

Luisa Francia  
Wer nicht alt  
werden will, muss  
vorher sterben

Nachdenken über die  
letzte Lebenszeit



*nymphenburger*

## *Inhalt*

Vorwort .....	7
Fast ein Ende .....	11
Nachdenken über das Ende .....	27
Die gute Frau Tod .....	43
Das letzte Drittel .....	53
Wer pflegt, muss ein dickes Fell und viel Humor haben .....	65
Wie alt sollen wir werden? Oder: Wie sollen wir alt werden? .....	71
Lebend komme ich hier nicht mehr raus: Das Leben im Seniorenheim .....	79
Meditation statt Medikation .....	91

Sterben .....	109
Das Ende als Befreiung .....	117
Über den Tod hinaus: Brief an meine Freundin .....	123
Anhang: Praktische Überlegungen .....	137
Ungewöhnliche Begegnung .....	157
Danksagung .....	159