

Schwerpunkt

- 8 Gut alt werden!**
Über das Alter und Älterwerden
- 9 Zwölf Grundsätze für eine moderne Altersforschung**
- 15 Individuelle und altersgemäße Veränderungen**
Der körperliche und biologische Alterungsprozess
- 20 Psychologische Stärken im Alter**

Menschen

- 26 „Meine Zugehörigkeit zum KDA ist für mich ein sehr wesentlicher Teil meines Lebens“**
Im Gespräch mit Günther Buhlmann, ehemaliger Stadtdirektor der Stadt Mönchengladbach

Leben

- 29 Alte Helden**
Das Alter und das Älterwerden als Filmmotiv

Bildung

- 34 Durch neue Lernformen kollegiale Beratung und Netzwerke fördern**
Erfahrungen aus dem Projekt Forum
Seniorenarbeit NRW

Recht

- 38 Betreuungsrecht**
Chancen der Selbstbestimmung vor staatlicher Rechtsfürsorge

Management

- 43 LOGBUCH Demenz**
Schnittstellenmanagement und
Angehörigen-Empowerment in der Betreuung
von Menschen mit Demenz

Forschung

- 47 Chronisch krank, alt und allein**
Erkenntnisse zum Selbstmanagement
aus der Literatur

Ethik

- 52 Not der Pflegenden**
Patientenverfügungen, die Hilfe- und
Pflegebedürftigkeit zurückweisen

Service

- 56 Praxistipp: Wimmelbilder und Wimmelbücher**
58 Lesetipp
59 Linktipps
60 Termine
61 Zahlen: „Lebenslanges Lernen“
an deutschen Universitäten

3 Editorial

6 Update

32 Leserbriefe

63 Vorschau

63 Impressum