

# Inhalt

Ich bleib' dann mal da ...	7
<b>I. Teil: Altwerden – eine Einordnung</b>	9
Mit 66 Jahren ...	10
Historischer Exkurs: „Die Rente ist sicher“	20
Überlegungen zu einer Rentenreform	32
Der übersehene Schatz	46
Gastbeitrag: Transformation gelingt nur divers	56
Wir werden immer älter	71
Dem Alter eine Chance – gegen den Fachkräftemangel	79
Der Blick über den Zaun	90
Oldie-Ökonomie?	99
Gastbeitrag: Nachhaltigkeit endet nicht bei der älteren Generation oder: Warum wir ältere Menschen stärker in die digitale Welt integrieren sollten	107
Ikigai – Das, wofür es sich zu leben lohnt	118
Der Traum und das Geheimnis von ewiger Jugend	126
Einblicke: Forever young ... and healthy	136
New Work	141
<b>II. Teil: „Altersleben“</b>	168
Ein Leben für das Alter	169
Geschichten aus dem Altersleben I	191
Gastbeitrag: 10 Thesen zum Alter	201
Lebensmut: 100 Jahre & mehr	213
Geschichten aus dem Altersleben II	218
Gastbeitrag: Die Zukunft ist jung UND alt: Was uns die Generationenvielfalt bringt	224
Man ist nie zu alt, um großartig zu sein ...	234
Ein (kurzes) Schlusswort	244
Danke	246
Der Autor	248