohenden Krieg der Jungen gegen die Alten“ – „Kampf der Generationen“ – „Das Methusalem-Komplott“ – „Chancen des Alters, – „Alt werden ist nichts für Feiglinge“.

„Nicht alle Hochbetagten sind gesund. Viele leiden unter starken Beeinträchtigungen des Bewegungsapparates und überhaupt der Sinneswahrnehmungen. Vom 80. Lebensjahr an nimmt überdies die Gefahr, an Alzheimer zu erkranken, drastisch zu. Doch die Berliner Altersstudie hat viele Belege dafür erbracht, dass das Alter eben nicht als die soziale Hölle erlebt wird, die sich die Jüngeren ausmalen.“

(F. Schirmacher, Das Methusalem-Komplott, 2004, S. 196)

Es ist eine große Spannung – die einen betonen die Härte des Altwerdens. Sie scheinen Altern nur als Verlustgeschichte zu sehen und als Belastung für die Gesellschaft, die eine Menge Konflikt-Potential enthält. Ganz anders der Blick, wenn jemand von Chancen des Alters spricht. Seltsam - nicht Gefahren, Chancen. Möglichkeiten. Kann es sein, dass sich erst im Alter manche Türen auftun?

**Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.**



Lebens? INITIATIVE fragen

Beides gilt, es muss also auch beides thematisiert werden – die Gefahren und die Chancen und Möglichkeiten. Und beides benötigt Mut. Mut, den Gefahren zu begegnen und Mut, die neuen Türen zu öffnen.

Aktionsschritt

Spielen Sie die folgenden zwei Lieder ein.

→ Siehe Texte unter VERTIEFUNGEN

Konstantin Wecker, Es geht zu Ende
CD: Wut und Zärtlichkeit 2012

Udo Jürgens, Mit 66 Jahren
Album: Lieder, die auf Reisen gehen 1977

Austausch

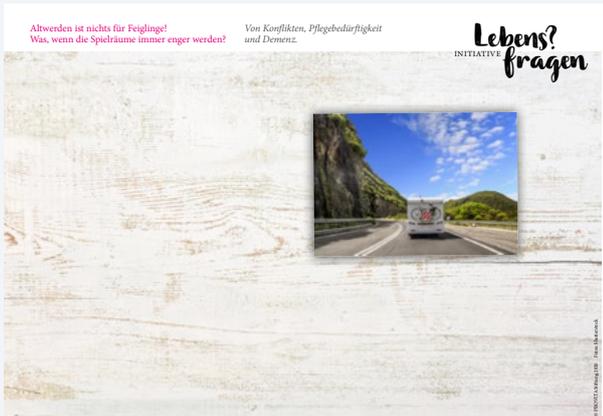
Bilden Sie zu jedem Lied eine Gruppe und kommen Sie zu den folgenden Fragen ins Gespräch:

Warum haben Sie sich für diese Gruppe entschieden?

Was spricht Sie an diesem Lied an?

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen



! Impuls

Verschiedene Phasen des Alterns

Es gibt nicht das Altern und das Altsein. Es sind vielmehr sehr unterschiedliche Altersphasen, die darüber bestimmen, welchen Blick man auf das Altern einnimmt.

Am Anfang stehen die jungen Senioren, die nach dem Eintritt in die Nachberufs-Phase die selbstbestimmte Freiheit erleben und wahrnehmen. Nicht mehr verpflichtet sein, nicht mehr durch vorgegebene Aufgaben gebunden sein. Reisen können, die freie Zeit gestalten können. Lang gehegte Pläne verwirklichen. Freundschaften pflegen. Kurz: Freiheit.

Es gehört zur Wirklichkeit – Alte vor der Frage nach dem Alleinleben. Nicht alle werden als Paar alt und haben das „Glück“, gleichzeitig zu sterben. Der oder die Eine überlebt den Anderen oder die Andere. Damit ist die schmerzhafteste Verlusterfahrung gegeben: ich muss lernen, allein zu leben.

Alte und das Seniorenheim – betreutes Wohnen. Wenn es allein nicht mehr geht, bleibt für viele nur der Wechsel in ein Heim. Zuerst nur betreutes Wohnen, dann Heim, Vollzeit-Betreuung. Es ist ein langsamer Verlust an Selbstständigkeit, auch an Selbstbestimmung. Nicht jede und nicht jeder sagt, nach dem Auszug aus der eigenen Wohnung, dem eigenen Haus: Ich bin entlastet. Ich muss nicht mehr ein zu großes Haus und einen zu großen Garten in Ordnung halten.

Altwerden ist nichts für Feiglinge! Was, wenn die Spielräume immer enger werden?

*Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.*

Lebens? INITIATIVE fragen



Schließlich gibt es die pflegebedürftigen Hochaltrigen. Immer noch klar bei Verstand, aber körperlich längst nicht mehr eigenständig. Auf Hilfe angewiesen, die manchmal auf sich warten lässt. Es dauert, bis jemand kommt. Der Pflegedienst in das eigene Haus, die Pflegekraft in der Einrichtung. Leben scheint nur noch Warten zu sein. Zu guter Letzt: Palliativ-Medizin. Eine Begleitung Lebender auf dem letzten Wegabschnitt. Möglichst schmerzfrei. Möglichst würdevoll. Immer geprägt von dem Respekt vor dem gelebten Leben. Mit dem Hospiz- und Palliativgesetz 2015 ist die Palliativversorgung zu einer Regelleistung erhoben worden. Es ist gesellschaftlich wünschenswert, dass die Palliativ-Medizin noch stärker ins Bewusstsein der Menschen kommt, damit dem oder der Einzelnen geholfen werden kann, für sich selbst in Absprache mit dem familiären Umfeld Lösungen zu suchen und auch finden zu können.

Die meisten Deutschen – über 80 % – wollen zuhause sterben. Sie wissen, dass das heißt auch zuhause gepflegt zu werden. Dieser Wunsch entspricht nicht der Realität. Aber er macht Druck. Vor allem auf Frauen, Töchter oder Schwiegertöchter, die mehrheitlich die Pflege übernehmen. Neben dem Beruf oder verbunden mit einer beruflichen Auszeit.

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

Auch wenn sich die gesetzlichen Rahmenbedingungen, z. B. mit der Einführung der Verhinderungspflege¹, in den letzten Jahren deutlich verbessert haben, bringt die Pflege von Angehörigen die Pflegenden häufig an den Rand ihrer Belastungsgrenze – und manchmal auch darüber hinaus. Die finanziellen Folgen können etwas abgefedert werden, die psychische Belastung bleibt.



Austausch

→ Siehe Texte unter ARBEITSMATERIALIEN

Vor welchen Herausforderungen stellen die unterschiedlichen Altersphasen die Betroffenen und die, die mit ihnen umzugehen haben?

- Was erleben nach Ihrer Kenntnis Menschen, die gebrechlich, pflegebedürftig und dement werden?
- Welche Ängste haben sie?
- Wie verändern sich die Beziehungen zum Partner, zu den Kindern, zu den Angehörigen?
- Was erleben ihre Angehörigen?
- Welche Ängste haben die Angehörigen?
- Welche Konflikte zwischen Eltern und Kindern können aufbrechen?
- Wo werden die jeweils verschiedenen Bedürfnisse gesehen? Oder auch nicht?
- Welche Erfahrungen haben Sie damit gemacht, sich auf eine gute Art abzugrenzen?

¹ Wenn Sie einen Angehörigen in seinem Zuhause pflegen, aber zeitweise verhindert sind, hat Ihr pflegebedürftiger Angehöriger unter Umständen Anspruch auf eine sogenannte Verhinderungspflege, kurz VHP.

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen



! Impuls

Füreinander Verantwortung tragen – Biblische Bilder

Einstiegsimpuls mit zwei biblischen Texten.

- 1: Ehre Vater und Mutter, auf dass Du lange lebest! (2. Mose 20, 12)
- 2: Ihr Väter, kränkt Eure Kinder nicht, auf dass sie nicht verzagen! (Kolosser 3, 21)

Der rote Faden in der Bibel: Alter verdient Achtung. Es geht nicht an, die Alten irgendwie abzuschieben. Das ist der Hintergrund des Gebotes: „Du sollst Vater und Mutter ehren“. Es ist eine Art Generationenvertrag – man wird ja, im Augenblick noch in der Lebensmitte, selbst einmal alt werden, hilfsbedürftig, und auf andere angewiesen sein. Doch oft genug wurde dieser Satz auch missbraucht, um Gehorsamsforderungen gegenüber Heranwachsenden durchzusetzen. Dieses Bibelwort ist aber kein Wort an pubertierende Jugendliche. Es richtet sich an die in der Lebensmitte. Sie sollen die alten Eltern nicht abschieben. Nicht zum Sterben aussetzen: „Ehre Vater und Mutter, auf dass Du lange lebest.“ Das Elterngesetz ist positiv formuliert. Es hat eine Verheißung. Die Eltern, die Alten sollen in Ehren gehalten werden – wörtlich: man soll ihnen Gewicht geben, Bedeutung zukommen lassen. Das erinnert uns daran, rechtzeitig gute und stabile Beziehungen aufzubauen und das Zusammenleben zu stärken und zu fördern, so dass das soziale bzw. familiäre Netz in den Zerreißproben erhalten bleibt.

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
*Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.*

Lebens? INITIATIVE fragen

Im Neuen Testament lesen wir folgenden Satz von Paulus: „Ihr Väter, kränkt eure Kinder nicht, auf dass sie nicht verzagen.“ (Kolosser 3,21) Alte Väter und Mütter tragen Verantwortung für die Jungen. Das bedeutet nicht nur den heranwachsenden, sondern auch den erwachsenen Kindern den Rücken stärken, sie zu ihrem eigenen Weg ermutigen und sie nicht mit Erwartungen überfordern. Das alles sind die Anforderungen an die Vorfahren. Von Zeit zu Zeit geht es um die reale Hilfe, materiell, möglicherweise auch durch Zeitzuwendungen als Großeltern. Es geht um einen Umgang, der allen Generationen gerecht wird. Das ist oft genug mühsam ins Gleichgewicht zu bringen und dabei Grenzen zu respektieren.

Dabei ist es wichtig, den Unterschied zur biblischen Zeit zu verstehen. Einige Voraussetzungen haben sich geändert. Dazu gehört u. a. der demografische Wandel. Immer weniger Jüngere stehen immer mehr Älteren gegenüber. Gleichzeitig steigt die Lebenserwartung, so dass junge Senioren und Seniorinnen ihre hochbetagten Eltern pflegen. Zusätzlich gibt es Umverteilungskonflikte: Soll die begrenzte Ressource Geld für Kitas und junge Familien oder für eine höhere Rente und eine bessere Qualität der Pflege und Betreuung Älterer eingesetzt werden?

Was bedeutet in diesem gesellschaftlichen Umfeld „Ehre Vater und Mutter, auf dass Du lange lebest.“ und „Ihr Väter, kränkt eure Kinder nicht, auf dass sie nicht verzagen.“?

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen



Austausch

Sprechen Sie über Erfahrungen und Einfälle,
die sich mit den beiden biblischen Sätzen ver-
binden!

→ Siehe Texte unter ARBEITSMATERIALIEN

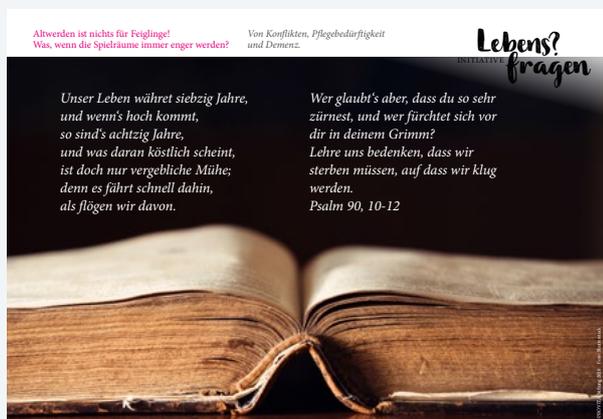
- Welche guten Modelle eines generationenge-
rechten Umgangs sind Ihnen bekannt?
- Was hat in der Vergangenheit funktioniert?
- Was davon wird auch in Zukunft funktionieren?
- An welchen Stellen haben Sie Konflikte
beobachtet?
- Woran haben sich diese entzündet?
Wie kann man diesen begegnen?

! Impuls

Reflektiere dein Leben!

Zu den biblischen Bildern gehören auch Gebete
aus der Perspektive des alternden Menschen.
So Psalm 90, der die Vergänglichkeit klagend zur
Sprache bringt:

*Unser Leben währet siebzig Jahre, und wenn's
hoch kommt, so sind's achtzig Jahre, und was dar-
an köstlich scheint, ist doch nur vergebliche Mühe;
denn es fährt schnell dahin, als flögen wir davon.
Wer glaubt's aber, dass du so sehr zürnest, und
wer fürchtet sich vor dir in deinem Grimm? Lehre
uns bedenken, dass wir sterben müssen, auf dass
wir klug werden. (Psalm 90, 10-12, Luther 2017)*



Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?

*Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.*

Lebens? INITIATIVE fragen

Obwohl wir wissen, dass wir sterben müssen, kommt der Tod meist „plötzlich und unerwartet“. Die Psalmworte wirken wie ein nüchterner Einspruch. Sie fordern heraus, sich, seinen Lebensstil und die eigenen Ziele, immer wieder zu reflektieren und achtsam mit sich und seinen Ressourcen umzugehen, schon in jungen Jahren. Vielleicht liegt darin der große Schatz der Weisheit, den heute schon Ältere den heute noch Jungen zur Verfügung stellen können. Wie schade, wenn sich das eigene Leben nur noch im Kreis der eigenen Generation bewegt. Bei der Auseinandersetzung mit der eigenen Vergänglichkeit, mit Leid und dem Thema des Loslassens bleiben viele Alte unter sich. Doch es ist ein Irrtum zu glauben, Themen wie Loslassen, Umgang mit Leid und Krankheit wären nur etwas für die Alten. Auch der junge Mensch hat eine Sensibilität für die eigene Endlichkeit. Könnten hier nicht Jung und Alt im Miteinander der Generationen Verantwortung füreinander tragen, miteinander ins Gespräch kommen? Verantwortlich leben heißt, für sein zukünftiges Ich vorzusorgen. Doch gerade hier entstehen die Konfliktherde: Von Jüngeren wird erwartet, dass sie sich um ihre eigene Familie kümmern, für ihre eigene Rente sorgen und für ihre Eltern da sind und Verantwortung tragen.

Viele haben oft das Gefühl, sich aufzureiben. Zusätzlich treffen sie dabei nicht selten auf ein misstrauisches, auf Selbstständigkeit beharrendes, älteres Gegenüber, das verletzt reagiert, weil es einen Eingriff in die eigene Freiheit fürchtet und sich im Fall der Überforderung mehr Unterstützung wünscht, um in der eigenen Selbstbestimmung nicht eingeschränkt zu werden.

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

6. EINHEIT / ARBEITSMATERIALIEN 6

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume immer
enger werden?
Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.

**Lebens?
INITIATIVE fragen**

Austausch

Bevor dieses beginnen kann, ist es hilfreich, sich vor Augen zu halten, welche Generationen vertreten sind und welche nicht.

Kann es sein, dass die, die im Heim sind und wegen Krankheit nicht teilnehmen können, „außen vor sind“?

Wie können diese mit eingebunden werden?

Wie können sich diese äußern und ihre Meinung kundtun?

An die Älteren unter uns:

Beschreiben Sie, was Sie Ihrem jüngeren „Ich“ gerne einmal im Hinblick auf Ihr Altwerden sagen würden, wenn Sie ihm begegnen könnten! Welchen Rat hätten Sie?

Worauf sollte Ihr jüngeres Ich achtgeben und was kann es ruhig vernachlässigen?

Was würden Sie Ihrem jungen Ich raten, was es für das eigene Altern lernen und einüben kann?

An die unter uns, die gerade Kinder groß gezogen haben und sich jetzt um ihre alten Eltern kümmern:

Beschreiben Sie, wie sich gerade fühlen – vielleicht wie eine „Sandwich-Generation“?

Was wünschen Sie sich für Ihre jetzige Situation?

Wie verändert die Situation Ihrer Eltern Ihre Vorstellung von Ihrem Alter?

An die Jüngeren unter uns:

Beschreiben Sie, was Sie sich für Ihr eigenes Altwerden wünschen! Gibt es Dinge, die Sie gerne erreichen wollen?

Wie wären Sie gerne im Alter?

Was wünschen Sie sich für Ihr älteres Ich und was können Sie dafür tun, diesen Wunsch zu erreichen?

Was wollen Sie für das eigene Altern lernen und einüben?

www.initiative-lebensfragen.de

Austausch

→ Siehe Texte unter ARBEITSMATERIALIEN

Bevor der Austausch beginnen kann, ist es hilfreich, sich vor Augen zu halten, welche Generationen vertreten sind und welche nicht. Kann es sein, dass die, die im Heim sind und wegen Krankheit nicht teilnehmen können, „außen vor sind“? Wie können sie mit eingebunden werden? Wie können sie sich äußern und ihre Meinung kundtun?

An die Älteren unter uns: Beschreiben Sie, was Sie Ihrem jüngeren „Ich“ gerne einmal im Hinblick auf Ihr Altwerden sagen würden, wenn Sie ihm begegnen könnten! Welchen Rat hätten Sie? Worauf sollte Ihr jüngeres Ich achtgeben und was kann es ruhig vernachlässigen? Was würden Sie Ihrem jungen Ich raten, was es für das eigene Altern lernen und einüben kann?

An die unter uns, die gerade Kinder groß gezogen haben und sich jetzt um ihre alten Eltern kümmern: Beschreiben Sie, wie Sie sich gerade fühlen – vielleicht wie eine „Sandwich-Generation“? Was wünschen Sie sich für Ihre jetzige Situation? Wie verändert die Situation Ihrer Eltern Ihre Vorstellung von Ihrem Alter?

An die Jüngeren unter uns: Beschreiben Sie, was Sie sich für Ihr eigenes Altwerden wünschen! Gibt es Dinge, die Sie gerne erreichen wollen? Wie wären Sie gerne im Alter? Was wünschen Sie sich für Ihr älteres Ich und was können Sie dafür tun, diesen Wunsch zu erreichen? Was wollen Sie für das eigene Altern lernen und einüben?

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
 Was, wenn die Spielräume
 immer enger werden?
 Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
 und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

! Impuls

Bedenken und mitnehmen

Indem Junge und Alte Freunde werden und Anteil geben, ohne belehrend zu sein, entsteht etwas Bleibendes. Solche Freundschaften schaffen Erinnerungen, die dem Jüngeren als Schatz bis zum eigenen Altwerden zur Verfügung stehen. Sie bieten dem Älteren den Trost, auch über das eigene Ende hinauswirken zu können.

Ein Abend zu sehr persönlichen Fragen und gleichzeitig zu gesellschaftlichen Herausforderungen.

Es sind drei Fragen, die wir bedenken und mitnehmen:

1. Die erste Frage können wir nur durch unser eigenes Leben anfangsweise beantworten: Kann man das Altern lernen und einüben?
2. Die zweite Frage weitet den Kreis und findet wahrscheinlich Fortsetzung im Familienkreis: Wie lassen sich Konflikte zwischen Eltern und Kindern im Hinblick auf unterschiedliche Bedürfnisse und Wünsche gut managen? Worauf ist bei Konflikten zu achten?
3. Die dritte Frage ist am ehesten „unbeteiligt“ zu diskutieren: Ist die Gesellschaft ungerecht? Wie viel Krankheit, Gebrechlichkeit, Pflegebedürftigkeit ist gesellschaftlich tragbar und bezahlbar? Läuft es wirklich auf den Kampf der Generationen hinaus? Kein Geld für Kitas, für junge Familien, aber immer mehr Geld für Rentner und Rentnerinnen, erst recht für Pensionen?

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

Austausch

Fragen Sie im Plenum:

- Welche der drei Fragen ist für Sie vorrangig?
- Welche würden Sie gern weiter verfolgen – im Gespräch mit anderen?
- Wenn mit den Bildern vom Anfang gearbeitet wurde, ist es möglich, auch auf folgende Fragen einzugehen:
- Hat dieser Abend etwas an Ihrer Sicht auf das Alter verändert?
- Wenn ja, würden Sie das Bild wechseln?
- Welches Bild würden Sie stattdessen aufnehmen?

Wenn Sie mögen, können Sie auch mitteilen, was sich an Ihrer Einstellung zum Altern verändert hat.

Aktionsschritt

→ Siehe Texte unter VERTIEFUNGEN

Lesen Sie Psalm 71 vor.

Alternative: Brief von Matthias Claudius an seinen Sohn Johannes

Alternative: „Stufen“ von Hermann Hesse



**Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.**

Lebens? INITIATIVE fragen

Literaturhinweise

Reimer Gronemeyer
**Die Entfernung vom Wolfsrudel.
Über den drohenden Krieg der Jungen gegen
die Alten**

Reimer Gronemeyer
Kampf der Generationen

Frank Schirrmacher,
Das Methusalem-Komplott

Klaus-Peter Hertzsch
Chancen des Alters

Martina Rosenberg
**Mutter, wann stirbst Du endlich?
Wenn die Pflege der kranken Eltern zur
Zerreißprobe wird**

Joachim Fuchsberger
Alt werden ist nichts für Feiglinge

Joachim Fuchsberger
Zielgerade

Sven Gottschling
Leben bis zuletzt

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
*Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.*

Lebens? INITIATIVE fragen

Impressum:

Autor der Einheit

Paul-Ulrich Lenz ist evangelischer Pfarrer i. R. und arbeitete 15 Jahre im Referat „Sprachschule des Glaubens.“ Er ist Buchautor mit dem Schwerpunkt Lebensthemen-Glaubensthemen.

Herausgeber:

PROVITA Stiftung
(Selbständige kirchliche Stiftung
bürgerlichen Rechts)

Franz-von-Kessler-Str. 38, 50321 Brühl
0172/5963911

info@provita-stiftung.de
www.provita-stiftung.de

Stiftungsvorstand:

Dr. Detlev Katzwinkel (Vorsitzender)
Dr. Heike Fischer (Geschäftsführerin)
Prof. Dr. Friedhelm Loh (Vorstand)

Spendenkonto:

IBAN DE15 4526 0475 0016 3897 00
BIC GENODEM1BFG
Spar- und Kreditbank Witten

Konzeption und Design

www.gute-botschafter.de