

Inhalt

Prolog	4
Möglichst lange leben?	11
Wissenschaftliche Grundlagen	11
Voraussetzungen für ein glückliches Leben	16
Augenblickliche persönliche Situation	17
Mögliche Belastungen im letzten Lebensabschnitt	21
Informationen zur SEGOFILS	22
Informationen zum Projekt „Sorgende Gemeinschaft“	24
Finanzielle Probleme – Altersarmut	27
Einsamkeit im Alter – Soziale Vereinsamung	31
Versorgung im Pflegefall	35
Sonstige Probleme in Gesellschaft, Sozialpolitik u. Politik	45
Gedanken zum eigenen bevorstehenden Tod	53
Suizid – eine mögliche Lösung?	56
Abschließende Betrachtung	63
Anhang: Sketch „Beim Ehetherapeuten“	66
Abschiedslied (My Way)	77
Quellenangaben	78
Zur Person des Autors	79