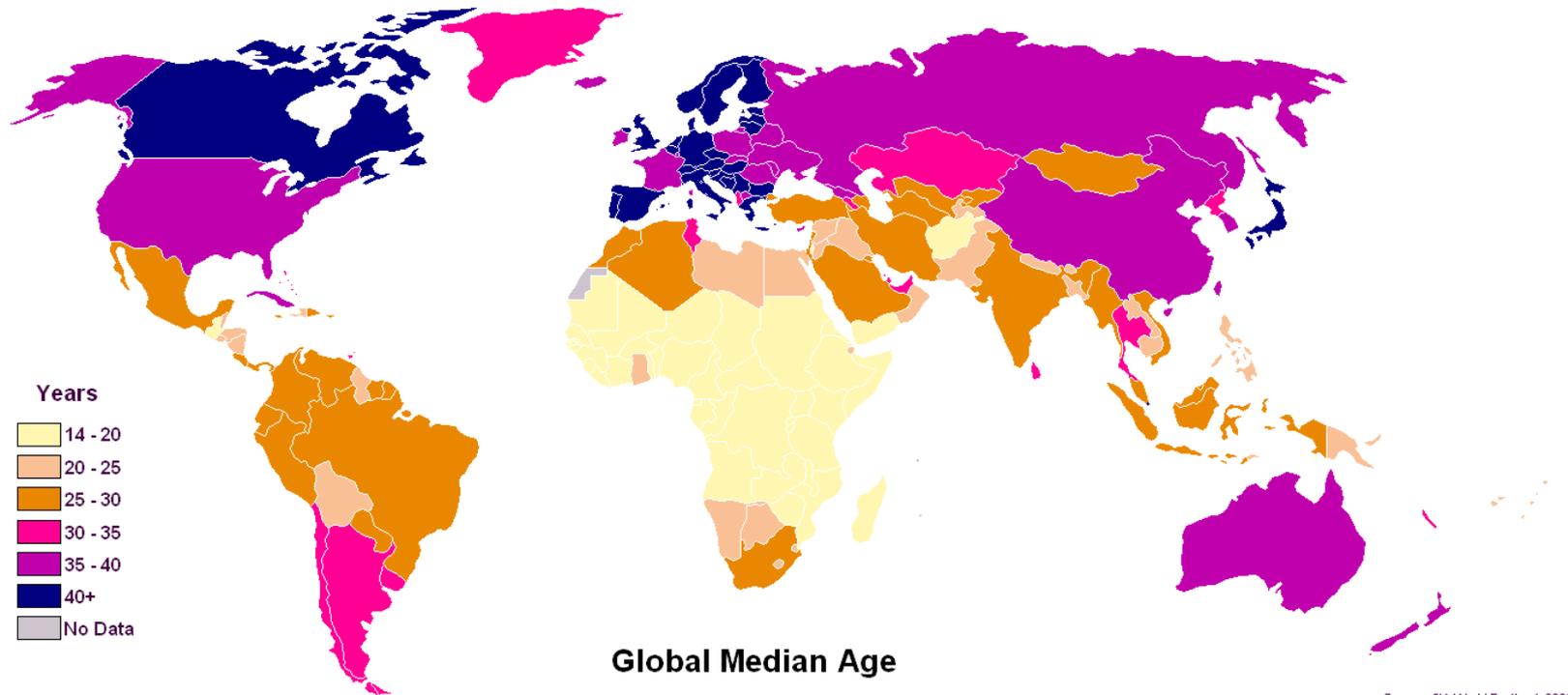




**Konveniat 23. April 2013**  
**Altern - Quer gedacht!**

# Demografie



Source: CIA World Factbook 2009

# Demografie

- Lebenserwartung zu Beginn des 20. Jahrhunderts und heute
  - Lebenserwartung Frauen zu Beginn des 20Jh.: ca.48 Jahre
  - Lebenserwartung Frauen heute: ca. 82 Jahre
  - Lebenserwartung Männer zu Beginn des 20 Jh.: ca. 45 Jahre
  - Lebenserwartung Männer heute: ca. 78 Jahre
- Wenn 100 Lebensjahre der Regelfall sind
  - In Österreich gibt es etwa 1400 Menschen, die bereits ihren 100. Geburtstag gefeiert haben
- Jedes zweite Kind, das im Jahr 2013 in Österreich geboren wird oder bereits geboren wurde, wird seinen 100. Geburtstag erleben.
- Immer mehr, immer weniger (Industriestaaten), immer bunter

# Demografie

Land	1960	1990	2000	2005	2009	2011
Australien			1,76	1,79	(2008) 1,97	1,78
China				1,72	1,61	1,54
Deutschland	2,37	1,45	1,38	1,34	1,35	1,41
Frankreich	2,73	1,78	1,87	1,92	1,98	1,96
Ghana				3,02	4,24	3,48
Griechenland	2,28	1,39	1,26	1,33	1,45	1,38
Großbritannien	2,72	1,83	1,64	1,78	1,94	1,91
Japan			1,36	1,26	(2008) 1,37	1,21
Norwegen	2,91	1,93	1,85	1,84	1,98	1,77
Österreich	2,69	1,46	1,36	1,41	1,39	1,40
Polen	2,98	2,04	1,35	1,24	1,40	1,50
Tschechische Rep.	2,11	1,89	1,14	1,28	1,49	1,26
Türkei			2,27	2,19	2,12	2,15
USA			2,06	2,05	(2007) 2,12	2,06

# Gerontologie

- Das Alter hat viele Gesichter:
  - Kalendarisches Alter (chronologische Maßstäbe , z. Bsp. 60plus)
    - Lifestyle Modelle(Konsum und Markt)
  - Biologisches Alter (Was „kann“ ich körperlich noch leisten)
    - Langlebigkeitsmodell (Biogerontologie)
  - Medizinisches Alter (Wie krank und gebrechlich bin ich?)
    - Gesundheits- und Gleichgewichtsmodelle
  - Psychologische Alter (Man ist so alt, wie man sich fühlt)
    - Bewältigungsmodelle
  - Soziologisches Alter (Als alt gilt wer beruflich in Pension ist)
    - Kompetenzmodelle
  - Alter ist auch ein Produkt der Kultur: „... wann ein Mensch als alt gilt, wie er „zu altern hat“ und wie sein Alter auszusehen hat ...“
  - Zwei Bilder die kulturhistorisch nachwirken: Lebenstreppe, Jungbrunnen

# Gerontologie

- Defizitmodell
  - 60iger Jahre des vorigen Jahrhunderts
  - Biologische Alterstheorie
  - Alter ist ein natürlicher Abbauprozess
  - Alter = Defekt
  - Schicksalhaft festgelegt, irreversibel
  - Physische Verluste (nachlassende Körperkraft, verminderte Sinnestüchtigkeit)
  - Psychische Verluste (nachlassende Ichstärke, verringerte Intelligenz)
  - Soziale Verluste (Rollenverlust)
  - Ältere Mensch hat generell ein Bedürfnis nach Verringerung der sozialen Kontakte (Disengagement)
  - Ältere Mensch hat die Aufgabe das zu akzeptieren und sich freiwillig aus seinen gesellschaftlichen Verpflichtungen zurückzuziehen ... .

# Gerontologie

## Aktivitätstheorie

- Gegen die Grundannahme des Defizitmodelles
- 70iger Jahre des vorigen Jahrhunderts
- Zusammenhang zwischen Aktivität und Lebenszufriedenheit
- Wer noch etwas leisten kann wird von anderen gebraucht
- Aktivität, Leistungsbereitschaft und Nützlichkeit sind wesentliche Werte
- Rollenverlust und Funktionsverlust sollen durch sinnvolle Aktivitäten ausgeglichen werden

## Kompetenzmodell (erfolgreiches Altern)

- Nicht mehr der Vergleich mit Werten jüngerer Gruppen steht im Mittelpunkt
- Verhalten im Alter wird in den Blick genommen
- Altern ist ein Prozess
- Jede Person hat ihre Ressourcen zur Bewältigung des Alterns
- Altern läuft nicht in einer fest definierten Form ab
- Positive Möglichkeiten ausloten
- Lebenslanges Lernen

# Gerontologie

Francois Höpflinger (Zürich)

- (1) Ältere Berufstätige (50+)
- (2) Gesundes Rentenalter (60+)
- (3) Verstärkte Fragilisierung (75+)
- (4) Pflegebedürftigkeit und Lebensende
- (Querschnittsthema)

# Gerontologie

## Drittes Lebensalter

- Zeitspanne nach dem Ende der Dominanz von familiären und beruflichen Verpflichtungen mit einem vielfachen Ressourcenüberschuss (vitale Energie, materielle und soziale Ressourcen)
- „späte Freiheit“
- Kaum Vorbereitung auf diese Lebensphase
- Suche nach neuen sozialen Rollen und Anerkennung
- neu „Pflichten“
- Partnerschaft trägt nicht
- Trennung und Verluste

## Viertes Lebensalter

- Zeitspanne zwischen dem Moment, ab dem für das alltägliche Leben mehr Ressourcen benötigt werden, als zur Verfügung stehen
- Partner verstorben
- Zahl der Freund nimmt ab
- Sinnesorgane erleiden einbußen
- Langsamkeit
- ungewisse Zukunft
- Lebensplanungen werden durcheinandergeworfen (statt späte Freiheit Angewiesenheit auf Unterstützung)

# Gerontologie

- Altern als Prozess zwischen Verlust und Gewinn
- Altern als biologisch –medizinischer Prozess
- Altern als lebenslanger und biografisch verankerter Prozess
- Altern als sozial bestimmter Prozess
- Altern als ökonomisch orientierter Prozess
- Altern als geschlechtsspezifischer Prozess
- Altern als plastischer Prozess mit Grenzen
- Altern als eine Prozess zwischen Eigenbild und Fremdbild
- ...

# Gerontologie

- Wo werde ich leben? (Die Frage nach dem angemessenen Lebensraum im Alter)
- Mit wem werde ich leben? (Die Frage nach sozialen Bindungen und Lebensformen)
- Wovon werde ich leben? (Die Frage nach den individuelle und gesellschaftlichen Ressourcen für ein menschenwürdiges Leben im Alter)
- Wofür werde ich leben? (Die Frage nach Lebenszielen und Entwicklungsaufgaben)

# Gerontologie

... ergeben sich dabei nicht selten Gesellschaftsanalysen und Handlungskonzepte, in denen „die (eigentlich) ‚jungen‘ Alten symbolisch dafür stehen, wie sich die Gesellschaft womöglich doch noch am eigenen Schopf aus dem demographischen Sumpf ziehen könnte“ und „die (wirklich) ‚alten‘ Alten als Projektionsfläche persönlicher wie gesamtgesellschaftlicher Altersängste gleichermaßen“ dienen (Stephan Lessenich / Klaus Rothermund).



## **Lebensphase Hochaltrigkeit**

Nur die Hochaltrigen sind wirklich alt?!

# Hochaltrigkeit

- Demografischer Wandel → langfristige gesellschaftliche Veränderung
- Über 80jährige am schnellsten wachsende Bevölkerungsgruppe
- Soziologisch und verhaltenswissenschaftlich weiß man wenig über diese Altersgruppe
- Erreichen eines hohen Alters wird zunehmend ein normales Lebensereignis
- Schwierigkeit: ab wann ist man hochaltrig?

# Hochaltrigkeit

- Was Langlebige empfohlen haben:
  - Walter Breuning (114 Jahre): Nur zwei Mahlzeiten am Tag
  - Jeanne Louise Calment (122 Jahre): Knoblauch, Portwein und Olivenöl
  - Izumi Shigechiyo (120 Jahre): Früh aufstehen und einen Getreideschnaps vor dem Schlafengehen
  - Maria de Jesus (115 Jahre): Kein Alkohol und kein Kaffee
  - Gertrud Baines (115 Jahre): Gottvertrauen, kein Alkohol, kein Tabak und niemals Dummheiten gemacht
  - Henry Allingham (113 Jahre) : Zigaretten, Whiskey und wilde Frauen
  - Emiliano Mercado Del Toro (115 Jahre): Viel Bewegung (Tanzen) und mit 90 das Rauchen aufgeben
  - Tomoji Tanabe (113 Jahre): Kein Alkohol oder Tabak, täglich ein Glas Milch und jeden Tag um halb sechs aufstehen.
  - Johannes Heesters (108 Jahre): Disziplin, gesundes Leben und die positive Einstellung, sich als glücklichen Menschen zu sehen.

# Hochaltrigkeit

- Grenze? → Zunahme an Multimorbidität?
- Grenze → Überschreitung der Medianlebenserwartung
- Große individuelle Unterschiede
- Große soziale Unterschiede
- Sicher: in der Hochaltrigkeit werden die Grenzen der Plastizität der Alterungsprozesse deutlich
- Mit der Hochaltrigkeit nimmt das Risiko von Funktionseinbußen deutlich zu!
- Durch Optimierung von Kompetenzen nimmt Lebenszufriedenheit zu
- 4. Lebensalter „schlechte Nachricht“?
- Das hohe Alter das wirkliche Alter?

# Hochaltrigkeit

- Was bedeutet Begriffe, wie Aktivität und Produktivität im hohen Alter?
- Tatsächliche Hochaltrigkeit zeigt besonders begünstigte soziale und individuelle Situation
- Altern erstreckt sich sowohl biologisch als auch soziologisch über den ganzen Lebenslauf
- Soziale Ungleichheit scheint sich über den Lebenslauf eher zu verfestigen
- Die Bilder vom eigenen Alter und vom Altern der anderen befinden sich seit Langem im Wandel

# Hochaltrigkeit

- Eigenständige Lebensphase?
  - Die frühen Phasen des Alters werden institutionell definiert, meist über den Pensionsantritt!
  - Im hohen Alter scheint der individuelle Blick stärker für etwaige Definitionsversuche herangezogen.
  - Jede Aufspaltung der Lebensphasen des Alters führt zu negativen Folgen für die Lebensphase des hohen Alters. Das aktive Alter als gewünscht und das hohe Alter als unerwünscht.
  - Bedarf nach Reintegration und ein verstärkter Blick für die zahlreichen Facetten einer Lebensphase
  - Das „gute“ Alter, der Lebensabschnitt zwischen 65 und 85 als Geschenk
  - Hochaltrigkeit stellt eine Fortführung individueller Entwicklung dar!



## **Alltag und Wohnen im Alter Altern - Quer gedacht!**

# Alltag und Wohnen im Alter

- Alter der Pflegenden
- Geringe Kinderzahl
- Berufstätigkeit der Frauen
- Unterschiedliche Wohnorte
- Scheidungsrate
- Die Senioren/innen der Zukunft werden nicht zwangsläufig in den Wohnungen und Häusern bleiben, die sie als Familie bewohnten. Kommende Generationen werden im Alter mobiler.
- Zwei Bewegungsrichtungen sind denkbar:
  - Der Umzug in die Stadt (bessere medizinische Versorgung, kulturelles Angebot, ...)
  - Umzug in landschaftlich attraktive Gebiete (sinkenden Immobilienpreise,...)
- Alltag im Alter ist Wohnalltag

# Alltag und Wohnen

- Thema Heim
  - Imageproblem
  - Überholte Lebensform? (Klaus Dörner)
  - Förderung von ambulanten Strukturen (Staat)
  - Diffuses Bild in der Öffentlichkeit/Literatur
  - Einigen Regionen: Belegungsprobleme
- 1. Generation: Leitbild „Verwahrung“ (Versorgungsheimstraße)
- 2. Generation: Leitbild Krankenhaus (Patient)
- 3. Generation: Leitbild Wohnheim (Alltag)
- 4. Generation: Leitbild Familie
- 5. Generation: Leitbild Quartier (Alltagsnahes Wohnen)

# Alltag und Wohnen

Kompetenzzentrum

Quartier – Heim 5.

Generation (nach Geck u.  
Heeg)



# Alltag und Wohnen

- Betreutes Wohnen zu Hause
- Gemeinschaftliche Wohnprojekte (Jung u. Alt, Frauen , Männer, Singels, Generationen, ...)
- Senioren WG
- Tageszentren
- Betreubares Wohnen
- „Virtuelles Altenheim“
- Wohngruppen für ältere und demenziell erkrankte Menschen
- Hausgemeinschaftsmodell im „Pflegeheim“



## Altersgerechtes Krankenhaus

Altern – quer gedacht

# Altersgerechtes Krankenhaus

- Altersbilder im Gesundheitswesen
  - Abhängig von den Altersbildern der Entscheidungsträger/innen
  - Altersbilder sind handlungsleitend für präventive, gesundheitsfördernde und soziale Maßnahmen
  - Altersbild der Angehörigen
  - Prozesse des Alterns berücksichtigen
- Altersbilder in der Pflege
  - Im Zentrum der Hilfebedarf
  - Umfassendere Konzepte der Pflege die nicht ausschließlich handlungs- und verrichtungsbezogen sind (Kommunikation)
  - Soziale Teilhabe berücksichtigen
  - Mix an Unterstützungsformen
  - Einbindung der Nachbarschaft, der Angehörigen und ehrenamtlich Engagierte verstärken

# Altersgerechtes Krankenhaus

- Handlungsbedarf
  - 1999 (2.166.787 Entlassungen)
    - 30,5% zwischen 65 und 84 Jahre (659.796)
    - 5,7% über 85 Jahre (122.643)
  - 2008 (2.628.487 Entlassungen)
    - 34,6% zwischen 65 und 84 Jahre (910.293)
    - 6,4% über 85 Jahre (167.331)

# Altersgerechtes Krankenhaus

- Angemessenheit der Behandlungsprozesse
  - Oft fehlt eine geriatrische Fachabteilung
  - Gefahr: Altersdelir (Nach Operativ) mit Demenzgefahr
- Qualität der medizinischen Versorgung
  - Alle Erkrankungen und Diagnosen in die Therapie mit einbeziehen (keine auf Symptomen verkürzte Behandlung)
- Qualität der pflegerischen Versorgung
  - Pflege von älteren Patienten erfordert andere Kompetenzen
  - Meldungen von Unterversorgung von älteren Menschen
- Vernetzung
  - Für ältere Menschen wichtig dass die Versorgungskette gut vernetzt ist
  - Fehleinweisungen in ein Altenheim (Gefahr die Fähigkeit zur eigenen Lebensgestaltung zu verlieren)
  - Entlassungsmanagement/Überleitungspflege

# Altersgerechtes Krankenhaus

- Milieugestaltung
  - Geregelter Tagesablauf
  - Altersgerechte Ausstattung der Räume
  - Hohe Betreuungskontinuität
  - Persönliche Begleitung von Patienten
  - Integration der Familienangehörigen
- Demenzielle Erkrankungen
  - „Nebendiagnose“ Demenz beeinflusst Diagnostik/Therapie
  - Erhöhtes Unfallrisiko (Stürze aufgrund von Wahrnehmungsstörungen, Gangunsicherheit,...)
  - Eingeschränkte Kommunikationsfähigkeit
  - Eigenen Konzepte für ältere Menschen
  - Drehtüreffekt
- <http://www.youtube.com/watch?v=pYhpsVjiJVI&feature=youtu.be>
- Altersgerechte Arbeitsbedingungen

# Altersgerechtes Krankenhaus

Für ältere Menschen

- Orientierung erleichtern
- Wahrnehmung ermöglichen
- Sicherheit geben
- Geborgenheit schenken
- Kompetenzerhaltung ermöglichen und fördern
- Privatheit ermöglichen
- Selbstbestimmung unterstützen
- Soziale Interaktion fördern
- Kontinuität des bisherigen Lebenszusammenhangs bewahren
- ...



# Prophetinnen und Propheten heute

Altern quer gedacht

# Altern Quer gedacht

- Diskussionspapier zum Sinn und Stellenwert des hohen Alters
- Deutschsprachige Zusammenarbeit
- Ergebnis einer Studienwoche „Altenpastoral der Zukunft“
- Was würde fehlen wenn es in unseren Gemeinden die alten und sehr alten Menschen nicht gäbe
  - Fragen der alten Menschen: Was kann ich noch tun?; Wozu bin ich noch nütze?, Wer braucht mich denn noch?
- Gegenbild (alte Menschen als Kostenfaktor, als Belastung, Störfaktor in einer Welt der Leistung, Flexibilität, Mobilität und des Erfolges)
- Alte Menschen als ProphetInnen (als eine Mensch der auf das Ganze sieht bei sich und bei den anderen)
  - Zum Menschsein gehört nicht nur Gesundheit, Attraktivität, Flexibilität
  - Tage von denen ich sage ich mag sie nicht (Koh 12,1)
- Wenn ich alte Menschen als ProphetInnen sehe verändert das die Pastoral

# Altern quergedacht

- Gebrechlichkeit oder Relativierung von Leistungsdruck
- Endlichkeit oder die Intensität des Lebens
- Hilfsbedürftigkeit oder wider dem Drang nach Perfektionismus
- Lebensbilanz Ziehen oder sich seiner Identität vergewissern
- Einsamkeit oder Erweis der Einmaligkeit
- Sterblichkeit oder Ermutigung zu mehr Leben

# Altern quer gedacht

## Spiritualität im Alter(n) nach Karl Guido Rey, Edith Hess:

- **Ich überprüfe meine Gottesbilder**

- Ich überdenke meine Gottesvorstellungen und ihre Entstehungsgeschichte. Ich lasse Angst machende, einschränkende Gottesbilder allmählich hinter mir. Ich belebe in , mir das vielfältige Bild eines bedingungslos liebenden Gottes, vor allem eines mütterlichen, barmherzigen, befreienden Gottes.

- **Ich bemühe mich um Versöhnung**

- Ich vergegenwärtige mir die Grundbotschaft von Jesus: Versöhnung der Menschen untereinander, Versöhnung mit Gott und Versöhnung des Menschen mit sich selbst. Ich schaue meine Lebensgeschichte mit all ihren Verletzungen an und versuche ja zu sagen zu meinem Leben, wie es bisher gelaufen ist. Ich spüre dem Geheimnis meines Lebens nach, damit ich eines Tages das Vergleichen mit anderen aufgabe und mich annehme wie ich bin.

- **Ich lege die Hände in den Schoß**

- Ich freue mich an der Befreiung von vielen Aufgaben und nehme mir mit gutem Gewissen Zeit zum Sinnieren, Träumen und Nichtstun. Ich betrachte mein Lebenswerk und freue mich über alles, was gelungen ist. In einer lauten Welt achte ich auf leise Stimmen und Töne.

# Altern quer gedacht

- **Ich setze mich an die echten Lebensquellen**

- Ich schaufle mir den Zugang zu meinen inneren Kraft- quellen immer wieder frei. Ich stärke mich mit der Erfahrung von Freundschaft; ich liebe und lasse mich lieben. Ich lasse mich immer wieder verzaubern von der Schönheit der Natur und des Sternenhimmels, der Musik und anderen Werken schöpferischer Menschen.

- **Ich tue meinem Leib Gutes**

- Ich freue mich meiner Leiblichkeit trotz abnehmender Schönheit und Frische. Ich kümmere mich liebevoll um meinen Leib, trainiere, pflege und salbe ihn. Es tut mir gut, mit Tieren und Pflanzen in zärtlichem Körperkontakt zu sein.

- **Ich lerne meine Einmaligkeit genießen**

- »Die Menschen werden als Originale geboren, aber die meisten sterben als Kopien.« - Ich möchte zu meiner Originalität stehen, auch wenn sie mir nicht in allem gefällt. Ich will in meinem Bewusstsein stärker verankern, dass Lebendigkeit wichtiger ist als Vollkommenheit. Ich bin dankbar für die Tatsache, dass Gott und ein paar Menschen mich gern haben so wie ich bin.

# Altern quer gedacht

- **Ich halte der Welt die Treue**

- In Solidarität mit der Welt überdenke ich immer wieder mein Engagement für mehr Menschlichkeit, Gerechtigkeit, Frieden und Bewahrung der Schöpfung. Ich wehre mich gegen Trägheit und Resignation und lasse mich von Vertrauen und Hoffnung leiten. Ich schärfe meinen Blick für positive Veränderungen und bringe die Welt vor Gott zur Sprache.

- **Ich setze mich mit Vergänglichkeit, Tod und Sterben auseinander**

- Ich bette mich ein in den natürlichen Kreislauf des Lebens und bemühe mich, meine Vergänglichkeit zu bejahen. Ich übe mich in der Kunst des Sterbens, indem ich immer wieder Menschen, Besitztümer und Erwartungen loslasse. Solange ich das Leben habe, genieße ich dankbar jeden Tag.

- **Ich suche das Gespräch mit dem Leiden**

- Ich nehme Anteil am Leiden anderer, trage es mit und lindere es, wo ich kann. Ich hoffe, dass mir im Alter nicht Leiden zugemutet wird, das meine Kräfte übersteigt. Ich möchte glauben lernen und erfahren, dass Leiden ein Ort der Anwesenheit Gottes ist.

# Altern quer gedacht

- **Ich denke über den Tod hinaus**

- Dass der Himmel nicht verdient werden muss, ist für mich eine wunderbar entlastende Botschaft. Am Ende werde ich mein Leben als Fragment abgeben müssen, aber ich vertraue darauf, dass mir geschenkt wird, was ich nicht selber schaffte. Was nach dem Tod sein wird, weiß ich nicht, aber mich tröstet und fasziniert das Bild der Verheißung von einem glanzvollen Fest und einem großen Tisch, der für alle Menschen gedeckt ist.

# Warnung

## Jenny Josephs

### (Übersetzung: Claudia Schumann)

Wenn ich einmal eine alte Frau bin, werde ich Purpur tragen.  
Zusammen mit einem roten Hut, der nicht dazu passt und mir nicht gut steht.  
Und ich werde meine Rente ausgeben für Cognac und Sommerhandschuhe  
Und Sandalen aus Satin.  
Und ich werde sagen: "Für Butter haben wir kein Geld."

Ich werde mich auf den Bürgersteig setzen, wenn ich müde bin,  
Und Gratisproben in den Geschäften verschlingen  
und Alarmglocken läuten  
Und meinen Stock gegen die Zäune der öffentlichen Anlagen klappern lassen  
Und Schluss machen mit der Angepasstheit meiner Jugend.  
Ich werde in meinen Hausschuhen in den Regen rausgehen  
Und Blumen pflücken, die in anderer Leute Gärten wachsen,  
Und lernen zu spucken.

Man kann dann die schrecklichsten Blusen tragen und richtig dick werden  
Und drei Pfund Würstchen auf einmal aufessen,  
Oder eine Woche lang sich von Brot und sauren Gurken ernähren,  
Und Bleistifte und Kulis und Bierdeckel und anderen Kleinkram horten.

Aber jetzt müssen wir vernünftige Kleider haben, die uns trocken halten,  
Und unsere Miete zahlen und keine Schimpfwörter auf der Straße benutzen  
Und gute Vorbilder für die Kinder sein.  
Wir müssen Freunde zum Essen einladen und die Tageszeitung lesen.

Aber sollte ich vielleicht nicht jetzt schon ein bisschen üben?  
Damit die Leute, die mich kennen, nicht zu schockiert und überrascht sind  
Wenn ich plötzlich alt bin und anfangs, Purpur zu tragen.

# Literatur

- Amann, A. und Kolland F. (Hrsg) (2008): Das erzwungene Paradies des Alters?
- Backes, G. (2005): Alter(n) und Geschlecht: ein Thema mit Zukunft
- Baltes, P.B. und Baltes, M. (1989): Erfolgreiches Altern. Eine Perspektive aus psychologischer Sicht (Zeitschrift für Pädagogik)
- Becker S., Veelken, L. und Wallraven, K.-P. (Hrsg) (2000): Handbuch Altenbildung
- Blasberg-Kuhnke, M. und Wittrahm, A. (Hrsg) (2007): Altern in Freiheit und Würde
- Bubolz-Lutz. E. (2007): Geragogik - wissenschaftliche Disziplin und Praxis der Altersbildung (Informationsdienst Altersfragen)
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2011): Sechster Altenbericht
- Dallinger, U. (2002): Das Problem der Generationen: Theorieentwicklung zu intergenerationellen Beziehung
- Evangelische Arbeitsgemeinschaft für Altenarbeit in der EKD (2002): Alter und ältere Menschen in Kirche und Gesellschaft
- Fürst, W., u.a. (2003): Selbst die Senioren sind nicht mehr die Alten
- Gregarek, S. (2007): Lernen leben - Leben lernen. Intergenerationelle und interkulturelle Bildung
- Kade S. (2007): Altern und Bildung. Eine Einführung
- Kalbermatten, U. (2008): Lebensgestaltung im Alter - der Berner Ansatz zur Gerontologie (Impuls 1)

# Literatur

Katholische Bundesarbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung (2009): Leben. Miteinander.Lernen

Kolland F. (2005): Bildungschancen für ältere Menschen. Ansprüche an ein gelungenes Leben.

Kricheldorf, C. (2008): Neue Wohnkonzepte für das Alter und praktische Erfahrung bei der Umsetzung (Kuratorium deutsche Altenhilfe)

Kruse, A. (2008): Alter und Altern - konzeptionelle Überlegungen und empirische Befunde der Gerontologie

Kunz, R. u.a. (2009): Praktische Theologie des Alterns

Lehr U. (1996): Psychologie des Alters

Mulia, C. (2009): Kirchliche Altenbildung. Herausforderungen - Perspektiven - Konsequenzen

Naegele, G. und Sporket, M. (2009): Altern in der Arbeitswelt (Zeitschrift für Gerontologie)

Oswald, W.D. (2004): Kognitive und körperliche Aktivität - Ein Weg zur Erhaltung von Selbständigkeit

Petzold, H. (2004 und 2005): Mit alten Menschen arbeiten Teil 1 und Teil 2

Rosenmayr L. (2007): Schöpferisch Altern

Ruhland, R. (2008): Spiritualität im Alter. Eine theoretische Grundlegung

Schützendorf, E. und Wallrafen-Dreisow, H. (2004): In Ruhe verrückt werden dürfen - Für eine anderes Denken in der Altenpflege

Veelken, L., Gregarek, S. und de Vries, B. (2005): Altern, Alter, Leben lernen