

Endlich erwachsen? Aktiv und informiert älter werden

Medien rund um das Älterwerden



Baden-Württemberg
REGIERUNGSPRÄSIDIUM STUTTGART
FACHSTELLE FÜR DAS ÖFFENTLICHE BIBLIOTHEKSWESEN

Endlich erwachsen? - Aktiv und informiert älter werden

Bibliothekar/innen konzentrieren sich heute in ihrer Arbeit besonders die Zielgruppe der Kinder und Jugendlichen. Dagegen gibt es für die steigende Zahl der über 55-Jährigen nur wenige Angebote. Der demographische Wandel führt aber dazu, dass bereits heute genauso viele über 60-Jährige wie unter 20-Jährige in Deutschland leben. Bis 2050 wird der Anteil der Älteren voraussichtlich noch höher sein.

Die Älteren von heute entsprechen nicht mehr den überholten Klischees der Kranken und Passiven. Viele sind engagiert, vielfältig interessiert und unternehmungslustig. Sie setzen sich aktiv mit der Herausforderung und den Chancen des Alterwerdens auseinander. Sie gestalten ihr Leben, fragen sich, wie sie leben wollen.

Den Informationsbedürfnissen dieser neuen aktiven Älteren sollte auch in Bibliotheken Rechnung getragen werden. Für Bibliotheken besteht in der Ausweitung ihrer Angebote für Ältere die Chance, neue interessierte Kunden hinzugewinnen und sie als Leser langfristig zu halten. Neben speziellen Medien gehören dazu z.B. Vorträge, Computerkurse speziell für Ältere oder eine nutzerfreundliche Gestaltung der Regale, Beschriftungen und Beschilderungen.

Unter dem Titel „Endlich erwachsen? - Aktiv und informiert älter werden“ bietet die Fachstelle Medien für aktive Ältere mit 33 Medien sowie zahlreichen Broschüren zu den Themen Gesundheit, Recht und Finanzen, Älter werden, Großeltern, Wohnen und Pflege, Freizeit und Reisen, Lebenslanges Lernen, PC und Technik, Trauer und Lebensgestaltung an. Von Nordic-Walking für Späteinsteiger über digitale Fotografie bis zu Wohnformen im Alter können Bibliotheken Medien an ihre Leser ausleihen. Alle Bücher sind mit Interessenkreis-Aufklebern versehen, die speziell für die Zielgruppe entwickelt wurden. Die Aufkleber sind in Größe und Schrift zielgruppengerecht gestaltet.

Die Bezugsadressen der Broschüren sind am Ende der Titelliste angegeben. Bei den jeweiligen Institutionen können die Broschüren kostenfrei heruntergeladen und ausgedruckt oder (auch in größerer Stückzahl) zum Auslegen in der Bibliothek bestellt werden.

Herausgeber
Regierungspräsidium Stuttgart
Fachstelle für das öffentliche Bibliothekswesen
Ruppmannstr. 21
70565 Stuttgart
Tel.: 0711/904-12339
E-Mail: fst@rps.bwl.de
www.s.fachstelle.bib-bw.de

Auswahl und Bearbeitung: Christina Oertel

Stand: Dezember 2006

Medien für aktive Ältere

Altes Eisen schmiedet Zukunft : ehrenamtliches Engagement für Nachhaltigkeit in der nachberuflichen Lebensphase / Katja Geißler ; Gerhard Monninger [Hrsg.]. - München : Oekom-Verl., 2006. - 75 S. : Ill., graph. Darst.

ISBN 3-86581-020-9 9,80 € IK: Älter werden

Aktive Ältere können ihre Erfahrung und Zeitpotential in ehrenamtliches Engagement einbringen und damit Vereine, Gemeinden etc. unterstützen. Katja Geißler gibt Informationen zum ehrenamtlichen Engagement und zeigt, wie der (Vor-)Ruhestand dadurch bereichert werden kann und Haupt- und Ehrenamtliche zusammenarbeiten können.

Bachl, Norbert:

Fit ins Alter : mit richtiger Bewegung jung bleiben / Norbert Bachl ; Werner Schwarz ; Johannes Zeibig. - Wien [u.a.] : Springer, 2006. - 318 S. : Ill., graph. Darst.

ISBN 3-211-23523-X 29,80 € IK: Fit und gesund

Durch Aktivität bleibt man länger jung und gesund und Lebensfreude bleibt länger erhalten. Auf Basis wissenschaftlich gesicherter Erkenntnisse gibt der Ratgeber Tipps, wie man das Altern hinauszögern kann. Mit Anleitungen zu einigen Sportarten und gesunder Ernährung.

Bamberger, Christoph Marcus:

Besser leben - länger leben : zehn gesunde Jahre mehr sind machbar - das individuelle Trainingsprogramm / Christoph M. Bamberger. - München : Knauer, 2006. - 255 S.

ISBN 3-426-64280-8 19,95 € IK: Fit und gesund

Der Anti-Aging-Professor berichtet über das Altern und prüft, welche Präventionsmaßnahmen gegen das Altern wirklich sinnvoll sind. Auf neuesten Forschungsergebnissen basierend stellt Bamberger ein 4-Stufen-Konzept vor, mit dem man gesundes Altern gezielt beeinflussen kann.

Bittler, Jan:

Richtig vererben - Steuern sparen / Jan Bittler ; Bernd Kieser. Verbraucherzentrale. - Düsseldorf : Verbraucherzentrale NRW, 2005. - 166 S. : graph. Darst.

ISBN 3-938174-07-2 9,80 € IK: Recht und Finanzen

Der Ratgeber zeigt Möglichkeiten, bei Erbschaften und Schenkungen Steuern zu sparen. Die Rechtsanwälte Jan Bittler und Bernd Kieser geben viele Tipps zur Planung der Vermögensnachfolge und geben auch einen Überblick über juristische Problemfelder wie Testament und Vollmachten.

Born, Sigrid:

Alles rund um den PC und Internet / Sigrid Born ; Hans-Georg Schumann. - 2. Aufl. - Bonn : mitp, 2006. - 650 S. : zahlr. Ill.

ISBN 3-8266-1668-5

ISBN 978-3-8266-1668-6 19,95 € IK: PC & Technik

Computerneulinge finden detaillierte Anleitungen rund um den PC und Internet in angenehmen Großdruck.

Collange, Christiane:

Das zweite Leben der Frauen : wenn die besten Jahre kommen / Christiane Collange. Aus dem Franz. von Antoinette Gittinger. - Berlin : Ullstein, 2006. - 239 S.

ISBN 3-550-07867-6 19,95 € IK: Lebensgestaltung

Christiane Collange hat mit älteren Frauen „in der zweiten Lebenshälfte“ gesprochen und zeigt, welche Chancen und Herausforderungen Frauen jenseits der 50 erwarten.

Csellich-Ruso, Renate:

Oma, Opa und ich : Bewegungsspaß für Alt und Jung / Renate Csellich-Ruso. - Wien [u.a.] : Springer, 2006. - X, 119 S. : Ill., graph. Darst.

ISBN 3-211-29119-9 19,90 € IK: Großeltern

Csellich-Ruso gibt Hintergrundinformationen zu geistigen und körperlichen Zusammenhängen, Grundlagen des Gehirns und der Entwicklung des zentralen Nervensystems. Viele Bewegungsspiele und Übungen zeigen, wie Erwachsene und Kinder gemeinsam ihre Fähigkeiten reaktivieren oder erweitern können.

Döll, Michaela:

Antiaging mit Antioxidantien : die Powerstoffe für Fitness und Vitalität / Michaela Döll. - München : Herbig, 2006. - 286 S. : Ill.

ISBN 3-7766-2500-7 19,90 € IK: Fit und gesund

Irrtümer zum Thema Anti-Aging werden aufgeklärt. Der Zusammenhang zwischen gesunder Ernährung und verlangsamten Alterungsprozess wird all-gemeinverständlich auf neuesten Erkenntnissen basierend dargestellt.

Döring, Dorothee:

Über Fünfzig, na und! : mit Selbstbewusstsein und Lebensfreude in die zweite Lebenshälfte / Dorothee Döring. - Lahr : Kaufmann, 2006. - 151 S. : Ill.

ISBN 3-7806-3023-0 16,95 € IK: Lebensgestaltung

Das Bild der „Generation 50plus“ in der Gesellschaft und die Vorurteile über diese werden dargestellt. Außerdem werden Wege zu mehr Selbstbewusstsein und Lebensfreude, z.B. durch Aktivität, gezeigt.

Einfach digital fotografieren / Gideon Heimann. - Berlin : Stiftung Warentest, 2006. - 160 S. : Ill.
ISBN 3-937880-39-9
ISBN 978-3-937880-39-6 12,90 € IK: PC & Technik

Speziell für Ältere erklärt der Ratgeber die Unterschiede zur bisherigen Technik und erläutert die verschiedenen Angebotsgruppen vom Handy bis zur Spiegelreflexkamera. Eine Checkliste für den Kamera Kauf erleichtert die Auswahl eines passenden Modells. Vom Kauf der Kamera bis zum Speichern der Bilder erhält der Leser viele Tipps zum digitalen Fotografieren.

Folkes, Erika:

Generation 50plus : Ratgeber für Menschen in den besten Jahren / Erika Folkes ; Gerald Gatterer. - Wien [u.a.] : Springer, 2006. - X, 196 S.
ISBN 3-211-25537-0 19,90 € IK: Älter werden

Der Ratgeber zeigt, wie man mit den körperlichen und geistigen Veränderungen umgehen kann und das Wohlbefinden bis ins hohe Alter erhalten kann. Auch zum Thema Betreuung und Abschied nehmen gibt es hilfreiche Tipps.

Geckle, Gerhard:

Patientenverfügung und Testament : [mit den aktuellen Gesetzesänderungen zum Betreuungsrecht ; Vorsorgeplanung, Testamente, Nachlassregelungen, Behördengänge nach Todesfällen ; auf CD-ROM: Muster für Patienten-, Organ-, Betreuungsverfügungen und Testamente] / Gerhard Geckle. - Freiburg i. Br. [u.a.] : Haufe, 2005. - 228 S. + 1 CD-ROM
ISBN 3-448-06215-4 16,80 € IK: Recht und Finanzen

Der Ratgeber unterstützt mit vielen Mustern und Formulierungsvorschlägen, den Willen rechtsicher zum Ausdruck zu bringen, und gibt Informationen über rechtliche Voraussetzungen. Auf der CD-ROM sind Vorlagen enthalten.

Jahns, Horst:

Reiseziel: Zahnersatz : [über 100 Praxen im Detail, Qualitätsfragen, Kosten und Erstattung, Garantie-, Gewährleistung, Reiseplanung, Urlaubsspaß ; Kroatien, Polen, Spanien, Südtirol, Thailand, Tschechien, Türkei, Ungarn] / Horst Jahns. - Bielefeld : Reise-Know-How-Verl. Rump, 2005. - 128 S. : Ill.
ISBN 3-8317-1384-7
ISBN 978-3-8317-1384-4 8,90 € IK: Freizeit und Reisen

Nach einer kleinen Zahnersatzkunde, folgt eine Beschreibung der Situation in Bezug auf Zahnersatz in Deutschland. Jahns stellt dar, für wen sich Zahnersatz im Ausland lohnt und gibt viele Tipps zur Reiseplanung, Qualität und Garantie und zur Kostenerstattung. Einige nach westlichen Standards ausgewählte Kliniken in Europa und Thailand werden vorgestellt. Ein nützlicher Ratgeber.

Jahns, Horst:

Clever Kuren im nahen Ausland : [welcher Ort für welche Beschwerden? Organisation der Kur, Preisvergleich, Kostenerstattung, 100 Kurorte im Porträt ; Kur und Wellness in: Luxemburg, Norditalien, Österreich, Polen, Schweiz, Slowakei, Slowenien, Tschechien, Ungarn] / Horst Jahns. - Bielefeld : Reise-Know-How-Verl. Rump, 2003. - 160 S. : zahlr. Ill.

ISBN 3-8317-1156-9 8,90 € IK: Freizeit und Reisen

Im Mittelpunkt steht der Gesundheitsurlaub, die „selbst bezahlte Kur in Eigenregie“. Über 100 Kurorte in neun Ländern Europas werden in Hinsicht auf Lage, Reisezeit, Preislage, Freizeitangebote, Behandlungen und Anreise vorgestellt. Dazu gibt es wertvolle Tipps zur Organisation der Reise, zur Kostenerstattungen, Versicherungen, Reisegepäck etc. Ein hilfreicher Ratgeber.

Keller, Sabine:

Leben und Wohnen im Alter / Sabine Keller. Stiftung Warentest ... - Berlin : Stiftung Warentest [u.a.], 2006. - 215 S. : Ill.

ISBN 3-937880-26-7 19,90 € IK: Wohnen und Pflege

Der Ratgeber zeigt, wie man im Alter selbstbestimmt und sicher leben und wohnen kann und hilft bei der Entscheidung, ob und wie man zu Hause bleiben kann oder die Wohnsituation besser ändert. Verschiedene Alternativen werden vorgestellt.

Kleist, Bettina von:

Wenn der Wecker nicht mehr klingelt : Partner im Ruhestand / Bettina von Kleist. - Berlin : Links, 2006. - 235 S.

ISBN 3-86153-394-4 14,90 € IK: Älter werden

Neben Erfahrungsberichten von Paaren werden auch Langzeitstudien und Ratschläge von Fachleuten vorgestellt. Nicht nur die Probleme die der Ruhestand für die Partnerschaft mit sich bringt, sondern auch Chancen werden gezeigt.

Kramer, Thomas J.:

ZDF-WISO Vorsorgeplaner : der Leitfaden für den Ernstfall ; Hinweise für die Nachlassregelung, Formulare für den Todesfall, Entwürfe für Patienten-, Betreuungs-, Organverfügungen, Trauerverfügungen und Sorgerechtsverfügungen, alle persönliche Daten im Überblick / Thomas J. Kramer ; Karin Meyer-Götz ; Heinrich Meyer-Götz. - Frankfurt/Main : Campus-Verl., 2006. - 207 S.

ISBN 3-593-38071-4 19,90 € IK: Recht und Finanzen

Mit dem WISO-Vorsorgeplaner sichert man an einem Ort alle Fakten, die im Ernstfall wichtig für Angehörige sind, um Entscheidungen im Sinne des Betroffenen zu treffen: persönliche Daten, alle Versicherungen, Vollmachten, Verfügungen und Verträge etc.

Kübler-Ross, Elisabeth:

Dem Leben neu vertrauen : den Sinn des Trauerns durch die fünf Stadien des Verlusts finden / Elisabeth Kübler-Ross ; David Kessler. Aus dem Amerikan. von Susanne Schaup. - Stuttgart : Kreuz, 2006. - 279 S.

ISBN 3-7831-2692-4 19,95 € IK: Trauer

Elisabeth Kübler-Ross erläutert die fünf Stadien des Sterbens (Nicht-Wahrhaben-Wollen, Zorn, Verhandeln, Depression, Zustimmung). Eine Anleitung für trauernde Menschen mit Ratschlägen, ihr Leben zu normalisieren und zum Weiterleben.

Ein Lebensende in Würde : Ratgeber für Sterbebegleitung und Trauerfall / [Verbraucherzentrale NRW]. - Düsseldorf : Verbraucherzentrale NRW, 2005. - 208 S. : Ill.

ISBN 3-933705-51-7 14,90 € IK: Recht und Finanzen

Der Ratgeber gibt hilfreich Informationen zum Umgang mit dem Tod, selbstbestimmter Vorsorge (Testament etc.), Sterbebegleitung, Sterbeprozess, Bestattung und Trauerarbeit. Eine Checkliste hilft alle nötigen Formalitäten zu berücksichtigen.

Liebe im Alter : [mit den besten TV-Experten aus "Gesundheit-Sprechstunde"] / [Hrsg.: Samuel Stutz]. - Zürich : Orell Füssli, 2004. - 61 S. + 1 DVD

ISBN 3-280-05136-3 26,50 € IK: Fit und gesund

Paare berichten, wie sie die Veränderungen der körperlichen Liebe im Alter erleben und damit umgehen. In drei Interviews sprechen Experten über Chancen und Herausforderungen für die Beziehung. Mit zahlreichen Tipps und Adressen.

Müller-Lissner, Adelheid:

Enkelkinder! : eine Orientierungshilfe für Großeltern / Adelheid Müller-Lissner. - Berlin : Links, 2006. - 199 S. : Ill.

ISBN 3-86153-409-6

ISBN 978-3-86153-409-9 14,90 € IK: Großeltern

Erfahrungsberichte, teilweise von Prominenten, und verschiedene Modelle auch jenseits der traditionellen Rollenbilder zum Thema „Großeltern sein“ werden vorgestellt. Zudem kommen Experten wie Psychologen, Familientherapeuten oder Erziehungsberater zu Wort.

Nourney, Astrid:

Zu alt? Abgelehnt! : Berichte aus Deutschland über das Älterwerden / Astrid Nourney. - Bremen : Falkenberg, 2006. - 218 S.

ISBN 3-937822-53-4 12,90 € IK: Älter werden

Berichte von Betroffenen, die sich gegen die Altersdiskriminierung wehren und beschreiben, was getan werden muss, damit mehr Menschen in Würde älter werden können. Zu Wort kommen alte und junge Arbeitgeber, ehrenamtlich Engagierte, Sozialforscher, Deutsche und Ausländer etc.

Perino, Jutta:

Ich weiß, was ich noch machen will : Berichte von gelebten Wunschträumen / Jutta Perino. - Lahr : Kaufmann, 2006. - 116 S. : Ill.

ISBN 3-7806-3027-3 14,95 € IK: Lebensgestaltung

25 Personen berichten von ihrem Engagement für andere im dritten Lebensabschnitt.

Pramann, Ulrich:

Nordic Walking für Späteinsteiger : der leichte Einstieg für jedes Alter ; das komplette Trainingsprogramm / Ulrich Pramann ; Bernd Schäufler. - München : Südwest Verl., 2006. - 95 S. : Ill.

ISBN 3-517-06980-9 9,95 € IK: Fit und gesund

Active-Aging statt Anti-Aging soll durch Nordic Walking bewirkt werden. Wie man leicht den Einstieg findet, die richtige Technik und Trainingspläne für die ersten zwölf Wochen werden gezeigt. Zusätzlich wird Nordic Walking bei Erkrankungen erläutert und Tipps zur Ernährung gegeben.

Rampe, Micheline:

Jeder will es werden, keiner will es sein : Alter als Herausforderung / Micheline Rampe. - München : A-1-Verl., 2006. - 214 S.

ISBN 3-927743-87-9 18,80 € IK: Älter werden

Micheline Rampe stellt (prominente) Ältere vor, die sich mit dem Älterwerden auseinander gesetzt haben und sich Altersklischees nicht aufdrängen lassen. Neueste Ergebnisse aus der psychologischen Forschung und die Berichte zeigen, was ein glückliches Leben im Alter ausmacht.

Schautzer, Max:

Rock 'n' Roll im Kopf, Walzer in den Beinen : Antworten auf den Jugendwahn / Max Schautzer. - Frankfurt am Main : mvg-Verl., 2004. - 400 S.

ISBN 3-636-06147-X 15,90 € IK: Älter werden

Max Schautzer berichtet von seinem eigenen unfreiwilligen Abschied aus der Fernsehsendung „Immer wieder sonntags“ und über Altersdiskriminierung in der Gesellschaft. Er befasst sich mit Aspekten und Hintergründen der Generationen-Diskussion und zeigt, wie aktiv und engagiert Ältere sein und die Zukunft mitgestalten können.

Schmidbauer, Wolfgang:

Altern ohne Angst [Tonträger] : ein psychologischer Begleiter / Wolfgang Schmidbauer. Sprecher: Hans Eckardt. Regie: Heidemarie Eckardt. - Ungekürzte Textausg. - Beltershausen : Verl. und Studio für Hörbuchproduktionen, 2002. - 4 CDs

ISBN 3-89614-245-3 18,90 € IK: Lebensgestaltung

Wolfgang Schmidbauer gibt eine Orientierungshilfe für die zweite Lebenshälfte und gibt Hilfestellung beim Umgang mit psychologischen Aspekten des Alterns und zeigt, dass zum Leben auch Schwäche, Krankheit und Trauer dazugehören.

Schöffler, Mona:

Wohnformen im Alter / Mona Schöffler. - Lahr : Kaufmann, 2006. - 141 S.

ISBN 3-7806-3026-5 14,95 € IK: Wohnen und Pflege

Mona Schöffler gibt einen Überblick über verschiedene Wohnformen wie Betreutes Wohnen, Wohnstifte etc. Checklisten und ein Fragebogen helfen, die richtige Entscheidung zu treffen. Ergänzend sind weiterführende Adressen und Literatur aufgeführt.

Schwebel, Walter:

Die späte Kür : Aufbruch in den aktiven Unruhestand / Walter Schwebel. - Darmstadt : Pala-Verl., 2006. - 197 S. : graph. Darst.

ISBN 3-89566-223-2 14,00 € IK: Fit und gesund

„Die späte Kür“ vermittelt ein positives Altersbild und zeigt, wie man frühzeitig die Weichen für ein aktives, selbst bestimmtes Leben im (Un-)Ruhestand stellen kann. Da Gesundheit eine wichtige Voraussetzung dafür ist, bekommt der Leser Tipps, was er selbst dafür tun kann.

Urban, Adrian:

Gedächtnistraining : wirksame Übungen für Konzentration und Merkfähigkeit / Adrian Urban. - Stuttgart : Urania, 2006. - 127 S.
ISBN 3-332-01898-1 12,95 € IK: Lebenslanges Lernen

Das Buch beschreibt Grundlagen des Gedächtnisses und bietet Wahrnehmungs- und Konzentrationsübungen sowie praktische Übungen für bessere Gedächtnisleistung.

Verschwiegene Lust : Frauen über 60 erzählen von Liebe und Sexualität / Renate Daimler [Hrsg.]. - München [u.a.] : Piper, 2002. - 204 S.

ISBN 3-492-23271-X 8,90 € IK: Fit und gesund

Frauen über 60 sprechen offen über ihr Liebesleben und zeigen, dass Sexualität nicht Jüngeren vorbehalten ist.

Was ich als Rentner wissen muss : Wissen kompakt: Finanzen, Recht, Vorsorge / [Hrsg. Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen e.V. ... Text: Thomas Hammer (Kap. 1) ... Koordination: Hannah Friege]. - Düsseldorf : Verbraucherzentrale NRW, 2006. - 272 S. : Ill.
ISBN 3-938174-24-2 12,90 € IK: Recht und Finanzen

Nach dem Eintritt in den Ruhestand folgen viele Änderungen im Leben. Für viele ist es notwendig z.B. Finanzen und Versicherungen neu zu ordnen und an die veränderte Situation anzupassen. Rund um die Themen Rentenbesteuerung, Wohnen im Alter, Unterhaltsrecht, Erbrecht und rechtliche Vorsorgen wie Vollmachten und Patientenverfügungen findet der Leser Antworten auf wichtige Fragen.

Zifko, Udo:

Fit im Kopf : Ihr persönlicher Trainer für geistige Vitalität / (Udo Zifko ; Ingrid Kiefer). - Leoben [u.a.] : Kneipp-Verl., 2006. - 127 S. : Ill. + 1 CD-ROM

ISBN 3-7088-0353-1 14,90 € IK: Lebenslanges Lernen

Udo Zifko gibt viele Hinweise zum Erhalt der geistigen Vitalität. Es wird gezeigt, welche Faktoren die Gehirnleistung schwächen. Außerdem werden Untersuchungen und einige Selbsttests zur Gedächtnisleistung aufgeführt. Anschließend werden Tipps zur Förderungen der Hirnaktivität gegeben.

Broschüren für aktive Ältere

Die BAGSO bezieht Position / Hrsg.: Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. - Bonn : BAGSO, 2005. - 111 S.

Die Broschüre (Publikation Nr. 15) kann kostenfrei im Internet bestellt werden unter www.bagso.de → Publikationen

Betreutes Wohnen für Senioren : Informationen zu einer neuen Wohnform ; mit Fragebogen zum Prüfen und Vergleichen von Angeboten / Hrsg. von: Kuratorium Qualitätssiegel Betreutes Wohnen Baden-Württemberg... - Veränderter Nachdruck - Stuttgart : Sozialministerium Baden-Württemberg, 2003. - 15 S.

Die Broschüre steht unter <http://www.sozialministerium-bw.de/de>
→ Publikationen → Senioren kostenlos als Download zur Verfügung.

Die Erbschafts- und Schenkungssteuer : Freibeträge, Steuerklassen und Steuersätze / Bayerisches Staatsministerium der Finanzen. - 7. Aufl. - München : Bayerisches Staatsministerium der Finanzen, 2004. - 40 S.
ISBN 3-935612-38-9

Die Broschüre kann kostenfrei im Internet bestellt werden unter www.stmf.bayern.de → Service

Fakten und Felder der freien Seniorenarbeit : Ältere Menschen in Deutschland / Heike Felscher ; Erika Neubauer. Hrsg. von der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren Organisationen e.V. - Neuaufl. - Bonn : BAGSO, 2005. - 319 S. : Ill.
ISBN 3-9809618-1-8

Die Publikation Nr. 14 kann kostenfrei im Internet bestellt werden unter www.bagso.de → Publikationen

Gewonnene Jahre : Chancen einer Gesellschaft des längeren Lebens / Bundesministerium für Gesundheit und Soziale Sicherung. - Bonn : Bundesministerium für Gesundheit und Soziale Sicherung, Information, Publ., Red., 2005. - 52 S. : Ill.

Die Broschüre kann kostenlos im Internet bestellt werden unter www.bmgs.bund.de → Bundesministerium für Gesundheit → Publikationen

Gesund altern : Prävention und Gesundheitsförderung im höheren Lebensalter ; was Sie tun können, um bis ins hohe Lebensalter gesund zu bleiben / [Konzeption und Text: Andreas Kruse ; Christina Ding-Greiner ; Petra Mader. Hrsg.: Bundesministerium für Gesundheit und Soziale Sicherung, Referat Öffentlichkeitsarbeit]. Deutsches Forum Prävention und Gesundheitsförderung. - Berlin : Bundesministerium für Gesundheit und Soziale Sicherung, Referat Öffentlichkeitsarbeit, 2004. - 44 S. : Ill.

Die Broschüre kann kostenlos im Internet bestellt werden unter www.bmgs.bund.de → Bundesministerium für Gesundheit → Publikationen → Gesundheit

Neue Wohnformen für ältere Menschen : Stand und Perspektiven / Ministerium für Arbeit und Soziales Baden-Württemberg [Hrsg.]. - Stuttgart : Ministerium für Arbeit und Soziales, 2006. - 38 S.

Die Broschüre steht unter <http://www.sozialministerium-bw.de/de> → Publikationen → Senioren kostenlos als Download zur Verfügung.

Nutzerfreundliche Produkte : leicht bedienbar und seniorenrecht / Hrsg. Arbeitskreis Barrierefreie Hausgeräte ... - Kranzberg : Institut für Haushaltstechnik und Ökotrophologie, 2006. - 30 S.

Die Broschüre kann kostenfrei im Internet bestellt werden unter www.bagso.de → Publikationen

Nutzergerechte Produkte & Dienstleistungen - Service für Ältere : Dokumentation von zwei Workshops / Hrsg.: Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. [Red. Bearb.: Guido Klumpp]. - Bonn : BAGSO, 2004. - 128 S. : Ill., graph. Darst. ISBN 3-9809618-0-X

Die Publikation Nr. 11 kann kostenfrei im Internet bestellt werden unter www.bagso.de → Publikationen

Pflegen zuhause : Ratgeber für die häusliche Pflege / Bundesministerium für Gesundheit [Hrsg.]. - Berlin : Bundesministerium für Gesundheit, 2005. - 112 S.

Die Broschüre steht unter www.bmg.bund.de → Publikationen kostenlos als Download oder zur Bestellung zur Verfügung

Pflegeversicherung / Bundesministerium für Gesundheit [Hrsg.]. - Berlin : Bundesministerium für Gesundheit, 2006. - 68 S.

Die Broschüre steht unter www.bmg.bund.de → Publikationen → Pflege kostenlos als Download zur Verfügung.

Potenziale des Alters : Strategien zur Umsetzung der Empfehlungen der 5. Altenberichtscommission / Hrsg.: Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. - Bonn : BAGSO, 2006. - 72 S. : Ill.

Die Publikation Nr. 18 kann kostenfrei im Internet bestellt werden unter www.bagso.de → Publikationen

Praxishandbuch für ehren- und hauptamtliche Führungskräfte in gemeinnützigen Organisationen : Fortbildungsprogramm „Seniorenverbände im Modernisierungsprozess“ ; A Grundlagen verstehen / Hrsg.: Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. Bernd Schlöder... - Bonn : BAGSO, 2006. - 144 S. : graph. Darst.
ISBN 3-9809618-3-4

Die Publikation Nr. 17 kann kostenfrei im Internet bestellt werden unter www.bagso.de → Publikationen

Praxishandbuch für ehren- und hauptamtliche Führungskräfte in gemeinnützigen Organisationen : Fortbildungsprogramm „Seniorenverbände im Modernisierungsprozess“ ; B Profil zeigen / Hrsg.: Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. Bernd Schlöder... - Bonn : BAGSO, 2006. - 144 S. : graph. Darst.
ISBN 3-9809618-3-4

Die Publikation Nr. 17 kann kostenfrei im Internet bestellt werden unter www.bagso.de → Publikationen

Praxishandbuch für ehren- und hauptamtliche Führungskräfte in gemeinnützigen Organisationen : Fortbildungsprogramm „Seniorenverbände im Modernisierungsprozess“ ; C Erfolgreich kommunizieren / Hrsg.: Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. Bernd Schlöder... - Bonn : BAGSO, 2006. - 144 S. : graph. Darst.
ISBN 3-9809618-3-4

Die Publikation Nr. 17 kann kostenfrei im Internet bestellt werden unter www.bagso.de → Publikationen

Praxishandbuch für ehren- und hauptamtliche Führungskräfte in gemeinnützigen Organisationen : Fortbildungsprogramm „Seniorenverbände im Modernisierungsprozess“ ; D Management optimieren / Hrsg.: Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. Bernd Schlöder... - Bonn : BAGSO, 2006. - 144 S. : graph. Darst.
ISBN 3-9809618-3-4

Die Publikation Nr. 17 kann kostenfrei im Internet bestellt werden unter www.bagso.de → Publikationen

Praxishandbuch für ehren- und hauptamtliche Führungskräfte in gemeinnützigen Organisationen : Fortbildungsprogramm „Seniorenverbände im Modernisierungsprozess“ ; E Finanzen sichern / Hrsg.: Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. Bernd Schlöder... - Bonn : BAGSO, 2006. - 144 S. : graph. Darst.
ISBN 3-9809618-3-4

Die Publikation Nr. 17 kann kostenfrei im Internet bestellt werden unter www.bagso.de → Publikationen

Praxishandbuch für ehren- und hauptamtliche Führungskräfte in gemeinnützigen Organisationen : Fortbildungsprogramm „Seniorenverbände im Modernisierungsprozess“ ; F Neue Technologien nutzen / Hrsg.: Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. Bernd Schlöder... - Bonn : BAGSO, 2006. - 144 S. : graph. Darst.
ISBN 3-9809618-3-4

Die Publikation Nr. 17 kann kostenfrei im Internet bestellt werden unter www.bagso.de → Publikationen

Ratgeber zur Rente / Bundesministerium für Arbeit und Soziales. [Hrsg.: Bundesministerium für Arbeit und Soziales, Referat Information, Publikation, Redaktion]. - Bonn : Bundesministerium für Arbeit und Soziales, Referat Information, Publ., Red., 2006. - 129 S.

Die Broschüre kann kostenlos im Internet bestellt werden unter www.bmas.bund.de → Publikationen

Senioren und die EU-Erweiterung : Informationen zum Aufbau und zur Pflege von Kontakten / [Hrsg.: Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V.]. - Bonn : BAGSO, 2004. - 38 S.

Die Broschüre kann kostenfrei im Internet bestellt werden unter www.bagso.de → Publikationen

Wechseljahre : ein neuer Lebensabschnitt / pro familia. - Frankfurt/Main : pro familia, 2000. - 36 S.

Die Broschüre steht unter www.profamilia.de → Info-Material → Download → Älterwerden kostenlos als Download zur Verfügung.

Wenn Probleme auftauchen / pro familia. - Frankfurt/Main : pro familia, 2004. - 36 S.

Die Broschüre steht unter www.profamilia.de → Info-Material → Download → Älterwerden kostenlos als Download zur Verfügung.

Wenn das Gedächtnis nachlässt : Ratgeber für die häusliche Betreuung demenzkranker älterer Menschen ; von der Diagnose bis zur Betreuung / Bundesministerium für Gesundheit und Soziale Sicherung. - Berlin : Bundesministerium für Gesundheit, 2006. - 95 S. : Ill.

Die Broschüre kann kostenlos im Internet bestellt werden unter www.bmgs.bund.de → Bundesministerium für Gesundheit → Publikationen

Zukunftsgestaltung in einer alternden Gesellschaft : eine Herausforderung für alle Generationen / Hrsg.: Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. - Bonn : BAGSO, 2006. - 127 S. : Ill., graph. Darst. ISBN 3-98096148-4-2

Die Publikation Nr. 16 kann kostenfrei im Internet bestellt werden unter www.bagso.de → Publikationen

Zusätzliche Altersvorsorge / Bundesministerium für Arbeit und Soziales. - Bonn : Bundesministerium für Arbeit und Soziales, Referat Information, Publ., Red., 2006. - 58 S.

Die Broschüre kann kostenlos im Internet bestellt werden unter www.bmas.bund.de → Publikationen

Weitere Informationen für aktive Ältere gibt es auch im Internet, z.B. auf folgenden Seiten:

www.feierabend.com
www.seniorennet.de
www.lebensphasen.de
www.oldieszuhause.de
www.arbeit50plus.de
www.bmfsfj.de/Politikbereiche/aeltere-menschen.html