

BETTINA UGOLINI
WEGWEISER ALTER
KURZ & BÜNDIG

Limmat Verlag
Zürich

Inhalt

- 9 Einleitung

- 11 Besonderheiten und Mythen des Alters**
- 12 Das liebe Geld - Altersgeiz
- 16 Erfolgreich altern
- 20 Sich helfen lassen
- 24 Das ewige Jammern
- 28 Ungeduld der Alten
- 32 Hilfsmittel annehmen
- 35 Körperhygiene
- 39 Sicherheit im Alter
- 43 Ruhestand/Pensionierung
- 48 Einsamkeit im Alter

- 53 Familienbeziehungen im Alter**
- 54 Beziehungen von alten Eltern und erwachsenen Kindern
- 58 Bevormundung alter Eltern
- 62 Geschwisterbeziehungen im Alter
- 67 Geschwisterrivalität in der Betreuung alter Eltern
- 72 Die Söhne alter Eltern
- 76 Schuldgefühle
- 80 Gewalt - wenn Pflege überfordert
- 85 Familiengeheimnisse
- 89 Versprochen ist versprochen
- 93 Versöhnung

97 Autonomieverlust und das Pflegeheim

- 98 Entscheidungskriterien für einen Pflegeheimplatz
- 102 Eintritt ins Pflegeheim
- 106 Die Wohnungsauflösung
- 110 Besuch im Pflegeheim
- 114 Selbstbestimmung im Pflegeheim
- 118 Zusammenarbeit im Pflegeheim
- 122 Gespräch über Tod und Sterben
- 126 Im Sterben begleiten und letzte Wünsche erfüllen

131 Demenz - eine Herausforderung

- 132 Eine Herausforderung für uns alle
- 137 Dementen Menschen begegnen
- 141 Mit Demenzkranken sprechen
- 145 Demenz in der Partnerschaft
- 149 Demenz und Sexualität
- 153 Perspektiven bei Demenz

- 157 Anlaufstellen
- 160 Die Autorin