

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?

*Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.*

BASISINFORMATIONEN

INITIATIVE
Lebens?
fragen

B

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

*„Niemand weiß,
was Altsein wirklich
bedeutet, ehe er selber
alt ist.“*

Klaus-Peter Hertzsch

In Gesprächen ist es wie ein roter Faden: Fast alle wollen älter werden, aber fast niemand will alt sein. Das zeigt sich schon an der Vielfalt der Bezeichnungen: Senioren, Ältere, Hochbetagte, Höchstbetagte. Der Begriff „alt“ wird nach Möglichkeit vermieden. Vorbei ist die Zeit, in der der Ruhestand eine Art „Lebens-Nachschlag“ war. Jetzt ist er das dritte Lebensalter, dem ein viertes oder gar fünftes folgt.

Gleichzeitig gilt: Während sich die Sterbegrenze nach hinten verschiebt, stößt die Fähigkeit der Gesellschaft, mit so vielen Alten umzugehen, an Grenzen. Die alltäglichen Meldungen zu Rentenproblemen, Pflege-Notstand, fehlenden Heimplätzen untermauern die Herausforderung. Die Alten scheinen Überhand zu nehmen.

Diese Kurs-Einheit will Mut machen, sich auf das ungeliebte Altwerden einzulassen und es aktiv zu gestalten.

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
 Was, wenn die Spielräume
 immer enger werden?
 Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
 und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

*Wie kann
 Gerechtigkeit
 zwischen den
 Generationen
 gestaltet werden?*

Statistik ist das eine, die persönliche
 Erfahrung des Altwerdens das andere

Die Lebenserwartung, rein an Jahren gemessen, ist kontinuierlich gestiegen. Sie beträgt heutzutage in Deutschland mehr als 78 Jahre. Dabei ist vor allem der Anstieg des Bevölkerungsanteils derer, die achtzig Jahre und älter sind, markant: von 1 % der Bevölkerung im Jahr 1950 auf 5,3 % im Jahr 2010. In absoluten Zahlen heißt das, im Jahr 2010 lebten 4,3 Millionen Menschen in Deutschland, die mindestens 80 Jahre alt sind. Alle Prognosen gehen davon aus, dass diese Zahl weiter steigt.

Damit müssen sich die heute schon Alten und die Alten von Morgen auseinandersetzen. Denn Statistik ist das Eine, die persönliche Erfahrung des Altwerdens ist das Andere. Welche Rolle spielt es für den oder die Einzelne, wenn sie nur der Teil einer Alterspyramide sind? Es kann trösten, dass die Aufmerksamkeit der Medien gewachsen ist. Es kann die heute schon Alten trösten, dass man seinesgleichen sozusagen wie von selbst ständig trifft. Die grauen Köpfe sind überall sichtbar – im Stadtbild, im Gottesdienst, im Urlaub, im Stadion. Inzwischen sogar zunehmend im Fernsehen. Es kann die Alten von morgen trösten: Wenn wir in Zukunft immer mehr werden, dann wird man sich des Problems schon annehmen – wenn es dann soweit ist. Doch, was ist mit der nächsten Generation? Was hinterlassen wir ihnen? Wie wollen wir zusammenleben? Wie kann Gerechtigkeit zwischen den Generationen gestaltet werden?

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
 Was, wenn die Spielräume
 immer enger werden?
 Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
 und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

*Man ist so alt,
 wie man sich fühlt.*

„Man ist nur so alt, wie man sich fühlt.“, wiegelt manche und mancher ab. Doch ist solch ein Satz mehr als Selbstschutz? So nach dem Motto: Wenn es soweit ist, dass ich nicht mehr kann, kann ich mich noch immer damit auseinandersetzen! Ein Ausweichen hilft nicht. Die Schlüsselfrage für jung und alt ist: Welche Sicht auf das Alter und das Altern bestimmt mich?

Altersbilder im eigenen Kopf

Was sehe ich, wenn ich an das Altwerden denke? Sehe ich darin vorrangig oder gar nur eine Verlustgeschichte, nur Defizite? Es droht die Gefahr, hängen zu bleiben an dem, was alles nicht mehr geht, nicht mehr zu leisten ist, nicht mehr möglich ist.

Es könnte allerdings genauso eine Sicht sein: Das Alter hat Entlastungen parat. Es bietet, in manchen Phasen, neue Lebenschancen. Die Forderungen des Berufes sind überholt. Es winkt die neue Freiheit der Verfügung über die eigene Zeit. Bei manchen auch die Freiheit, sich Lebensträume noch erfüllen zu können – Reisen, Theater, Museen. Auch die Erfahrung während des Auszuges aus dem zu groß gewordenen eigenen Haus kann befreiend sein: Ich bin nicht mehr für alles verantwortlich. In einer Senioren-WG oder im Seniorenheim wird vieles von Mitarbeitern abgenommen, was als Alltags-Routine auch Last zu werden droht.

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
 Was, wenn die Spielräume
 immer enger werden?
 Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
 und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

*Wer älter wird,
 gerät an Grenzen.*

Beides ist kein Automatismus, weder die Sicht, dass das Altern nur Verlust ist noch die Einsicht, dass es neue Chancen bietet. Beide Sichtweisen hängen auch daran, wie die Umwelt das Alter sieht. Die mediale Umwelt und das eigene, engere gesellschaftliche Umfeld.

Verlusterfahrungen und Gewinnaussichten

Vermutlich kommt im Bedenken dieser Frage auch zum Vorschein, was mich zuvor ein Leben lang als Wert geleitet hat – die eigene Leistungsfähigkeit, das Streben nach Anerkennung im Beruf oder in der Familie, der Wille, die eigene Position in der Mitte der Gesellschaft, in der Familie, in der Nachbarschaft zu behaupten, den eigenen Platz zu erobern. Den eigenen Platz zu erobern. Es gibt die nachdenkliche Bemerkung, dass es in der zweiten Lebenshälfte nicht mehr um die äußere Positionierung gehen sollte, sondern um die innere Reifung. Muss dieser Prozess nicht schon viel früher einsetzen?

Wahr ist: Wer älter wird, gar alt wird, gerät an Grenzen. An die Grenzen seiner körperlichen Möglichkeiten. 100 Meter in 12 Sekunden – das war einmal. Die Sportabzeichen-Anforderungen werden milder, das kann auch kränken! Abends in die Disco – nur noch, wenn da steht: „Heute Ü-65-Party“. Auch nicht schön. Und wenn zum ersten Mal in der U-Bahn jemand aufsteht und sagt: „Darf ich Ihnen meinen Platz anbieten?“ Was geht da in mir vor?

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
 Was, wenn die Spielräume
 immer enger werden?
 Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
 und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

*Raum zur
 Auseinandersetzung
 mit sich selbst.*

Wahr ist aber auch: Es gibt Raum zur Auseinandersetzung mit sich selbst. Der Zeitgewinn der Entpflichtung gewährt Raum zum Sichten der eigenen Lebenserfahrungen. Es verspricht Gewinn an Lebenszufriedenheit, wenn jemand einverstanden werden kann mit dem Weg seines Lebens.

Wenn sie oder er aus dem Abstand der Jahre manche Kämpfe mit einem Lächeln ansehen kann, manche Niederlagen akzeptieren und bei manchen Höhepunkten sehen kann: Die verdanke ich nicht nur dem eigenen Können – andere haben ihren Anteil daran.

Dazu kommt die Erfahrung, dass sich im Freundeskreis der älteren Gleichaltrigen die Themen und Fragen ändern. Es wird wichtig, was zuvor jahrzehntelang nicht wichtig war: Wie steht es um das Herz? Hast du auch schon eine Hüft-OP hinter dir? Die Weitsichtigen und Vorausdenkenden fragen: Hast du dein Testament schon gemacht, deine Erbangelegenheiten geregelt? Alles Fragen, die mit der weniger werdenden Zukunft konfrontieren.

„Denk an deinen Schöpfer in deiner Jugend ehe der silberne Strick zerreißt und die goldene Schale zerbricht und der Eimer zerschellt an der Quelle und das Rad zerbrochen in den Brunnen fällt.“ (Prediger 12, 1 + 6, Luther 2017)

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
*Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.*

Lebens? INITIATIVE fragen

Miteinander ins Gespräch kommen

Doch müssen diese gewonnene Lebenserfahrung und erarbeiteten Kompetenzen nicht auch Jüngeren zur Verfügung gestellt werden? Hat nicht auch der junge Mensch eine Sensibilität für die eigene Endlichkeit. Könnten hier nicht Jung und Alt im Miteinander der Generationen Verantwortung füreinander tragen, miteinander ins Gespräch kommen. Es ist ein Irrtum zu glauben, diese Themen wären nur etwas für die Alten. Der achtsame Umgang mit sich selbst und seinen schwindenden Ressourcen gehört nicht in die Zeit nach dem Renteneintritt. Verantwortlich Leben heißt, für sein zukünftiges Ich vorzusorgen. Wenn die Jungen gerade bei diesen Themen das Gefühl der Unterstützung durch die heute Alten haben, führt das auch zu einer größeren Bereitschaft die Hochbetagten mitzutragen. Die Haltung: „Wir haben ein Leben lang gearbeitet, jetzt haben wir das Recht zu genießen und mit dem, wie ihr einmal leben werdet, kommt alleine klar, führt hingegen zur Verhärtung von Fronten.“

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

*Wie viel
Gebrechlichkeit lässt
die Gesellschaft zu?*

Verheimlichen und so tun, als wäre nichts?

„Wie es da drin aussieht, geht keinen etwas an.“ Das ist nicht nur die Zeile eines Operetten-Librettos. Es ist auch eine weit verbreitete Lebenshaltung. Es gilt, körperliche Belastungen nicht zu sehr sichtbar werden zu lassen. Es ist eine Presse-Sensation, wenn eine öffentliche Person wie Frank Elsner ihre Parkinson-Erkrankung nicht mehr verheimlicht. Dahinter taucht die doppelte Frage auf: Wie viel Gebrechlichkeit lässt die Gesellschaft zu? Wie viel hilft sie ertragen und daraus folgend: Wie viel Gebrechlichkeit kann ich ertragen? Wenn eine Gesellschaft die Diskussion darüber führt, ob nicht mehr produktives Leben denn gesellschaftlich noch wünschenswert ist, ist es angesagt, die eigene Gebrechlichkeit zu verbergen. Lassen wir uns nicht täuschen, diese Frage betrifft nicht nur die Alten. Sie hat das Potential eine ganze Gesellschaft in ein kollektives Burnout zu führen.

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
 Was, wenn die Spielräume
 immer enger werden?
 Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
 und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

„Ich will doch
 niemandem zur Last
 fallen.“

Die Angst vor dem Verlust der Selbstbestimmung

In den letzten Jahren hat Demenz eine stetig wachsende Aufmerksamkeit gefunden. Sie ist verbunden mit kontinuierlich wachsender Pflegebedürftigkeit. Mit einer Aufgabe, die sowohl der Gesellschaft gestellt ist als auch dem unmittelbaren Umfeld. Auch hier wieder: Es hängt gewiss viel an den äußeren Erscheinungsformen, die die Demenz annimmt. Aber genauso viel an den inneren Bildern. Ist die Demenz eine bloße Verlustgeschichte¹ oder ist sie das Auswandern in eine andere Welt, die denen, die „gesund“ sind, verschlossen ist?² Das Wissen um die Möglichkeit zukünftiger Demenz und anderer umfassender Pflegebedürftigkeit führt gelegentlich zu dem Satz: „Ich will doch niemandem zur Last fallen.“ Wird der, der nicht mehr für sich selbst sorgen kann, zur Last? Ist er am besten durch sozialverträgliches Frühhableben zu entsorgen?

¹ Tilmann Jens – Demenz

² Arno Geiger – Der alte König in seinem Exil

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
*Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.*

Lebens? INITIATIVE fragen

Mit der Angst vor dem Verlust auf Selbstbestimmung verbinden sich weitreichende ethische Fragen:³ Wie steht es mit der Freiheit zur Selbsttötung? Sollen wir die Forderung unterstützen, dass – wie in anderen europäischen Ländern auch – eine Hilfe zum Suizid vom Gesetzgeber nicht mehr unter Strafe gestellt wird? Soll sogar aktive Sterbehilfe erlaubt werden? Oder wäre es nicht besser, dass die Palliativ-Medizin mehr staatliche Unterstützung erhält? In Deutschland ist die aktive Sterbehilfe derzeit verboten. Statt dessen ist mit dem Hospiz- und Palliativgesetz 2015 die Palliativversorgung zu einer Regelleistung erhoben worden. Es ist gesellschaftlich wünschenswert, dass die Palliativ-Medizin noch stärker ins Bewusstsein der Menschen kommt, damit dem oder der Einzelnen geholfen werden kann, für sich selbst in Absprache mit dem familiären Umfeld Lösungen zu suchen und auch finden zu können. Es ist Hilfe und Entlastung, wenn jemand sehen kann: Sterben ist nicht das letzte Projekt, das ich auch noch verwirklichen muss. Es wird einfach geschehen.⁴

³ Eine Vertiefung dieser Fragen erfolgt in Themeneinheit 7 dieses Kurses.

⁴ Das Thema der Begleitung Sterbender ist Schwerpunkt der Einheit 7 und wird darum an dieser Stelle nur angerissen.

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
 Was, wenn die Spielräume
 immer enger werden?
 Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
 und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

*Der Mensch ist
 dazu bestimmt,
 in Beziehungen
 zu leben.*

Der Menschen ist ein relationales Wesen

Das heißt, dass er ein soziales, auf Beziehungen angelegtes Wesen ist. Ihm würde Wesentliches fehlen, wenn er alleine bliebe und wenn ihm Kontakte und Beziehungen verweigert würden. Dabei gibt es eine horizontale Ebene Mensch – Mensch und eine vertikale Ebene Gott – Mensch. Beide Beziehungsebenen gehören schöpfungsmäßig zu seinem Menschsein dazu. Die Bibel beschreibt, dass die Beziehung des Menschen zu Gott und zu seinen Mitmenschen seit dem Sündenfall gestört ist (1. Mose 3f). Doch der Mensch behält die Bestimmung, in diesen Beziehungen zu leben. Diese Bestimmung ist unverlierbar. Zentral in 1. Mose 1 ist die Aussage, dass der Mensch als Gottes Ebenbild geschaffen wurde. Gottes Gegenüber zu sein ist die grundlegende Bestimmung des Menschen, und nicht eine Fähigkeit an ihm, wie die Fähigkeit, rational zu denken oder eine andere Möglichkeit des Menschen.

Die Würde, Gottes Ansprechpartner in der Welt zu sein, ist dabei nicht graduell, sie nimmt also nicht zu, und sie wird nicht weniger. Sie wird ihm von Anfang an verliehen, und sie kann ihm nicht genommen werden. Jedem Menschen kann zugesprochen werden, dass er – so wie er ist – Gottes Gegenüber ist. Er ist wertvoll – von Anfang an und bis zu seinem Ende.

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
 Was, wenn die Spielräume
 immer enger werden?
 Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
 und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

*Die Alten haben
 Vorsprung an
 Lebenserfahrung.*

Biblische Bilder vom Altwerden

Es zieht sich wie ein roter Faden durch die Schriften des Alten Testaments: Die Ältesten in Israel sind Sippenhäupter. Sie sind rechtskundig, weil sie die alten Erzählungen bewahren, das Wissen, wie in Zeiten mündlicher Überlieferung Recht gesprochen worden ist. Die sogenannten Ältesten sind oft – aber nicht immer – auch die an Jahren älteren. Sie zeichnen sich durch ihr Wissen, ihre Haltung zum eigenen Leben und dem Leben als Gemeinschaft sowie ihrer besonderen Beziehung zu Gott aus. Deshalb sind sie als weise Älteste für das Volk eingesetzt. Erwirbt man sich in einem langen Leben diese Art von Weisheit, dann ist sie unabhängig von modernen Erfordernissen und Wissen, bei dem die jüngere Generation ihren Vorsprung hat. Der Wissensvorsprung der Jungen in Bereichen wie Digitalisierung, Globalisierung oder Innovation erfährt eine wertvolle Ergänzung durch die Lebensweisheit der Alten.

Gleichwohl wird im Alten Testament nüchtern der Kräfteverfall des Alters in Anschlag gebracht. Nüchtern im Blick auf die Leistungsfähigkeit. Ablesbar darin, durch welche Summen eine Weihegabe am Heiligtum abgelöst werden kann – altersentsprechend. Der Höchstwert an Arbeitskraft liegt zwischen dem 20. und 60. Lebensjahr – bei Männern 50 Schekel, bei Frauen 30 Schekel. Ab dem 60. Lebensjahr folgt dann der Absturz – bei Männern noch 25 Schekel, bei Frauen 10 Schekel. Wertigkeit nach Leistungsfähigkeit – das klingt modern und ist doch uralte.

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
 Was, wenn die Spielräume
 immer enger werden?
 Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
 und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

*Ehre Vater und
 Mutter, auf dass Du
 lange lebest.*

Zu den bekanntesten Texten gehört sicher:
 „Ehre Vater und Mutter, auf dass Du lange lebest.“
 Von Generationen von Konfirmanden auswendig
 gelernt, oft genug missbraucht, um Gehorsams-
 forderungen gegenüber Heranwachsenden durch-
 zusetzen. Entgegen diesem Gebrauch ist es aber
 kein Wort an pubertierende Jugendliche. Es richtet
 sich an die in der Lebensmitte. Sie sollen die alten
 Eltern nicht abschieben. Nicht zum Sterben ausset-
 zen. „Hinter dem Elterngelot sind reale Probleme
 der Altersversorgung zu sehen.“ (H.W. Wolff) Es
 ist, wenn man so will, die biblische Regelung des
 Generationenvertrags. Diese Rente soll sicher sein.

Die Generationen sollen miteinander danach
 suchen, wodurch sie einander dienen können. Die
 Jüngeren, in dem sie den Älteren die Last des Brot-
 erwerbes erleichtern oder, wenn es soweit ist, ganz
 abnehmen. Das wird durch das Gebot, Vater und
 Mutter zu ehren, gewährleistet. Doch dieses Gebot
 eröffnet keine Einbahnstraße, schon gar nicht für
 einen Forderungskatalog der Alten. Älterwerden
 bringt wechselseitige, nicht einseitige Verant-
 wortung – für alt und jung. Alte dürfen nicht auf
 Kosten der Jungen leben, Junge sich nicht von den
 Alten befreien wollen. Neben das biblische Gebot
 zur Altersversorgung tritt eine Aufforderung, die
 wir heute an Vater und Mutter gerichtet verstehen:
 „Ihr Väter, kränkt eure Kinder nicht, auf dass sie
 nicht verzagen.“ (Kolosser 3,21, Luther 2017)
 Das bedeutet, nicht nur den heranwachsenden,
 sondern auch den erwachsenen Kindern den Rü-
 cken stärken, sie zu ihrem eigenen Weg ermutigen
 und sie nicht mit Erwartungen überfordern. Das
 alles sind die Anforderungen an die Vorfahren.

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
 Was, wenn die Spielräume
 immer enger werden?
 Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
 und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

*Leben ist kostbar,
 auch und gerade im
 Alter.*

Von Zeit zu Zeit geht es um die reale Hilfe, materiell, möglicherweise auch durch Zeitzuwendungen als Großeltern. Es geht um einen Umgang, der allen Generationen gerecht wird. Oft genug ist dieser Umgang mühsam auszutarieren.

Zu den biblischen Bildern gehören auch Gebete aus der Perspektive des alternden Menschen. So Psalm 39, der die Vergänglichkeit klagend zur Sprache bringt:

„HERR, lehre doch mich, dass es ein Ende mit mir haben muss und mein Leben ein Ziel hat und ich davon muss. Siehe, meine Tage sind eine Handbreit bei dir, und mein Leben ist wie nichts vor dir. Ach, wie gar nichts sind alle Menschen, die doch so sicher leben! Sie gehen daher wie ein Schatten und machen sich viel vergebliche Unruhe; sie sammeln und wissen nicht, wer es kriegen wird.“
 (Psalm 39, 5 – 7, Luther 2017)

In diesen Zusammenhang gehört auch ausdrücklich Psalm 71. Überschieden ist er mit „Bitte um Gottes Hilfe im Alter.“

Bekannter noch ist Psalm 90: *„Unser Leben währet siebzig Jahre, und wenn's hoch kommt, so sind's achtzig Jahre, und was daran köstlich scheint, ist doch nur vergebliche Mühe; denn es fährt schnell dahin, als flögen wir davon. Wer glaubt's aber, dass du so sehr zürnest, und wer fürchtet sich vor dir in deinem Grimm? Lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen, auf dass wir klug werden.“*
 (Psalm 90, 10 – 12, Luther 2017)

Diese Worte wirken wie ein nüchterner Einspruch gegen die Todesanzeige so mancher 80-Jährigen: „Plötzlich und unerwartet ...“

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
 Was, wenn die Spielräume
 immer enger werden?
 Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
 und Demenz.

Lebens? INITIATIVE fragen

*Das ganze
 Leben ist ein
 Abschiednehmen.*

Prediger 12 ist einer der schönsten Texte über das Alter – ausgerechnet in diesem Buch, das man oft als Werk eines Skeptikers und gar Nihilisten geächtet hat. Ein Gedicht über das Alter, das den Schmerz nicht verschweigt, das den Verlust an Lebensqualität deutlich benennt und das doch keinen Augenblick in der Gefahr steht, dieses Leben zu entwerten. Gilt doch für dieses Leben im Alter: *Denk an deinen Schöpfer in deiner Jugend ehe der silberne Strick zerreißt und die goldene Schale zerbricht und der Eimer zerschellt an der Quelle und das Rad zerbrochen in den Brunnen fällt.* (Prediger 12, 1 + 6, Luther 2017) Leben ist kostbar, auch und gerade im Alter.

Auffällig: Das Thema Alter spielt im Neuen Testament keine Rolle! Es wird wie nebenher erwähnt, dass es Hochaltrige sind, die den neugeborenen Jesus im Tempel wahrnehmen – Simeon und Hanna (Lukas 2). Es mag sein, das Altersthema ist verschlungen in der Erwartung der Wiederkunft Christi und der Auferstehung der Verstorbenen.

Das ganze Leben ist ein Abschiednehmen. Wer ins Alter hinein reifen will, wird sich den Abschieden nicht verweigern dürfen. Den Abschieden von Lebensträumen. Den Abschieden von Lebensphasen. Den Abschieden auch von Weggefährten und Weggefährtinnen. Den Abschieden von dem, wie es immer war, von Gewissheiten. Das fällt – hoffentlich – leichter, wenn man glauben kann: Hinter dem Horizont geht es weiter. Darüber im Gespräch zu sein und miteinander Gegenwart zu gestalten, das sollte die Hauptaufgabe eines Vertrages der Generationen sein.

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
*Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.*

Lebens? INITIATIVE fragen

Impressum:

Autor der Einheit

Paul-Ulrich Lenz ist Pfarrer i. R. und arbeitete 15 Jahre im Referat „Sprachschule des Glaubens.“ Er ist Buchautor mit dem Schwerpunkt Lebensthemen-Glaubensthemen.

Herausgeber:

PROVITA Stiftung
(Selbständige kirchliche Stiftung
bürgerlichen Rechts)

Franz-von-Kessler-Str. 38, 50321 Brühl
0172 / 5963911

info@provita-stiftung.de
www.provita-stiftung.de

Stiftungsvorstand:

Dr. Detlev Katzwinkel (Vorsitzender)
Dr. Heike Fischer (Geschäftsführerin)
Prof. Dr. Friedhelm Loh (Vorstand)

Spendenkonto:

IBAN DE15 4526 0475 0016 3897 00
BIC GENODEM1BFG
Spar- und Kreditbank Witten

Konzeption und Design

www.gute-botschafter.de

Lebens? INITIATIVE fragen

Ein Kursangebot zu
den herausfordernden
Fragen des Lebens



9 EINHEITEN MIT JE EINEM SCHWERPUNKTTHEMA

1. EINHEIT Ein Kursangebot zu den herausfordernden Fragen des Lebens

Stern? Schnuppe? Geschöpf?
Was ist der Mensch
und was macht ihn besonders?
Von unserem Wert
und unserer Einzigartigkeit.

Lebens?
INITIATIVE
fragen

2. EINHEIT Ein Kursangebot zu den herausfordernden Fragen des Lebens

Hauptsache gesund!
Was sollten wir alles wissen
und was nicht?
Von den Chancen und Grenzen
der pränatalen Diagnostik.

Lebens?
INITIATIVE
fragen

3. EINHEIT Ein Kursangebot zu den herausfordernden Fragen des Lebens

Vorsicht, zerbrechlich!
Leben schützen? Leben beenden?
Wie weit wollen wir gehen?
Von Anfang eines Menschen, von Konflikten
und von unterschiedlichen Perspektiven.

Lebens?
INITIATIVE
fragen

4. EINHEIT Ein Kursangebot zu den herausfordernden Fragen des Lebens

Heute bestellt, morgen ein Held!
Was tun, wenn die Wiese leer bleibt?
Von Reagenzgläsern, Mächtigkeiten
und Grenzen.

Lebens?
INITIATIVE
fragen

5. EINHEIT Ein Kursangebot zu den herausfordernden Fragen des Lebens

Anders als erwartet ...
Wenn plötzlich aus freudiger
Erwartung Abschied wird?
Zum Umgang mit dem Verlust
eines ungeborenen Kindes.

Lebens?
INITIATIVE
fragen

6. EINHEIT Ein Kursangebot zu den herausfordernden Fragen des Lebens

Altwerden ist nichts für Feiglinge!
Was, wenn die Spielräume
immer enger werden?
Von Konflikten, Pflegebedürftigkeit
und Demenz.

Lebens?
INITIATIVE
fragen

7. EINHEIT Ein Kursangebot zu den herausfordernden Fragen des Lebens

Ohne Koffer, ohne Handy, ohne Geld, ...
Wie gelingt die letzte Reise?
Von der Kunst menschenwürdig zu sterben.

Lebens?
INITIATIVE
fragen

8. EINHEIT Ein Kursangebot zu den herausfordernden Fragen des Lebens

Chaos oder reiner Tisch?
Was hinterlasse ich meinen Liebsten?
Zum rechtzeitigen Ordnen der letzten
Dinge und der verantwortlichen
Vorbereitung auf das eigene Ende.

Lebens?
INITIATIVE
fragen

9. EINHEIT Ein Kursangebot zu den herausfordernden Fragen des Lebens

Hilf es, wenn wir
beim Sterben helfen?
Zum Ringen um das Leben, die
Sierbebegleitung und das Sterben
auf Verlangen.

Lebens?
INITIATIVE
fragen