

## Marlis Föhr hat wieder einige Bücher für Sie gelesen!

### ALTER

Peter Gross, Karin Fagetti

#### Glücksfall Alter

Alte Menschen sind gefährlich, weil sie keine Angst vor der Zukunft haben

Herder Verlag Freiburg, Basel, Wien

2008, ISBN 978-3-451-29938-4

Nicht abwarten, was das Alter mit uns macht, sondern es selbst leben und neu erfinden. Mit der verlängerten Lebenserwartung und dem medizinischen Fortschritt werden auch Demenz und Alzheimer Krankheit zu etwas „Normalem“. Die meisten älteren Menschen bleiben in den eigenen vier Wänden, auch dann, wenn sie pflegebedürftig sind. Das erfordert jedoch den Einsatz von Familie oder Nachbarn.

Armut ist heute eher ein Problem der Jungen als der Alten. Für alte Menschen ist weniger der Hunger nach Nahrung als der Sinnhunger ein Problem. Es müssten mehr Möglichkeiten für sinnvolle Tätigkeiten gefunden werden. Ältere Menschen sollten länger arbeiten können, wenn sie es möchten und sich bei der Entwicklung von Produkten für Ältere aktiv beteiligen können.

Aus dem Inhalt:

Hungerrentner und Sinnhunger

Arbeiten bis hundert

Last der Alten und der Jungen

### ALTERN

Riemann, Kleespies

#### Die Kunst des Alterns

Reifen und Loslassen – Hörbuch

Ernst Reinhardt Verlag, München

2008 ISBN 978-3-497-01988-5

Auch in dieser Aufstellung möchte ich ein weiteres Hörbuch empfehlen. Es ist eine gekürzte Lesung zum Buch mit dem gleichen Titel.

Aus dem Inhalt:

Altern als Lebenskrise

Was das Altern heute erleichtert

Von der geistigen Freiheit im Alter

Flucht vor der Einsamkeit

### ALTERN

Hannegret Haas

### **Den Jahren mehr Leben geben**

Fantasievoll älter werden

Herder-Verlag, Freiburg, Basel, Wien

2008 ISBN-978-3-451-05830-1

Das Alter ist nicht immer mit Glück gleich zu setzen, es ist auch Plage und Pflege. Viele alte Menschen haben für ihren Ruhestand neue Aufgaben gefunden. Die Autorin hat eine Auswahl zusammengestellt, die Senioren als eine ermunternde Anregung dienen soll. Hier gibt es den „Zeitungsblätterer“, der mit Hilfe des städtischen Zeitungsarchivs ans Licht bringt, was vor 50 Jahren Schlagzeilen gemacht hat. Eine siebzigjährige Seniorin macht Stadtführungen, weil sie gern unter Menschen ist und Freude daran hat, ihre Stadt auch Neubürgern und Touristen näher zu bringen. Es gibt noch mehr Beispiele im vorliegenden Buch, eine Fülle von Ideen für sinnvolle Perspektiven im Alter.

Aus dem Inhalt:

Neue Berufstätigkeit

Interessen oder Anliegen

## **DE MEN Z**

Erich Schützendorf, Wolfgang Dannecker

### **Vergesslich, störrisch, undankbar?**

Demente Angehörige liebevoll pflegen

Ernst Reinhardt Verlag München Basel

2008, ISBN 9783497020300

Immer mehr Menschen leiden an Demenz und werden häufig in der Familie gepflegt. Diese Entwicklung ist eine Herausforderung besonders für Klein-Familien, bei denen der Pflegenden selten mit einer zusätzlichen Hilfe rechnen kann. Geistig veränderte alte Menschen rund um die Uhr zu betreuen, ist eine schwierige Aufgabe. Im vorliegenden Buch schildert eine Tochter die geistigen Veränderungen ihrer Mutter. Es sind die typischen Zeichen einer fortschreitenden Demenz, die ein Alleinleben des Betroffenen nicht mehr möglich machen. Trotz zusätzlicher Hilfe durch einen Pflegedienst bleibt schließlich doch nur der Weg in ein Pflegeheim als letzte Station. Im Infoteil gibt es eine ausführliche Zusammenfassung über Heimunterbringung und Rechtsansprüche

## **DE MEN Z**

Monika Paillon

### **Mit Sprache erinnern**

Kommunikative Spiele mit dementen Menschen

Ernst Reinhardt Verlag München Basel

2008, ISBN 978-3-497-02036-2

Demenzkranken zeigen uns, wie wichtig es ist, sich füreinander Zeit zu nehmen. Die Gefühle von Geborgenheit und Vertrautheit geben ihnen Halt. Der Nutzen dieses Buches besteht aus vielen Tipps, Fallbeispiele und Informationen. Für Menschen mit Demenz ist Erinnerungspflege, die über alle Sinne wahrgenommen wird, oft ein letzter Halt im

Strom des Vergessens. Fördern ohne zu überfordern ist der rote Faden dieses Buches. Sprache ruft vergangenes Leben zurück. In 19 Themenkreisen zeigt die Autorin, wie man schon mit einzelnen Wörtern viele Erinnerungen wecken kann.

Aus dem Inhalt:

Das Leben ist lebenswert  
Rund um Haus und Hof  
Bei Wind und Wetter

## ERNÄHRUNG

Udo Pollmer, Monika Niehaus

### **Food-Design Panschen erlaubt**

Wie unsere Nahrung ihre Unschuld verliert

S. Hirzel Verlag Stuttgart

2., korrigierte Auflage 2007, ISBN 978-3-7776-1447-2

Ohne Zusatzstoffe, ganz gleich ob Tiefkühlkost oder Lebensmittel aus dem Regal, kommen die Hersteller heute nicht mehr aus. Vieles wird „nachgebaut“, und unser Appetit wird so gesteuert, dass wir es gar nicht mehr merken. Die Menschen schätzen das Angebot an Lebensmitteln, die mit wenig Zeit und Aufwand eine Mahlzeit ergeben. Damit dem Verbraucher auch alles schmeckt, was er sich aus der Kühltruhe auf den Teller bringt, sorgen Aromen für das entsprechende Geschmacksgefühl. Viele Skandale werden nicht veröffentlicht um die Bürger nicht zu verunsichern. Der Trend zu Halbfertigprodukten ist ungebrochen. Das vorliegende Buch klärt über viele kritische Punkte auf.

Aus dem Inhalt

Der Appetit kommt beim Essen  
Die hohe Schule des Panschens  
Allergien

## ORGANISATIONEN

Annette Zimmer, Eckhard Priller

### **Gemeinnützige Organisationen im gesellschaftlichen Wandel**

Ergebnisse der Dritte-Sektor-Forschung

VS Verlag für Sozialwissenschaften, Wiesbaden

1. Auflage 2004, ISBN 3-8100-3849-0

Gemeinnützige Organisationen gibt es in unterschiedlichen Funktionen und Varianten. In Freizeit, Kultur und sozialen Diensten erfahren wir sie u.a. als Vereine, Selbsthilfegruppen und Stiftungen. Es geht häufig um Armutsbekämpfung, politische und soziale Ausgrenzung, gesundheitliche und soziale Betreuung und sinnvolle Freizeitgestaltung. Die Mitgliedschaft und Mitarbeit zeichnet sich durch eine eigene Handlungslogik und spezifische Funktionen aus und unterscheidet sich von den Organisationen des Staates. Bei dem Steuerungsmodus handelt es sich um Solidarität und gesellschaftliche Sinnstiftung und steht im deutlichen Gegensatz zu marktwirtschaftlichen Einrichtungen. Der vorliegende Band stellt Ergebnisse eines Forschungsprojektes vor, das in Deutschland eine Pionierrolle hatte.

Aus dem Inhalt:

Der deutsche Dritte Sektor – Überblick und Analyse  
Der Dritte Sektor im internationalen Vergleich  
Perspektiven

## RATGEBER

Joachim Merkl

### Finanzen im Ruhestand

Verbraucherzentrale NRW, Düsseldorf  
2008, ISBN 978-3-938174-65-4

Trendanalysen belegen, dass ältere Menschen heute konsumfreudiger und unternehmungslustiger sind als frühere Generationen ihres Alters waren. Das trifft besonders auf das Thema Finanzen zu. Doch die gegenwärtige Situation darf nicht darüber hinwegtäuschen, dass sich die finanziellen Bedingungen für künftige Ruheständler verschlechtern werden. Darum ist es wichtig, Finanzen rechtzeitig zu ordnen, um drohende Armut zu vermeiden. Dieser Ratgeber zeigt viele Wege einer persönlichen Finanzstrategie auf, um Lebensstandard und Unabhängigkeit auch im Alter absichern zu können. Viele Tipps und Steuerhinweise ergänzen das Wissen um die Finanzen im Ruhestand.

Aus dem Inhalt:

Am Anfang steht der Kassensturz  
Die Rente mit 67  
Sicherheit für Ihr Geld

## RATGEBER

Michael Küsgens

### Unterhaltungspflichten

Kinder – Eltern, Eltern – Kinder  
Verbraucherzentrale NRW, Düsseldorf  
2008 ISBN 978-3-940580-00-9

Die Menschen in Deutschland werden immer älter, und die Geburtsrate sinkt. Die Rente wird in vielen Fällen nicht mehr ausreichen, um den Lebensunterhalt sicher zu stellen. Trotz Pflegeversicherung können häufig die Kosten für einen Pflegeheimplatz nicht gedeckt werden. Diese Entwicklung hat auch Auswirkungen auf das Unterhaltsrecht. In Zukunft wird es mehr Unterhaltsansprüche der Eltern gegen ihre Kinder oder sogar Großeltern gegen ihre Enkel geben. Wenn die Eltern zum Pflegefall werden, können finanzielle Fragen zur familiären Zerrreißprobe werden. Nur wer die aktuelle Rechtslage kennt, kann abschätzen, ob eine Zahlungspflicht besteht.

Aus dem Inhalt:

Welche Unterhaltsansprüche gibt es?  
Welche Bedeutung hat der Elternunterhalt?  
Wichtige Gesetze

## U M W E L T / N A T U R

Tanja Krämer

### **Kampf ums Wasser**

Wissen was stimmt

Herder Verlag Freiburg im Breisgau

2008, ISBN 978-3-451-05942-1

Die Autorin geht dem Thema Wasser auf den Grund. Sie informiert über kulturgeschichtliche Hintergründe und die physikalischen Fakten des Wassers, das Erde und Leben prägt. Seine unberechenbaren Kräfte lassen Schiffe kentern, bringen Überschwemmungen und Stürme. Es ist einer der wichtigsten Rohstoffe der Welt. Während wir in Deutschland Wasser in höchster Qualität ins Haus geliefert bekommen, sterben weltweit viele Menschen an verunreinigtem Trinkwasser, weil ihnen der Zugang zu sauberem Trinkwasser fehlt. Verschmutztes Wasser ist der Krankheitserreger Nummer Eins. Auch für uns könnte das Wasser knapper werden, denn 97,5 % der Weltvorräte sind Salzwasser. Entsalzungsanlagen wären eine Möglichkeit Salzwasser trinkbar zu machen. Die Autorin des vorliegenden Buches hat sich Gedanken zum Thema „Wasser“ gemacht. Der Leser wird sich ihren Gedanken nicht entziehen können.

Aus dem Inhalt:

Kulturgeschichte des Wassers

Wasser und Natur

Wasser und Gesundheit

Zukunft des Wassers

## P S Y C H O L O G I E

Roland Heinzl

### **Die Wiederentdeckung der Zuversicht**

In schwierigen Zeiten Vertrauen finden

Kösel-Verlag, München

2008, ISBN 978-3-466-30821-7

Warum halten wir heute alles für machbar und wollen es auch umsetzen? Wir stehen vor vielen Problemen: Klimawandel, die wachsende Kluft zwischen Arm und Reich, das Schrumpfen von sicheren Arbeitsplätzen, die Verschuldung des Staates und der Haushalte. Der Autor sieht die Ursache vor allem in einer Vertrauenskrise in Staat, Wirtschaft und in uns selbst. Wie wir im Zuge von Aufklärung, Globalisierung und Technisierung wieder mehr Zuversicht und Vertrauen in die Selbstheilungskräfte in uns fördern können, kann im vorliegenden Band nachgelesen werden.

Aus dem Inhalt:

Der Vertrauenstrieb und seine Gegenspieler

Vertrauen und soziale Kälte

Wie aus Angst und Depression wieder Zuversicht wachsen kann