

Inhalt

Persönliche Vorbemerkung	9
Vorwort	13

TEIL I

Mythos Alter

1. Verdrängung und das «Problem» Alter	43
2. Die beiden Gesichter des Alters	87
3. Jugend als Maß aller Dinge?	133

TEIL II

Stärken ohne Namen

4. Warum werden Frauen älter als Männer, und warum sind sie im Alter gesünder?	169
5. Jenseits des jugendlichen Männlichkeitsideals	215

TEIL III

Neue Dimensionen von Liebe und Arbeit

6. Das Ruhestandsparadox	247
7. Selbstbestimmte Arbeit	291
8. Neue Formen der Nähe	327
9. Den Schritt wagen	387

TEIL IV

Es geht auch anders

- | | |
|---------------------------------|-----|
| 10. Der «neue Ort» | 431 |
| 11. Bleiben oder weggehen? | 451 |
| 12. Zu Hause an einem neuen Ort | 499 |

TEIL V

Neue Möglichkeiten vitalen Alterns

- | | |
|--|-----|
| 13. Ein Paradigmenwechsel in der Altersmedizin | 543 |
| 14. Mehr sehen als nur Krankheit und Symptome | 591 |
| 15. Das neue Trara um die Menopause | 623 |
| 16. Schreckgespenst Pflegeheim | 663 |
| 17. «Mit dem Leben sterben» | 721 |

TEIL VI

Transzendenz: Das Wagnis Freiheit

- | | |
|-------------------------|-----|
| 18. Alter als Abenteuer | 769 |
| 19. Generativität | 827 |

- | | |
|-------------|-----|
| Anmerkungen | 862 |
| Register | 883 |