

Lore Schultz-Wild

Das Geheimnis glücklicher Großeltern

Engagiert und eigen-sinnig leben



Undes-lehrer-Bibliothek
des Fürstentums Liechtenstein
Vaduz

Inhalt

Vorwort	7
Das Geheimnis, erster Teil	
Alte Fragen - neue Rolle	9
Wer bin ich - für wen?	10
Was kann ich - wozu?	12
Was darf ich - wann?	15
Was will ich - für mich?	17
Was ist wichtig - ab heute?	20
Das Geheimnis, zweiter Teil	
Das demografische Dilemma - von der Pyramide zum Bovist	25
Was wird aus dem Generationenvertrag?	31
Generationensolidarität - nur noch Familiensache?	35
Viel versprechende Lösungsansätze	38
Neues Denken	43
Das Geheimnis, dritter Teil	
Neue Maßstäbe fürs Genießen	49
Fremd sein und Beziehungen entwickeln	50
Vom Luxus der freien Wahl und der Kunst des Nein-Sagens	54
Regeln, Grenzen, Konsequenzen	58
Wann Stress gut tut	66
Wellness bedeutet Geben, Nehmen und Teilen	71
Ein eigenes Leben - gut vernetzt	75

Inhalt

Das Geheimnis, vierter Teil

Medizinischer Fortschritt und

die »gewonnenen Jahre«	81
Ein Gentech-Baby für Sechzigjährige?	82
Hoffnung auf Heilung	84
Noch länger leben? - Nie wieder alt sein?	86
Wider den Zwangsruhestand	90
Trau keinem unter sechzig	96

Das Geheimnis, fünfter Teil

Like a rolling stone ...	103
Vorbilder haben - Vorbild sein	104
Machen lassen, verhandeln und verwöhnen	111
Verbündet und gemeinsam engagiert	117
Selbstbilder, Mentoren und »die anderen«	121
Wer lernt wo was von wem?	125

Das Geheimnis, sechster Teil

Die Kunst der Anfänge und kleinen Abschiede	133
Sehnsucht nach dem richtigen Anfang	133
Eine eigene Kultur des Übergangs	137
Die Großelternzeit feiern	140
Von der Vergangenheit in die Zukunft	141
Ein Abschied in Würde	
und das Leben vor dem Tod	145
Die Kunst, den Abschied zu leben	151

Anhang

Zum Nachschlagen und Weiterlesen	156
Wichtige Internetadressen	157
Register	159