

Karl Michael Griffig hat für Sie gelesen:

Ursula Pasero / Gertrud M. Backes / Klaus R. Schroeter (Hrsg.)

Altern in Gesellschaft. Ageing – Diversity – Inclusion

Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften 2007

Geburtenrückgang bei gleichzeitig steigender Lebenserwartung: Diese Formel löst in der öffentlichen Diskussion meist negative Vorstellungen und Erwartungen aus. Das Buch „Altern in Gesellschaft“ stellt den Beobachtungsfokus um. Aus verschiedenen Perspektiven wird ausgelotet, welche Chancen und Potenziale der Strukturwandel bereithält. Im Mittelpunkt steht eine differenzielle Altersforschung, die nach den Konstruktionen, der Empirie und der Zukunft des Alterns fragt.

„Altern in Gesellschaft“ heißt zunächst nichts anderes als die Frage zu stellen, wie wir „altern“ in einer sozialen Umwelt, die sich darauf einzustellen beginnt, die sozialen und kulturellen Ressourcen eines wachsenden Anteils ihrer Bevölkerung – 30% werden im Jahre 2050 über 65 Jahre alt sein – zu entdecken.

Das Buch ist das Ergebnis einer Zusammenarbeit der Gender Research Group der Universität Kiel und der Sektion „Alter(n) und Gesellschaft“ der deutschen Gesellschaft für Soziologie. Ein Teil der Beiträge wurde auf einer Tagung am 1. und 2. 6. 2007 an der Universität Kiel von den Autorinnen und Autoren vorgestellt.

Aus den insgesamt 16 Beiträgen seien vier besonders hervorgehoben:

1. Karen van den Berg zeigt unter dem Titel „Semantiken des Alters“, wie sich Künstler verschiedener Epochen in Selbstbildnissen und anderen Arbeiten mit dem Phänomen Alter beschäftigt haben. Die Bilder sind im Beitrag auch zu sehen.
2. Bärbel Kühne macht sich Gedanken über das Bild des (weiblichen) Alters in der Werbung. Unter dem mehrdeutigen Motto „Ganz schön alt“ beschreibt sie den Umschwung vom Jugendwahn hin zu älteren Modellen, der unter anderem in der Kampagne der Marke Dove deutlich wird.
3. Harald Künemund fragt nach Freizeit und Lebensstil älterer Frauen und Männer und dem Maß an gesellschaftlicher Partizipation im Ruhestand. Hier stellt sich z.B. die spannende Frage, ob alle Menschen im Alter ruhiger und konservativer werden oder ob die 68er-Generation auch im Alter rebellisch und engagiert bleibt.
4. Anton Amann fordert ein „Sozialprodukt des Alters“, indem alle Tätigkeiten von Menschen jenseits des Erwerbslebens erfasst werden, die zur Herstellung, Bewahrung und Erhöhung von Lebensqualität beitragen. Somit würden auch Familien- und Pflegearbeit anders bewertet als bisher.

Das Buch ist eine Fundgrube für interessierte Fachleute, wenn man gewohnt ist, wissenschaftliche Texte zu lesen. Es zeichnet sich vor allem dadurch aus, dass es neue Perspektiven und zukunftsweisende Themen rund ums Alter(n) behandelt.

BAGSO-Nachrichten-Leserin Heide Walbrodt, Jahrgang 1936, hat für uns gelesen:

Alexandra Baur

Morgen ohne Sorgen

Für die finanzielle Freiheit im Alter

FinanzBuch Verlag, München 2007

ISBN 978-3-89879-293-6

Alexandra Baur hat mit „Morgen ohne Sorgen ein überaus lesenswertes Buch geschrieben. Umfassend informiert sie, indem sie wie mit einer Taschenlampe die Einzelheiten sich wandelnder Umstände im Laufe eines Lebens beleuchtet. Wegen dieser genauen und sorgfältigen Betrachtungsweise eignet sich dieses Buch auch zum Nachschlagen.

Alexandra Baur ist eine kompetente Ratgeberin, nicht nur in Sachen Finanzen, mit dem Ziel „für die finanzielle Freiheit im Alter“ zu sorgen.

In drei weiteren großen Themengebieten beschreibt und informiert sie ausführlich und das umfangreichste Finanzkapitel unterfütternd zum Übergang der Berufstätigkeit in die Zeit danach, zu den Übergängen der Wohnformen und zu dem gesundheitlichen Prozess des Alterns.

Auch in diesem Kapitel unterstützt sie das Ziel, so flexibel, sozial eingebunden und beweglich wie individuell gewollt zu leben.

Aufgrund soziologisch demografischer Analysen zieht A. Baur Schlussfolgerungen für alle grundlegenden Lebensnotwendigkeiten für Frauen und Männer, solche mit und ohne Kinder, Alleinstehende wie Verheiratete.

So kann das kenntnisreiche Buch eine nüchterne, unbestechliche Begleitung für viele bedeuten.

Das Schlusskapitel „Eine personalisierte Medizin“ klingt auch schon in früheren Kapiteln an, wenn Dr. Erika Neubauer (bis April 2007 Geschäftsführerin der BAGSO), Jochen Kienbaum, Prof. Meinhard Miegel, Walter Riester und Dr. Bernd Rürup sich zu ihren persönlichen Lebensentwürfen äußern, was die Vorsorge im gemeinten, umfassenden Sinne angeht.

Anmerkung: Das Buch wird von Frauen vermutlich nicht so gern zur Hand genommen. Es hat ausschließlich den Wunsch zu informieren, nicht zu unterhalten. Doch gerade Frauen sollten kühl, sachlich und trocken ihr oft abhängiger geplantes Leben anschauen lernen.

“Der Rentner von heute hat im Durchschnitt mindestens noch 20 Jahre vor sich. Die sollten gut geplant sein – auch bei der Geldanlage.“

Rosmarie Hennigs, freie Medizinerjournalistin, hat für Sie gelesen:

Dr. Jochen Werle, Prof. Dr. Alexander Woll, Dr. Susanne Tittlbach

Gesundheitsförderung

Körperliche Aktivität und Leistungsfähigkeit im Alter Verlag Kohlhammer

Stuttgart 2006

ISBN 3-17-017971-3

In der Ursachenforschung für ein erfolgreiches Altern ist die Frage einer lebenslangen körperlich-sportlichen Aktivität und Leistungsfähigkeit im Hinblick auf Gesundheitsförderung von besonderer Bedeutung.

Die Grundlage für Empfehlungen an die Politik liefert eine Expertise der Bundesvereinigung für Gesundheit unter Leitung von Prof. Andreas Kruse mit der Prämisse "Das Alter soll als Chance und Erfolg gewertet und unter dem Aspekt des Zugewinns an Lebensqualität gestaltet werden". Vorrangig seien hier Kampagnen zur Vermittlung eines positiven Altersbildes und zur Entwicklung eines gesunden Lebensstils, hierfür sei es nie zu spät.

Es wird überzeugend auf die Trainierbarkeit der körperlichen Leistung im Alter eingegangen mit Beispielen von Alltagsaktivitäten wie Treppensteigen, Straßenverkehr, Sturzrisiko.

Planungsschritte gesundheitsbezogener Interventionen werden erläutert. Es werden Praxisbausteine wie Körperwahrnehmung, Funktions- und Strukturtraining, Entspannung, kleine Spiele geschildert.

Es wird auf Einzelelemente wie Nordic Walking, Aquatraining, Rückenschule eingegangen und auch Sporttherapie bei bestimmten Krankheitsbildern wie Herzinsuffizienz, Osteoporose, Depressionen beschrieben.

Engelbert Kerkhoff

Selbstbestimmtes Alter(n)

Denkanstöße und Perspektiven aus Forschungs-, Entwicklungsvorhaben und Praxis,

ISBN 3-933493-01-3

Bei diesem Buch aus der Schriftenreihe des Fachbereichs Sozialwesen an der Fachhochschule Niederrhein geht es um die Förderung und Stärkung kompetenten Lebens im Alter, entsprechend des Forschungsschwerpunkts „Kompetenz im Alter zwischen Routine und Neubeginn“. In das Forschungsvorhaben wurde eine Gruppe älterer und alter Menschen einbezogen, die sich lernbegierig, neugierig und selbstbewusst zu einem unentbehrlichen Motor intergenerativen Gedankenaustausches entwickelte. Zu den Themen gehören unter anderen: Lebensqualität im Alter und Perspektiven für die Zukunft – biographische soziale Arbeit mit alten Frauen – Ernährungssituation im Alter – Produktdesign für Ältere – Nähe und Distanz in der Pflegearbeit.

Alle Themen werden spannend und interessant bearbeitet und haben zahlreiche Literaturangaben.

Verbraucherzentrale

Was ich als Rentner wissen muss

Wissen kompakt: Finanzen, Recht, Vorsorge

ISBN -13:978- 3 -938174-24-1

Von jedem muss der Einstieg in die Rente vorbereitet werden, möglichst längerfristig. Denn es ändert sich die Finanzlage hinsichtlich der gesetzlichen Rente und der privaten Vorsorge, vielleicht wird auch der Umzug in eine barrierefreie Wohnung geplant oder die eigene Wohnung entsprechend umgestaltet. Die rechtliche Vorsorge zu Lebzeiten und die Erbschaftsplanung sind weitere Themen.

Auf 270 Seiten behandelt das Buch Fragen und Probleme, die im Zusammenhang mit dem Rentnerleben auftauchen können, ausführlich und verständlich und mit vielen Beispielen.

Bei der Finanzstrategie wird der Umgang mit den Banken beschrieben und die Besteuerung der Altersrente.

Hinsichtlich der Wohnform wird Barrierefreiheit in allen Einzelheiten erläutert und was bei einem geplanten Umzug zu beachten ist.

Das Thema Unterhaltsrecht wird ebenfalls in allen Aspekten geschildert.

Mit einer Vorsorgevollmacht kann eine Vertrauensperson bevollmächtigt werden, bei Krankheit oder Nachlassen der geistigen Kräfte die Angelegenheiten des Rentners zu erledigen. Die erbrechtliche Vorsorge wird ebenfalls ausführlich beschrieben.

Der Ratgeber ist zu beziehen bei

NRW-Verbraucherzentrale

Mintropstraße 27

40215 Düsseldorf

Tel.: 0180 / 500 14 33

Hans Gutzmann, Susanne Zank

Demenzielle Erkrankungen

Medizinische und psychosoziale Interventionen

Verlag W. Kohlhammer, Stuttgart 2005

ISBN 3-17-017658-7

Dieses Taschenbuch – aus der Reihe „Grundriss Gerontologie“ und von zwei Experten aus Wissenschaft und Praxis geschrieben – liefert Grundlageninformationen über verschiedene demenzielle Erkrankungen, über deren medizinische und psychosoziale Behandlungsmöglichkeiten und auch über die soziale Bedeutung dieser Erkrankungen für den erkrankten Menschen, für seine Familie und für die Gesellschaft.

Die Zahl der Betroffenen nimmt dramatisch zu. Diese Entwicklung wird sich fortsetzen, bis Demenzerkrankungen nicht nur erfolgreich behandelt werden können, sondern auch Prävention möglich ist. An Fallbeschreibungen werden alltägliche Probleme Demenzkranker geschildert.

Im ersten Teil werden medizinische Grundlagen und Interventionsmöglichkeiten bei

primär degenerativen Demenzen beschrieben, insbesondere Alzheimer, die Demenz „mit Levy-Körperchen (DLK)“, vaskuläre Demenzen, deren Symptome, Charakteristika, Risikofaktoren, Verlauf und Therapieansätze.

Der zweite Teil behandelt die psychosozialen Interventionsmöglichkeiten bei Demenzpatienten. Es wird auf das Erleben von Demenzen durch den Patienten eingegangen, und auf therapeutische Interventionen wie beispielsweise kognitive Trainingsprogramme. Ein weiteres Kapitel ist den pflegenden Angehörigen gewidmet und deren enormer Belastung. Die wichtigste Unterstützung, Entlastung und Information kommt hier von den Selbsthilfe-Organisationen wie Alzheimer Gesellschaften und Alzheimer-Angehörigen-Gruppen. Sie stellen sich allen Problemfeldern, die mit der Versorgung und den Pflegeaufgaben Demenzkranker verbunden sind.

Und schließlich wird die Situation professioneller Helfer und Institutionen beleuchtet, der Ärzte, Pflegepersonen, Physiotherapeuten, Sozialarbeiter, Psychologen, die je nach Krankheitsbild vernetzt arbeiten sollten, denn die wichtigste Voraussetzung für die Versorgung ist der Zugang zu einem Versorgungskonzept, das ambulante, teilstationäre und stationäre Institutionen miteinander verbindet. In dem Buch werden alle beschrieben, teilweise auch kritisiert, mit der Aufzählung erforderlicher Kompetenzen, insbesondere der Pflegekräfte. Abschließend werden Richtlinien für eine gute Versorgung genannt sowie Möglichkeiten der Prävention.