

Stadtbibliothek Ludwigshafen
Bismarckstr. 44-48
67059 Ludwigshafen am Rhein

Telefon: 0621 504-2601
E-Mail: stadtbibliothek@ludwigshafen.de

Öffnungszeiten:
Dienstag bis Freitag 10-19 Uhr
Samstag 10-15 Uhr



Leben(s)erfahren! 3.2016 Leben für Fortgeschrittene

Medien-Tipps zum Sehen, Hören und
Lesen für die reifere Generation

Eine Auswahl aus den Beständen der Stadtbibliothek Ludwigshafen

Vorwort

Nunmehr zum dritten Mal erscheint das Auswahlverzeichnis „Leben(s)-erfahren“ mit einer Zusammenstellung neuerer Bücher, CDs und DVDs, bei denen ältere Menschen im Mittelpunkt stehen und die sich mit Themen befassen, die in einem fortgeschrittenen Lebensabschnitt relevant werden.

Im Mai 2015 verstarb unsere ehemalige Kollegin Hedy Jentsch. Sie war uns Freundin, Ratgeberin und Vorbild, wie man auch in reifen Jahren aktiv sein Leben gestalten und immer wieder Neuland entdecken kann. Ihr sei diese Zusammenstellung gewidmet.

Die Medien für Kinder und Jugendliche befinden sich in der Kinder- und Jugendbibliothek, alle weiteren Medien in der Erwachsenenabteilung. Ihr Standort ist in Fettdruck angegeben.

E-Books können im Internet unter **www.metropolbib.de** heruntergeladen werden.

Wir wünschen Ihnen Freude und Inspiration beim Stöbern und Ausschuchen!

Zusammengestellt von Adelheid Gernert
Redaktion: Daniela Ott
Stand: Mai 2016

Inhalt

Zeit der Muse	6
Spielfilme	6
Hörbücher	13
Schöne Literatur	15
Sachthemen	22
Großeltern und Enkel	22
Leben gestalten	24
Recht und Finanzen	32
Schlau in EDV	34
Fitness für Körper und Geist	36
Wenn man Hilfe braucht	43
Demenz	49
Am Ende des Weges	58
Notizen	64

Zeit der Muse

Spielfilme



Altersglühen - Speed Dating für Senioren

Merenberg : ZYX Music, 2015. - 1 DVD

Barbara Möller von der „Welt“ bezeichnete Altersglühen als „Wunderwerk von einem Film, vor dem man staunend und amüsiert und angerührt und beglückt sitzt.“

Alte Komödie

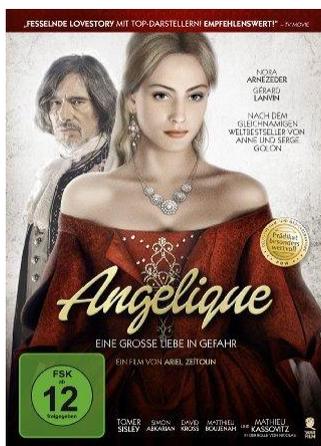


Am Sonntag bist du tot

Stuttgart : Ascot Elite Home Entertainment, 2015. - 1 DVD

Pater Lavelle ist ein Priester mit viel Erfahrung, dem seine irische Kleinstadt und ihre Bewohner sehr am Herzen liegen. Bei einer sonntäglichen Beichte wird ihm sein Tod in einer Woche angekündigt. Gebunden an das Beichtgeheimnis schweigt der Priester und ordnet seine Angelegenheiten.

Am Drama/Schicksal



Angélique - Eine große Liebe in Gefahr

München : Tiberius Film, 2014. - 1 DVD

Um ihre Familie vor dem Bankrott zu retten, heiratet die schöne Angélique den entstellten Grafen Joffrey. Die beiden werden ein Liebespaar und Eltern von zwei Kindern. Doch ein Komplott sorgt dafür, dass Joffrey angeklagt wird und man Angélique nach dem Leben trachtet.

Ange Historisches

Die Dienstagsfrauen - Sieben Tage ohne

Hamburg : WVG Medien, 2014. - 1 DVD

Die Dienstagsfrauen wollen sich läutern und machen ihren jährlichen Ausflug ins Burghotel Achenkirch. Heilfasten steht auf dem Plan. Sieben Tage ohne Ablenkung durch die Familie, das Internet und das Essen. Dass hier jede Menge Probleme zutage treten, wundert natürlich niemanden.

Dien Komödie



Die Hebamme

München : Highlight Communications, 2014. - 1 DVD

Gesa ist Hebammenschülerin in Marburg. Dort gibt es 1799 eines der wenigen Gebärhäuser, das, von Ärzten geleitet, Studenten und Hebammen ausbildet. Doch Gesa orientiert sich eher an der Arbeit der freien Hebamme Engin und ihrem traditionellen Wissen.

Heba Historisches



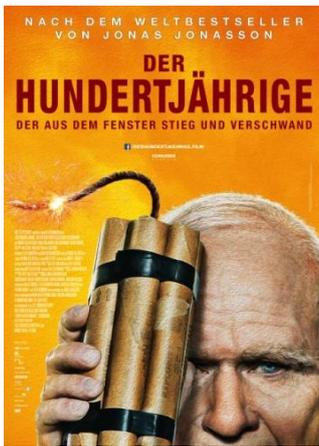
Herzlichen Glückwunsch, Sie haben gewonnen!

München : Universum Film, 2014. - 1 DVD

Dass sein Schwager Walter eine exklusive Reise an die Schlei gewonnen hat, ärgert Heinz gewaltig. Es versöhnt ihn schließlich, dass sie beide zusammen die Fahrt antreten können. Noch schöner wird es, als sie Finchen und deren Nichte Johanna kennenlernen.

Herz Komödie





Der Hundertjährige, der aus dem Fenster stieg und verschwand

Grünwald : Concorde Home Entertainment, 2014. - 1 DVD

Allan Karlsson hat keine Lust, im Altenheim seinen 100. Geburtstag zu feiern, und macht sich mit geklauten 50 Millionen Kronen und diversen Freunden auf den Weg in die Sonne. Sein Leben und die letzten 100 Jahre Weltpolitik passieren auf amüsanteste Weise Revue.

Hund Komödie

- auch als Buch (**Zba Jona**) und als Hörbuch (**Jona** Abenteuer)



Der Medicus

Hamburg : Universal, 2014. - 1 DVD

Rob Cole, ein Waisenjunge aus London, geht zunächst bei einem Bader in die Lehre. Doch sein großer Traum ist es, beim berühmten Ibn Sina im fernen Isfahan Medizin zu studieren. Im 11. Jahrhundert ein mehr als waghalsiger Ansinnen.

Medi Historisches



Miss Sixty

München : Universum Film, 2014. - 1 DVD

Luise, gefeierte Molekularbiologin, wird mit 60 aufgrund sozialer Inkompetenz frühpensioniert. Langsam wird ihr klar, dass sie über ihrer Karriere einiges im Leben verpasst hat, z.B. eine eigene Familie zu gründen. Doch da sind ja noch die vor Jahren eingefrorenen Eizellen.

Miss Komödie

Nebenwege - Pilgern auf Bayrisch

Hamburg : Lighthouse Home Entertainment, 2015. - 1 DVD

Hilde ist 74 und hat Alzheimer. Als ihr Sohn sie in ein Altersheim bringen will, türmt sie und beschließt, zur Schwarzen Madonna zu pilgern.

Nebe Komödie



Paulette

Hamburg : Indigo, 2013. - 1 DVD

Paulette lebt von einer kärglichen Mindestrente in einem Vorort von Paris. Allerdings verfügt sie über eine scharfe Zunge, mit der sie ihre Mitmenschen drangsaliert. Als der Gerichtsvollzieher ihr Mobiliar pfändet, verfällt sie auf die Idee, mit Marihuana zu dealen. Eine sympathisch-harmlose Komödie, die sich nur am Rand für Altersarmut interessiert, sondern ganz auf kurzweilige Unterhaltung voller Slapstick und Dialogwitz setzt.

Paul Komödie



Philomena

München : Universum Film, 2014. - 1 DVD

Philomena wurde dazu gezwungen, ihren Sohn zur Adoption freizugeben. Nach 50 Jahren bricht sie ihr Schweigen und begibt sich auf die Suche nach ihm.

Phil Literaturverfilmung





Die Pilgerin

München : Universum Film, 2014. - 1 DVD

Die Reichsstadt Tremmlingen in 14. Jahrhundert: Als Tillas Vater stirbt, zwingt sie ihr geldgieriger Bruder zu einer verhängnisvollen Heirat. Als Mann verkleidet flieht Tilla und begibt sich auf den Jakobsweg mit dem Herzen ihres Vaters im Gepäck, um es in Santiago de Compostela zu begraben, wie es sein letzter Wille war.

Pilg Historisches



Quellen des Lebens

Hamburg : Warner Home Video, 2013. - 1 DVD

Eine Familienchronik über drei Generationen, erzählt vom Enkel: Vom Jahr 1949 entfaltet sich die Geschichte des Großvaters, der aus Krieg und Gefangenschaft in Russland zu seiner Frau heimkehrt und in der Gesellschaft der sich neu formierenden BRD Fuß fasst, ebenso wie die der 1968 aufbegehrenden Eltern.

Quel Drama/Schicksal



Der Richter - Recht oder Ehre

Hamburg : Warner Home Video, 2015. - 1 DVD

Anwalt Hank Palmer war seit Jahren nicht in seiner Heimat, da er sich mit seinem Vater überworfen hat. Erst der Tod seiner Mutter zwingt ihn zur Rückkehr. Am Morgen nach der Beerdigung wird der Vater wegen fahrlässiger Tötung verhaftet: Widerwillig bleibt Hank, um seinen Vater zu verteidigen.

Richt Thriller

Seegrund - Ein Kluftingerkrimi

Eisingen : KNM Home Entertainment, 2013. - 1 DVD

Bei einem Familienspaziergang am idyllischen Alatsee bei Füssen stolpert der Allgäuer Kommissar Kluftinger über einen scheinbar toten Taucher, der inmitten einer vermeintlichen Blutlache liegt. Der junge Mann ist noch am Leben und kommt schwer unterkühlt ins Füssener Krankenhaus. Nichts ist so, wie es zu sein scheint, die Identität des Opfers ist falsch und die rote Flüssigkeit ist eine mysteriöse organische Substanz aus dem sagenumwobenen Bergsee.

Seeg Krimi

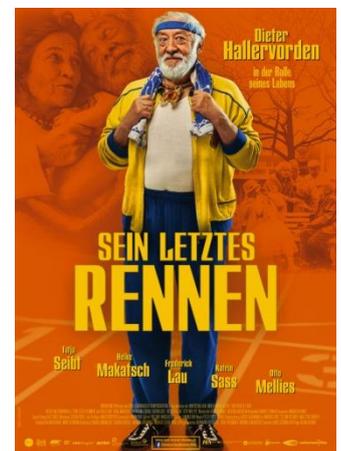


Sein letztes Rennen

München : Universum Film, 2014. - 1 DVD

Paul ist über 70 und sieht gar nicht ein, still und leise in der Bastelstunde zu sitzen, während er doch viel Größeres vollbringen könnte. Kurz entschlossen packt er seine alten Laufschuhe wieder aus und beginnt, für den Berlin-Marathon in zwei Monaten zu trainieren.

Sein Drama/Schicksal



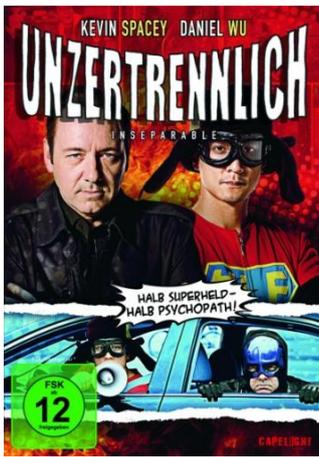
Unsere Mütter, unsere Väter

Köln : Alive, 2013. - 2 DVDs

Berlin: Charlotte, die Brüder Wilhelm und Friedhelm, Viktor und Greta feiern Abschied. Wilhelm und Friedhelm müssen nach Russland einrücken, Charlotte geht als Sanitätsschwester an die Front. Während die Brüder unter der Grausamkeit des Krieges leiden und Charlottes anfängliche fanatische Begeisterung in Fassungslosigkeit und Verzweiflung umschlägt, setzt Greta in Berlin alles daran, eine bekannte Sängerin zu werden. Die Liebschaft mit dem SS-Offizier Dorn dient ihr aber auch dazu, ihrem jüdischen Freund Viktor einen Pass für die Flucht zu besorgen.

Unse Historisches



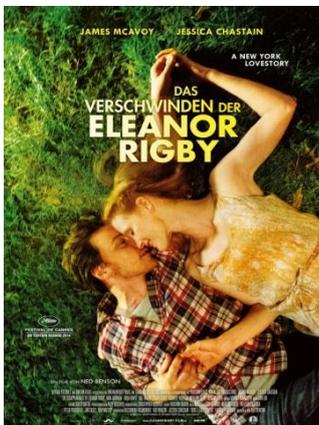


Unzertrennlich

Köln : Alive, 2013. - 1 DVD

Li hat keine Lust mehr auf sein Leben, er holt sich einen Strick, stellt sich auf einen Stuhl ... dann klopft es plötzlich an seiner Wohnungstür. Es ist sein arroganter Nachbar Chuck, ein mysteriöser amerikanischer Einwanderer, der sein Vorhaben auf dreiste Weise stört. Unerwartet entwickelt sich aus dieser zufälligen Begegnung eine besondere Freundschaft. Maskiert und in selbst gemachten Superheldenkostümen zieht das ungleiche Paar los, um als Retter der Gerechtigkeit das Böse in ihrer Stadt zu bekämpfen.

Unze Komödie



Das Verschwinden der Eleanor Rigby

Geiseltasteig : EuroVideo, 2015. - 1 DVD

Conor und Eleanor können den Tod ihres gemeinsamen Sohnes nicht verwinden. Die Trauer zerstört schließlich auch ihre Ehe. Als sich die beiden einige Zeit später zufällig über den Weg laufen, versucht Conor alles, um Eleanor doch noch zur Rückkehr zu bewegen.

Vers Drama/Schicksal



Wir sind die Neuen

Hamburg : Warner Home Video, 2014. - 1 DVD

Anne animiert ihre alten WG-Bewohner erneut zusammenzuziehen. Doch die Zeiten haben sich geändert. Die aktuelle Studentengeneration ist weit weg von dem was damals normal war.

Wir Komödie

Hörbücher

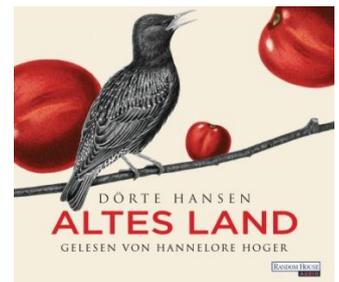
Hansen, Dörte:

Altes Land. - München : Random House Audio, 2015.
4 CDs

Vera von Kamcke kommt als 5jährige auf den großen, kalten Hof im Alten Land. „Polackenkint“ wird sie von der Bäuerin beschimpft. Trotzdem erbt Vera den Hof eines Tages, fühlt sich hier aber nie heimisch. Bis sich im Jahr 2005 ihre Nichte Anne mit ihrem kleinen Sohn zu ihr flüchtet.

Hans Familie

➤ auch als Roman (**Zba Hans**)

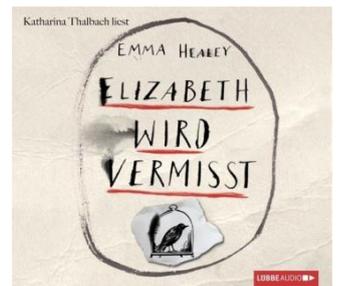


Healey, Emma:

Katharina Thalbach liest Emma Healey „Elizabeth wird vermisst“. - Köln : Lübbe, 2014. - 6 CDs

Maud ist vergesslich. Mit Notizen versucht sie, Wichtiges zu behalten. Auf einer steht: „Elizabeth wird vermisst.“ Sie hat ihre lebenslange Freundin seit Tagen nicht gesehen. Bei der Suche nach ihr erinnert sie sich an eine andere Vermisste, ihre Schwester Sukey, die vor 68 Jahren verschwand.

Heal Krankheit



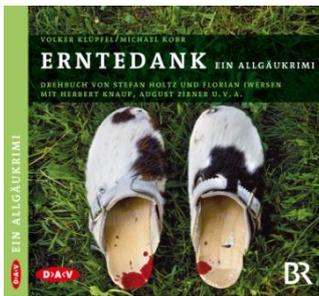
Heinrich, Sabine:

Sehnsucht ist ein Notfall. - Berlin : Argon, 2014. - 5 CDs

Obwohl seit Jahren fest liiert und relativ glücklich, verliebt sich Eva Hals über Kopf in den geschiedenen Tobias. Nun soll sie sich zwischen zwei Männern entscheiden. Um vorerst keine Wahl treffen zu müssen, packt Eva ihre Oma ein und fährt kurzerhand nach Elba.

Hein Liebe





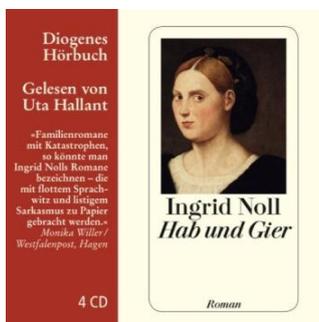
Klüpfel, Volker:

Erntedank : ein Allgäu-Krimi ; das Hörspiel zum Film.

Berlin : Der Audio-Verl., 2009. - 1 CD

In einem Waldstück bei Kempten wird die Leiche eines Mannes gefunden, auf dessen Brust sorgfältig eine tote Krähe drapiert wurde. Der Allgäuer Kommissar Klufftinger ermittelt in seinem zweiten Fall.

Kluep Krimi



Noll, Ingrid:

Hab und Gier. - Zürich : Diogenes, 2014. - 5 CDs

Ein unmoralisches Angebot des todkranken, kinderlosen Witwers Wolfram bringt die Rentnerin Karla um den Schlaf: Wenn sie ihn bis zu seinem Tod pflegt, erbt sie die Hälfte seines Vermögens. Verhilft sie ihm aber zu einem vorzeitigen Ableben, bekommt sie alles, eine Villa in Weinheim inklusive.

Noll Krimi

➤ auch als Roman (**Zba Noll** Rot)



Roger, Marie-Sabine:

Das Leben ist ein listiger Kater. - Hamburg : Hoffmann und Campe, 2014. - 4 CDs

Der menschenscheue Pariser Rentner Jean-Pierre liegt nach einem Sturz in die Seine bewegungslos im Krankenhaus, an den Unfallhergang kann er sich nicht erinnern. Wehrlos ist er den Menschen ausgeliefert, die unaufgefordert in sein Zimmer und in sein Leben treten.

Roge Freundschaft

➤ auch als Roman (**Zba Roge**)

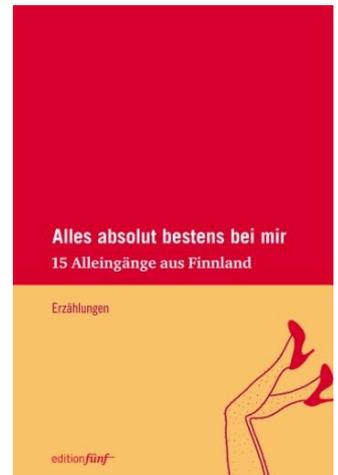
Schöne Literatur

Alles absolut bestens bei mir

15 Alleingänge aus Finnland ; Erzählungen. - Gräfelting : edition fünf, 2014. - 174 S.

Zwölf Erzählungen von acht finnischen Autorinnen zeichnen nicht nur die Zeit der finnischen Unabhängigkeit seit 1917 nach, es ist auch die Entwicklung der Frauen in der Gesellschaft, die diese von Helen Moster ausgewählten Erzählungen deutlich machen.

Zba 1 Alle Frauen



Ambjørnsen, Ingvar:

Eine lange Nacht auf Erden : Roman. - Berlin : Rotbuch-Verl., 2013. - 250 S.

Der bekannte, aber abgehalfterte Journalist Claes Otto Gedde kommt nach einem erfolglosen Besuch der Frankfurter Buchmesse nach Berlin, um dort einen einsamen Winter zu verbringen und sich auf seinen 60. Geburtstag vorzubereiten.

Zba Ambj

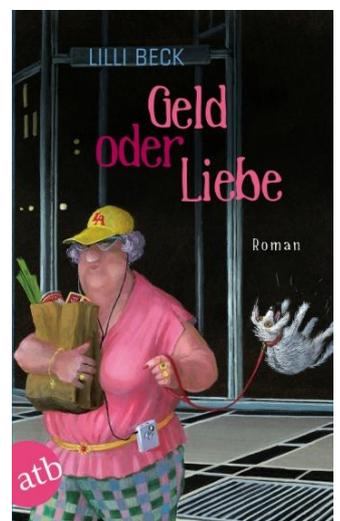


Beck, Lilli:

Geld oder Liebe : Roman. - Berlin : Aufbau-Verl., 2014. - 283 S.

„Wie konnten ein paar harmlose Rentner innerhalb weniger Tage in derart dubiose Geschehnisse geraten?“, fragt sich die 64jährige Mimi fassungslos. Doch die Bewohner einer Senioren-WG sind keinesfalls harmlos, und was sie zur Rettung ihrer millionenschweren Villa anzetteln, ist eine wildwitzige Räuberpistole.

Zba Beck





Benni, Stefano:

Von allen Reichtümern : Roman. - Berlin : Wagenbach, 2014. - 215 S.

Martin, der Ich-Erzähler, ein fast 70jähriger Literaturprofessor, lebt zurückgezogen am Rande eines italienischen Dorfes. Als in seiner Nachbarschaft ein junges Paar einzieht, fühlt er sich hingezogen zur blonden Tänzerin und Schauspielerin Michelle, die ihn an seine große Liebe erinnert.

Zba Benn



Bergmann, Renate:

Ich bin nicht süß, ich hab bloß Zucker : eine Online-Omi sagt, wie's ist. - Reinbek bei Hamburg : Rowohlt-Taschenbuch-Verl., 2014. - 223 S.

Man könnte Renate Bergmann, 82, für eine goldige Omi halten, doch sie hat es faustdick hinter den Ohren: Via Twitter lästert sie über ihre Nachbarn, gibt ihren Senf zu Fußballspielen und Politik dazu und hat über 22.000 Follower. Doch in Wirklichkeit ist Renates Alter Ego ein 39jähriger Controller.

Zba Berg



Bergmann, Thomas:

Zacher & Knoll : die Zwei von der Parkbank. - München : Beck, 2014. - 183 S.

Es gibt viel zu erzählen für die zwei auf der Parkbank. Zacher und Knoll, beide schon sehr betagt, pflegen ihre ganz eigene Lebensphilosophie beim Beobachten von Alltäglichem.

Zba Berg

Bettinger, Martin:

Ein Galgen für meinen Vater : eine Zumutung. - St. Ingbert : Conte-Verl., 2014. - 122 S.

Nach einer scheinbar harmlosen Operation wird der Vater plötzlich zu einem Pflegefall, der die Söhne Tom und David vor eine besondere Herausforderung stellt.

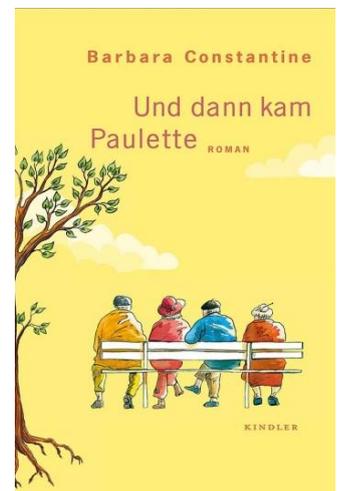
Zba Bett**Constantine, Barbara:**

Und dann kam Paulette. - Reinbek bei Hamburg : Kindler, 2013. - 313 S.

Der Rentner Ferdinand, der nach dem Auszug der Familie seines Sohnes allein auf seinem Bauernhof lebt und seine Enkel vermisst, wird hellhörig für die Probleme anderer Menschen und lädt sie nach und nach ein, bei ihm zu wohnen und sich gemeinsam zu unterstützen.

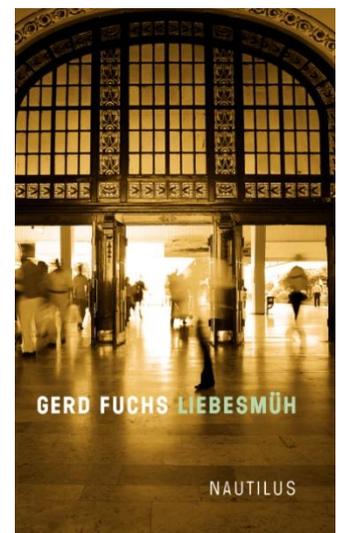
Zba Const

➤ auch als Hörbuch (**Const** Alter)

**Fuchs, Gerd:**

Liebesmüh. - Hamburg : Ed. Nautilus, 2015. - 95 S.

Mario, Besitzer der Bahnhofspizzeria am Ort, ist Seelen-tröster für den verwitweten Antiquitätenhändler Korn, dem spät noch einmal die Liebe zu begegnen scheint.

Zba Fuchs



Geschichten zum Entspannen

ausgew. von Aleksia Sidney. - Hamburg : Atlantik, 2015. 334 S.

Umfangreiche Anthologie rund um das Thema Entspannung. Eine literarische Anregung zur Entschleunigung des Alltags, sich einfach mal Zeit für sich zu nehmen und in Ruhe zu lesen. Versammelt sind insgesamt 63 lange, kurze und kürzeste Geschichten sowie Gedichte von namhaften Autoren der Weltliteratur.

Zba 1 Geschi



Giesbert, Franz-Olivier:

Ein Diktator zum Dessert : Roman München : Carl's Books, 2015. - 334 S.

Rose schreibt ihre Memoiren. Sie blickt auf ein Leben von 1907 bis 2012 zurück. Den armenischen Genozid von 1915 bis 1916 überlebend, führen sie ihre Lebensstationen u.a. nach Marseille, Paris, Berlin und China.

Zba Gies



Giordano, Mario:

Tante Poldi und die sizilianischen Löwen : Kriminalroman. Köln : Lübbe, 2015. - 365 S.

Tante Poldi ist eine Frau von Format: In die Jahre gekommen, erfahren, overdressed, schwermütig und dem Alkohol zugetan. Es hat sie von Bayern nach Sizilien verschlagen, dort will sie ihrem Leben mit Alkohol und Abendsonne ein Ende setzen, doch es kommt anders: Sie schwört einem Ermordeten Rache!

Zba Gior Rot

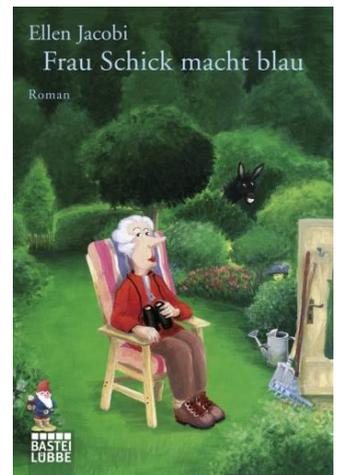
➤ auch als Hörbuch (**Gior** Krimi)

Jacobi, Ellen:

Frau Schick macht blau : Roman. - Köln : Bastei Lübbe, 2013. - 318 S.

Die rüstige Seniorin Röschen Schick wird von der Geschäftsführung ihrer eigenen Firma genötigt, ihren Geisteszustand untersuchen zu lassen. Dabei hat sie wahrhaftig Wichtigeres zu tun: Eine Hochzeit muss organisiert, ein armer Zirkusesel und eine Schrebergartensiedlung gerettet werden.

Zba Jaco Grau

**Jacobi, Ellen:**

Teatime mit Tante Alwine : Roman. - Köln : Bastei Lübbe, 2014. - 429 S.

Die Schwestern Alwine und Oda mögen sich nicht besonders. Um ihr Erbe in gute Hände zu übergeben, gehen sie getrennte Wege. In einem sind sie sich aber nach langem hin und her einig: Alwines Patensohn Nils und Odas Schützling Dorkas würden ein gutes Paar abgeben.

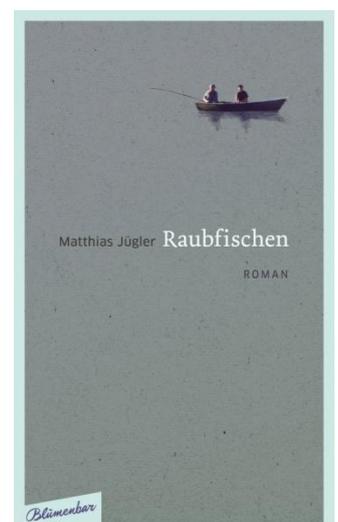
Zba Jaco Grau

**Jügler, Matthias:**

Raubfischen : Roman. - Berlin : Blumenbar, 2015. - 224 S.

Daniels geliebter Großvater erkrankt an ALS und wird binnen weniger Jahre pflegebedürftig. Bevor er sich nicht mehr mitteilen kann, vertraut er dem Enkel einen letzten Wunsch an: Einmal noch nach Schweden in sein Ferienhaus fahren, wo er viele Sommer verbrachte und seiner Angelleidenschaft nachging.

Zba Juegl



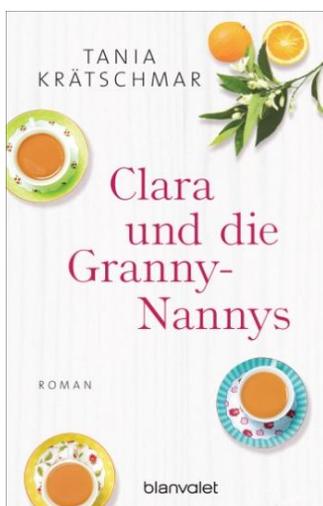


Knauss, Sibylle:

Das Liebesgedächtnis : Roman. - Tübingen : Klöpfer & Meyer, 2015. - 190 S.

Die erfolgreiche Schriftstellerin Beate erlebt fast 70jährig noch einmal die große Liebe. Doch zugleich muss sie erkennen, dass ihr Gedächtnis sie immer mehr im Stich lässt. Sie beginnt ihr Leben aufzuschreiben.

Zba Knau



Krätschmar, Tania:

Clara und die Granny-Nannys : Roman. - München : Blanvalet, 2014. - 383 S.

Die Hamburgerin Clara Behrens gründet eine Granny-Nanny-Agentur, die ältere Frauen als Au-Pair in Berliner Familien vermittelt, um ihnen ein neues Leben zu ermöglichen. Suse, Karen und Hanni melden sich an, freunden sich miteinander an und schaffen es, ihrem Leben eine neue Seite abzugewinnen.

Zba Kraet



Letocha, Thomas:

Oma Else startet durch : Roman. - München : Goldmann, 2015. - 189 S.

Oma Else hat ihr einsames Leben in der Großstadt hinter sich gelassen und lebt nun mit ihrem guten Freund am Mittelmeer. Als Mario aber plötzlich nach Deutschland zurück muss, bläst Oma Else Trübsal. Doch nicht lange, und neue Abenteuer warten. Unabhängige Fortsetzung von „Oma Else kann's nicht lassen“.

Zba Leto

Mader, Petra:

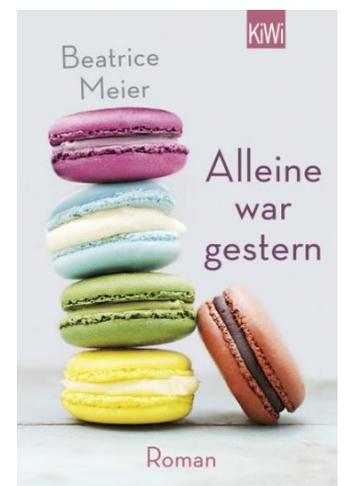
Fast ein Leben : Roman. - Tübingen : Silberburg-Verl., 2013. - 174 S.

Susanne weiß eigentlich nichts über das Leben ihrer Großmutter Rosa, die als junges Mädchen vor dem zweiten Weltkrieg in Stuttgart in Stellung war. Die fortschreitende Demenz Rosas lässt der Enkelin nicht mehr viel Zeit, etwas über ihre Großmutter zu erfahren.

Zba Made**Meier, Beatrice:**

Alleine war gestern : Roman. - Köln : Kiepenheuer & Witsch, 2015. - 302 S

Was passiert, wenn fünf Rentner zusammen in eine WG ziehen? Dieses Experiment beginnt vergnüglich und spart auch die ernstesten Seiten des Lebens nicht aus. Allein sein wollen alle nicht, doch das Zusammenleben gestaltet sich schwieriger als gedacht. Das Buch zum Fernsehfilm.

Zba Meie**Wark, Kirsty:**

Der Gesang der Wellen nach dem Sturm : Roman. - München : Knaur, 2014. - 441 S.

Als Elizabeth Pringle ihr geliebtes Haus einer Wildfremden überlässt, beginnen die Lebenswege der beiden Frauen sich miteinander zu verweben. Was ist das Geheimnis von Elizabeth, wieso soll gerade Martha in ihrem Haus leben?

Zba Wark Grau

Sachthemen

Großeltern und Enkel



Erzähl mal, wie es früher war

Geschichten über das Leben früher und heute. - Ravensburg : Ravensburger Buchverl., 2013. - 71 S.

Sachgeschichten über den Alltag, in denen Kinder erfahren, wie ihre Großeltern und Eltern gelebt haben, als sie noch klein waren. Ab 6 Jahren.

4.3 E Erzäe



Heute schlafe ich bei Omama

Barbara Joesse ; Jan Jutte. - Hildesheim : Gerstenberg, 2013. - 20 Bl.

Das kleine Elefantenmädchen hat es eilig, denn heute übernachtet es bei der Oma. Die ist genauso begeistert über den Besuch und hat schon ein tolles Programm vorbereitet, an dem beide ihren Spaß haben. Ab 3 Jahren.

1 Heut



Hof, Marjolijn:

Mein Opa und ich und ein Schwein namens Oma. - Hamburg : Aladin, 2014. - 122 S.

Opa backt Pfannkuchen und kann gar nicht mehr damit aufhören. Es werden so viele Pfannkuchen, dass man sie zu zweit gar nicht essen kann. Ein Schwein muss her! Ab 7 Jahren.

4.1 Hof



Johan und der Federkönig

München : Universum Film, 2015. - 1 DVD

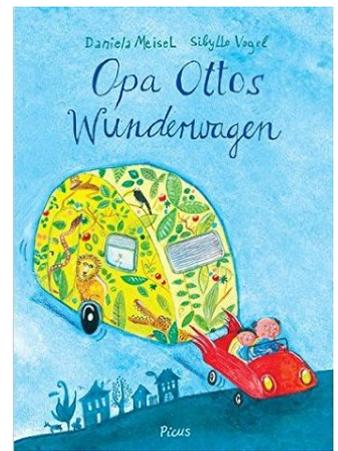
Johans Mutter ist sehr krank und eines Nachts holt sie der Federkönig ab und bringt sie in sein Reich. Doch Johan will sich damit nicht abfinden und tut alles, um seine Mutter zu finden und zurückzuholen.

Joha

Meisel, Daniela:

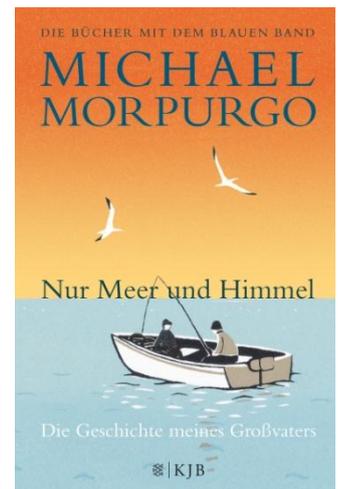
Opa Ottos Wunderwagen. - Wien : Picus, 2013. - 92 S.

Erst als sein verschollen geglaubter Opa Otto mit seinem bunt bemalten Wohnwagen auftaucht, findet Oskar einen Freund, der ihm zeigt: Je mehr wir über etwas Bescheid wissen, umso weniger Grund gibt es davor Angst zu haben. Ab 5 Jahren.

4.1 Meis**Morpugo, Michael:**

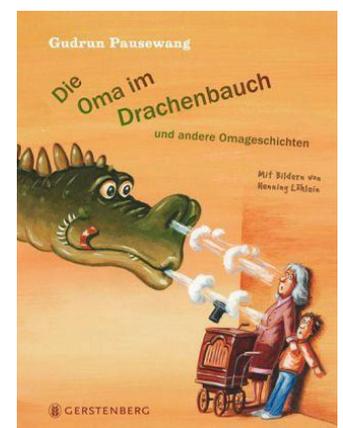
Nur Meer und Himmel : die Geschichte meines Großvaters. - Frankfurt am Main : Fischer KJB, 2015. - 46 S.

Der 12jährige Michael ist der Einzige, der seinen durch Verbrennungen stark entstellten Großvater anschauen mag. Er schämt sich für seine Neugier, ist aber sehr froh, als er in den Ferien die ganze Geschichte seines Opas erfährt. Ab 8 Jahren.

5.1 Nur**Pausewang, Gudrun:**

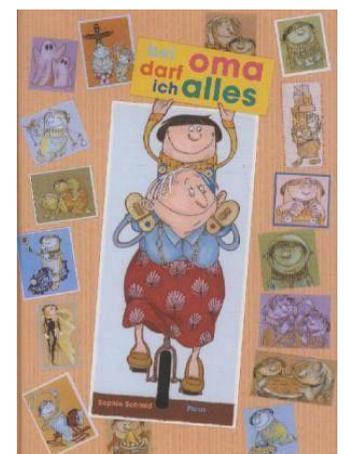
Die Oma im Drachenbauch und andere Omageschichten. - Hildesheim : Gerstenberg, 2010. - 111 S.

Von besonderer Art sind die zwölf Omas in diesen Geschichten, von denen eine in einem Drachenbauch landet, eine andere zur Größe eines Babys schrumpft, eine dritte schneller rechnen kann als ein Taschenrechner. Ab 8 Jahren.

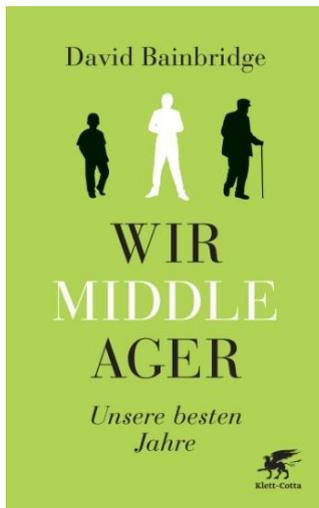
4.1 Paus**Schmid, Sophie:**

Bei Oma darf ich alles. - Wien : Picus, 2012. - 13 Bl.

Niki freut sich, denn morgen darf er zu Oma und bei Oma darf er alles: Lieblingsessen und unbegrenzt Süßigkeiten, Fernsehen und ganz lange aufbleiben - aber das kann auch ganz schön anstrengend sein. Ab 4 Jahren.

1 Schmid

Leben gestalten



Bainbridge, David:

Wir Middle-Ager : unsere besten Jahre. Stuttgart : Klett-Cotta, 2013. - 343 S.

Der Autor widerspricht auf Basis der Erkenntnisse aus Genetik, Evolution und Hirnforschung dem Negativklichee der Menschen zwischen dem 40. und 60. Lebensjahr und stellt die Potenziale der Generation heraus: Stabilität, Produktivität, höchste Geistesstärke, Lebenserfahrung und kulturelles Wissen.

Mbl 3 Bain

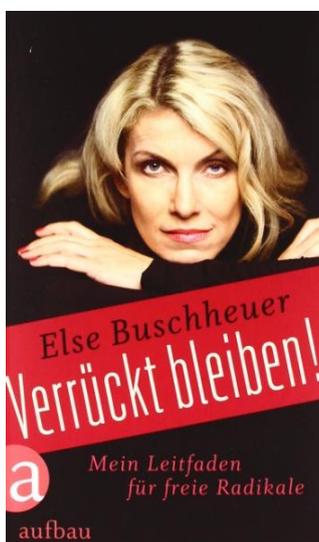


Berger, Frank von:

Heute genieße ich meinen Garten : ... älter werde ich später. - Stuttgart : Ulmer, 2013. - 159 S.

Der Autor beleuchtet die verschiedenen Facetten des Gärtnerns und berichtet aus eigener Erfahrung über Veränderungen im Garten, die das Gärtnern im Alter leichter machen.

Xbo 3 Berg



Buschheuer, Else:

Verrückt bleiben! : mein Leitfaden für freie Radikale. - Berlin : Aufbau, 2012. - 188 S.

„Verrückt bleiben, ohne verrückt zu werden“ - Sarkastisch, rebellisch, ebenso nüchtern wie widerständig schreibt Else Buschheuer übers Leben und übers Sterben, macht Mut zu Eigensein und Unsinn, erzählt von sich und anderen.

Mcl Buschh

Del Rae, Vanessa:

Sex deluxe : sinnlich älter werden. - Köln : Bastei Lübbe, 2014. - 285 S.

Die Autorin ist „Coach für Kommunikation und Sexualität über 50“ und schöpft aus beruflicher Erfahrung, wenn sie Sinnlichkeit und Sex im Alter beschreibt. Animierend und detailreich, doch dezent bietet sie Anregungen für ein gutes Körpergefühl und befriedigende Sexualität im „Dritten Frühling“.

Vco Del**Drimalla, Elisabeth:**

Amor altert nicht : Paarbeziehung und Sexualität im Alter. Göttingen : Vandenhoeck & Ruprecht, 2015. - 136 S.

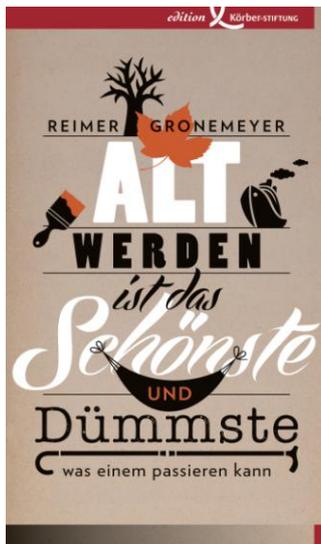
Anhand der spezifischen biologischen und psychosozialen Herausforderungen an Liebe und Sexualität im Alter zeigt die Paartherapeutin entlang von Fallbeispielen und Reflexions- und Übungsanregungen, wie sexuelle Beziehungen reicher und lebendiger gemacht werden können.

Mcl 1 Drim**Fröhlich, Susanne:**

Diese schrecklich schönen Jahre. - München : Gräfe und Unzer, 2014. - 204 S.

Die Autorinnen möchten Frauen ab Mitte 40 einen witzigen „Reisebegleiter“ durch die unwegsamen Jahre des Lebens bieten. In zahlreichen Selbstversuchen gehen sie Themen auf den Grund, die Frauen beschäftigen: Was ist, wenn die Eltern immer mehr Hilfe benötigen oder sich erste tiefe Falten zeigen?

Mbl 3 Froeh

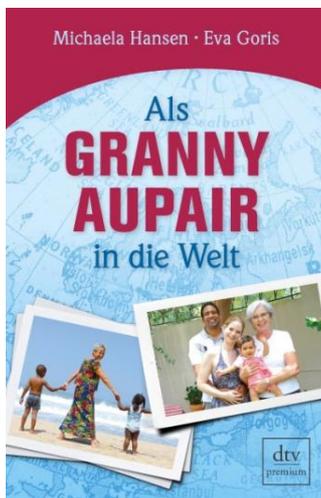


Gronemeyer, Reimer:

Altwerden ist das Schönste und Dämmste, was einem passieren kann. - Hamburg : Ed. Körber-Stiftung, 2014. - 210 S.

Der jetzt 75jährige Theologe und Soziologe beschreibt das Altwerden und Altsein in unserer Gesellschaft: eine eloquente Analyse aktueller Alterserscheinungen.

Gcu Gron

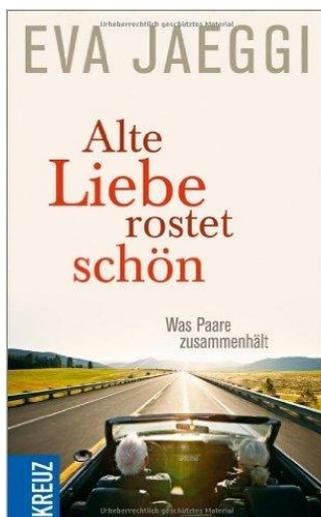


Hansen, Michaela:

Als Granny-Aupair in die Welt. - München : Dt. Taschenbuch-Verl., 2013. - 219 S.

Kompetenter Ratgeber für Frauen, die ihren Ruhestand aktiv planen, verfasst von den Gründerinnen der Organisation „Granny Aupair“. Mit Erlebnisberichten, Tipps und Einschätzungen von Psychologen und Altersforschern.

Hef Hans



Jaeggi, Eva:

Alte Liebe rostet schön : was Paare zusammenhält. - Freiburg : Kreuz, 2013. - 191 S.

Schlüssel dazu, wie man als Paar der Generation 60plus glücklich alt werden kann, welche Fallstricke es gibt und welche Anstrengungen nötig sind, um dem Partner gerecht zu werden. Fallbeispiele zeigen, dass eine älter werdende Beziehung besonders durch Geduld, Aufmerksamkeit und Liebe gedeiht.

Mcl 1 Jaeg

Kaiser, Gudrun:

Bauen für ältere Menschen : Wohnformen, Planung, Gestaltung. - Köln : R. Müller, 2014. - 203 S.

Wml 5 Kais**Klein, Maria:**

Weiblich, 40, plötzlich Single : meine Suche nach dem neuen Mann fürs Leben. - München : Knaur-Taschenbuch-Verl., 2013. - 319 S.

Maria Klein arbeitet als Partnervermittlerin. Im Alter von über 40 Jahren wird sie von einem Tag auf den anderen von ihrem Partner verlassen. In einer Mischung aus Erlebnisbericht und Ratgeber gewährt sie den Leserinnen Einblicke in ihre Erkenntnisse aus der Zeit nach der Trennung.

Mcl 13 Klei**Klie, Thomas:**

Wen kümmern die Alten? : auf dem Weg in eine sorgende Gesellschaft. - München : Pattloch, 2014. - 255 S.

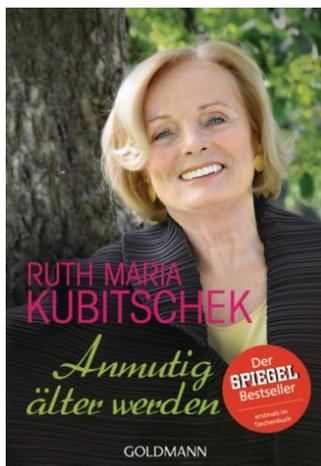
Das Schreckensszenario „Pflegenotstand“ erfordert eine Strukturreform mit neuen Leitbildern. Der Freiburger Altersexperte stellt das gesellschaftspolitische Modell gemeinsamer sozialer Verantwortung, auch in praktizierten Beispielen, vor.

Ggm 32 Klie**König, Helga:**

Basteln und Handarbeiten für Senioren. - Graz : Stocker, 2013. - 60 S.

Die Autorin stellt Handarbeits- und Bastelprojekte vor, die auch von Älteren mit Motorik- oder Seheinschränkungen angefertigt werden können. Mit Hinweisen zu besonders seniorenfreundlichen Materialien und Hilfsgeräten.

Xen 3 Koeni



Kubitschek, Ruth Maria:

Anmutig älter werden. - München : Nymphenburger, 2013. 156 S.

Die beliebte Schauspielerin fasst die Essenz ihres langen Lebens zusammen: Gelassenheit, Humor und Fleiß, Toleranz und Achtsamkeit, Unwichtiges loslassen, Schmerzen akzeptieren. Dazu verrät sie ihre persönlichen Schönheitsgeheimnisse für Körper und Seele.

Vcm 6 Kubi



Kummer, Irène:

Wandlungen : Aufbruch in die Jahre 50plus. - Weinheim : Beltz, 2015. - 327 S.

Die Zürcher Psychotherapeutin entwickelt ihr Konzept von Lebenskunst für die Generation 50plus, das Älterwerden als Wachstums- und Selbstformungsprozess begreift: in der Beziehungsgestaltung, im Generationendialog, im Berufsleben und danach, bis hin zu den „letzten Übergängen“.

Mbl 3 Kumm



Liebe auf den späten Blick

Partnersuche 60+. - Reinbek bei Hamburg : Rowohlt-Taschenbuch-Verl., 2014. - 316 S.

Was ist das Besondere an 60plus? Sehr viel, denn nach Berufstätigkeit und Auszug der Kinder muss das Leben neu strukturiert werden und viele sind verwitwet oder geschieden. Sie erzählen von Zweifeln und Enttäuschungen bei der (zumeist online-) Partnersuche, doch auch von später Liebe und großem Glück.

Mcl 13 Lieb

Micus, Andrea:

Sex Ü60 : so bewahren Sie sich Lust und Liebe ; der Ratgeber für ein erfülltes Sexualleben. - Hannover : Humboldt, 2015. - 176 S.

Die Autorin erläutert Gründe für Hemmnisse und Luststörungen und gibt Ratschläge, wie sich damit umgehen lässt. Ihre profunden Sextipps für Menschen über 60 helfen, Blockaden abzubauen und machen Mut, die eigene Lust zu entdecken und zu leben.

Vco Micu

**Prosinger, Wolfgang:**

In Rente : der größte Einschnitt unseres Lebens.- Reinbek : Rowohlt, 2014. - 240 S.

Vom Rentenantrag an begleitet der Tagesspiegel-Journalist seinen Protagonisten Hecker durch die letzten Wochen im Job bis in die ersten Monate des Rentnerdaseins: Eine krisenhafte Zeit als Übergang zu einer neuen Lebensphase.

Gcu Pros

**Römer, Felicitas:**

Liebe, Lust & Lesebrille : warum wir erst in der Lebensmitte so richtig lieben können. - Ostfildern : Patmos, 2013. 156 S.

Diese „Arbeitsfibel für fortgeschrittene Liebende“ gibt Anregungen, die Zweisamkeit in der schwierigen Lebensphase des Alterns konstruktiv voranzubringen und Krisen sowie Reifungs- und Entwicklungsprozesse gemeinsam zu bestehen.

Mcl 15 Roeme





Scherf, Henning:

Mehr Leben : warum Jung und Alt zusammengehören. - Freiburg : Herder, 2013. - 159 S.

Der prominente Zeitgenosse, Ex-Bürgermeister aus Bremen, plädiert für ein neues soziales Miteinander der Generationen und stellt einzelne Mehrgenerationenprojekte aus der Praxis vor.

Gcu Scherf



Schmid, Wilhelm:

Gelassenheit : was wir gewinnen, wenn wir älter werden. Berlin : Insel-Verl., 2014. - 118 S.

Anhand von zehn Schritten zeigt der Autor einen Weg, in jeder Lebensphase, insbesondere aber im „Unruhestand“, den Erfordernissen des Tages mit Gelassenheit zu begegnen.

Mcl Schmid



Tarr, Irmtraud:

Eigensein entdecken : lustvoll älter werden. - Freiburg im Breisgau : Kreuz, 2014. - 206 S.

Der sanfte Appell zum Eigensein, zu „frecher Gelassenheit“ im Älterwerden bietet Stoff zum Zwiegespräch mit sich selbst, zu meditativer Einkehr ins eigene Ich, um „nach einem Leben voller Kompromisse und Pflichten die ‚eigene Stimme‘ wiederzufinden“.

Mbl 3 Tarr

Wegweiser für ältere Menschen Stadt Ludwigshafen am Rhein

8., überarb. Aufl. - Ludwigshafen/Rh. : Stadt Ludwigshafen am Rhein, 2014. - 88 S.

Dgk Wegw



Wenn Liebe nicht mehr genügt

Wie Eltern ihren erwachsenen Kindern verzeihen können / Maryse Vaillant - Bern : Huber, 2013. - 172 S.

„Worin bestehen die Vorwürfe, warum verzeiht man, wie verzeiht man?“ sind zentrale Motive des Titels, der an ein Tabu rührt. Wer thematisiert schon ganz normale Enttäuschungen und Verletzungen, die der Weg ihrer Kinder für viele Eltern bedeutet, noch weniger deren Hass oder einen Beziehungsabbruch.

Mbl 3 Wenn



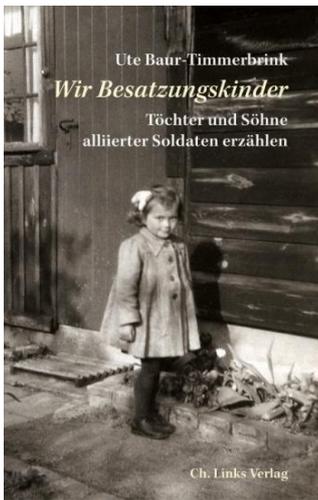
Westermann, Christine:

Da geht noch was : mit 65 in die Kurve. - Köln : Kiepenheuer & Witsch, 2013. - 190 S.

Abseits von Ratgeber- und Mutmacherliteratur hat Radio- und Fernsehjournalistin Christine Westermann von „Zimmer frei“ festgehalten, was sie mit 65 umtreibt: welche Überraschungen das Leben für sie bereithalten mag, welchen Herausforderungen sie sich noch stellen muss.

Mbl 3 Weste





Wir Besatzungskinder

Töchter und Söhne alliierter Soldaten erzählen. - Berlin : Links, 2015. - 240 S.

Auch heute noch suchen Menschen - mittlerweile im Alter um die 60 Jahre - nach ihren Vätern, die als Besatzungssoldaten nach 1945 in Deutschland stationiert waren. Zwölf Porträts von „Soldatenkindern“ geben Einblick in Geschichte, psychische Situation und Suchverläufe.

Emp 8 Wir

Recht und Finanzen



Benzel, Wolfgang:

Der aktuelle Steuerratgeber für Rentner und Ruhestandsbeamte : Ausgabe 2015 für Ihre Steuererklärung 2014 ; Steuererklärung selbst erstellen. - Stand Dezember 2014. - Regensburg : Walhalla-und-Praetoria-Verl., 2015. 160 S.

Der praktische, einfach gehaltene Ratgeber informiert über die Besteuerung von Renten und Pensionen, Nebentätigkeit, Immobilienbesitz und Kapitalerträgen, die Nutzung von Freibeträgen u.a.m. Mit vielen Beispielen.

Hhk 1 Benz



Bittler, Jan:

Patientenverfügung und andere Vorsorgemöglichkeiten : so entscheiden Sie über Ihr Leben autonom ; mit Mustervorlagen zum Download. - Regensburg : Walhalla-Fachverl., 2015. - 110 S.

Überblick über die Möglichkeiten der Vorsorge bei alters-, krankheits- oder unfallbedingter Entscheidungsunfähigkeit durch eine Patientenverfügung, eine Vorsorgevollmacht und eine Betreuungsverfügung; mit Musterformularen.

Vfm 3 Bitt

Fox, Joachim:

Was ich als Rentner wissen muss : Rente, Steuern, Finanzen. - Düsseldorf : Verbraucherzentrale NRW, 2014. - 240 S.

Themen sind die gesetzliche Rente, Fragen zur Einkommensteuererklärung, private Vorsorge und Versicherungen, die hier klar und umfassend abgehandelt werden.

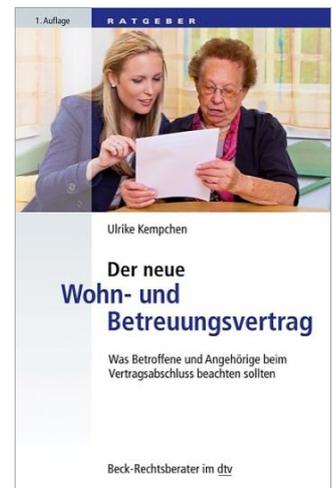
Hdk 70 Fox

**Kempchen, Ulrike:**

Der neue Wohn- und Betreuungsvertrag : was Betroffene und Angehörige beim Vertragsabschluss beachten sollten. - München : Dt. Taschenbuch-Verl., 2013. - 244 S.

Das neue Wohn- und Betreuungsvertragsgesetz (WVBVG) bietet die ordnungs- und zivilrechtlichen Grundlagen für alle Verträge, die Wohnform, Pflege- und Betreuungsleistungen (früher „Heimvertrag“) umfassen.

Fkm Kemp

**Konz, Franz:**

Konz - das Arbeitsbuch zur Steuererklärung für Rentner und Pensionäre. - München : Knaur-Taschenbuch-Verl., 2016. - 464 S.

Leitfaden für alle Fragen rund um die Steuererklärung 2015 für Ruheständler. Mit Hilfestellung zum Ausfüllen der Formulare.

Hhk 1 Konz

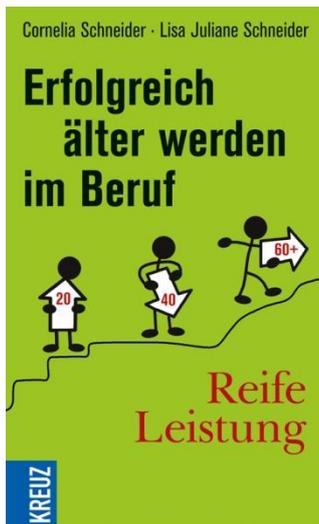
**Pohlmann, Isabell:**

Der Renten-Fahrplan : früher aufhören, richtig planen, mehr rausholen. - Berlin : Stiftung Warentest, 2014. - 191 S.

Der Ratgeber zum Thema Rente; mit aktueller Gesetzeslage, Beitragssätzen, Steuerregeln.

Hdk 85 Pohl





Schneider, Cornelia:

Reife Leistung - erfolgreich älter werden im Beruf. - Freiburg im Breisgau : Kreuz, 2014. - 240 S.

Ein wissenschaftlich gesichertes, alltagstaugliches und auf die Individualität des Lesers abgestelltes Konzept über die Möglichkeiten, Chancen und Aufgaben, die sich aus der längeren Lebenserwartung und der verlängerten Lebensarbeitszeit ergeben.

Hr Schnei



Siepe, Werner:

Pension und Rente im öffentlichen Dienst : den sorgenfreien Ruhestand richtig planen. - Berlin : Stiftung Warentest, 2014. - 207 S.

Eine Liste mit personenbezogenen Fragen führt direkt zu wichtigen Themen: Ruhestandsbeginn, Berufs-, Erwerbs- und Dienstunfähigkeit, Aufstockung u.a.

Hdk 81 Siep

Schlau in EDV



Albrecht, Uwe:

Mac für Einsteiger. - Berlin : Stiftung Warentest, 2014. - 223 S.

Ratgeber für die Apple-Produktfamilie der Mac Minis, iMacs und MacBooks.

Wcg 1 Albr

Apel, Peter:

Facebook für Einsteiger. - Berlin : Stiftung Warentest, 2013. - 224 S.

Schritt für Schritt führt dieser Ratgeber in die Nutzung des sozialen Netzwerks ein. Relevante Einstellungen und Nutzungsmöglichkeiten werden erläutert. Auch das Thema Sicherheit kommt zur Sprache.

Wcc 371 Face**Born, Günter:**

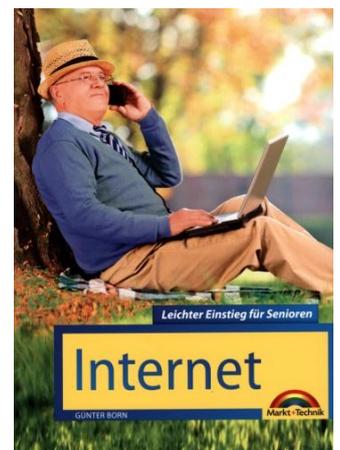
Android Tablets und Smartphones : der Ratgeber für Senioren. - Heidelberg : O'Reilly, 2015. - 320 S.

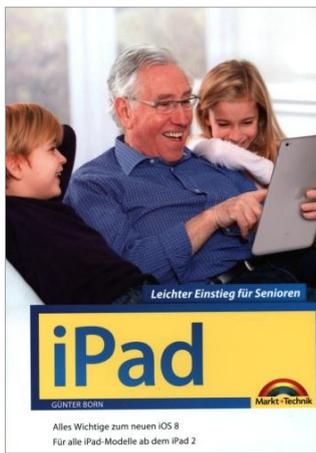
Einführung in die Nutzung mobiler Geräte (Tablets, Smartphones) unter Android 5.0. Für Nutzer mit geringen Vorkenntnissen, die sich im Umgang mit diesen Geräten zunächst schwertun.

Wcg 1 Born**Born, Günter:**

Internet : leichter Einstieg für Senioren. - Burgthann : Markt + Technik, 2014. - 317 S.

Übersichtliche Einführung in alle relevanten Bereiche des Internet. Mit zahlreichen Illustrationen, großem Druck und einfachen Erklärungen.

Wcc 3 Born

**Born, Günter:**

iPad : leichter Einstieg für Senioren. - Burgthann : Markt + Technik, 2015. - 320 S.

Übersichtliche Einführung in alle Möglichkeiten des Apple-Tablets iPad. Mit zahlreichen Illustrationen, großem Druck und gut verständlichen Erklärungen.

Wcg 1 Born

**Born, Günter:**

Windows 8.1 für Senioren. - Köln : Microsoft-Press, 2014. 384 S.

Leicht verständlicher Ratgeber zum Umgang mit dem Betriebssystem Windows 8.1. Neben ausgewählten Funktionen wird auch eine Reihe von populären Anwendungen erläutert.

Wco 1 Wind

Fitness für Körper und Geist

**Aktiv & beweglich mit 60+**

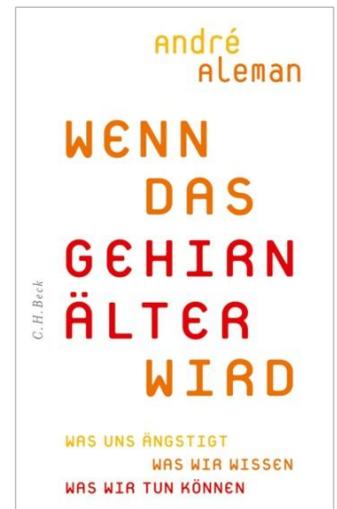
Tele-Gym. - Tutzing : PSF, 2013. - 1 DVD

Vcm 6 Akti

Aleman, André:

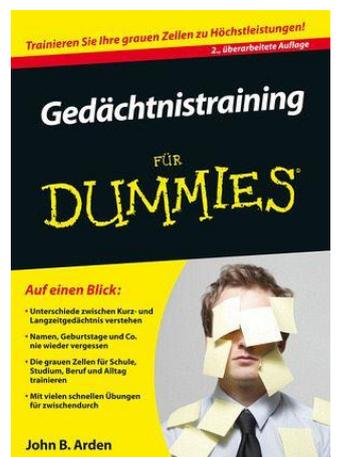
Wenn das Gehirn älter wird : was uns ängstigt ; was wir wissen ; was wir tun können. - München : Beck, 2013. - 239 S.

Aleman erklärt, was im Seniorengehirn ab 65 passiert, was die Geisteskräfte aufrechterhält und was nicht und warum viele ältere Menschen dank des Nachlassens ihres Gehirns sogar weiser und klüger werden. Er schließt mit Erkenntnissen für eine optimale geistige Fitness im Alter.

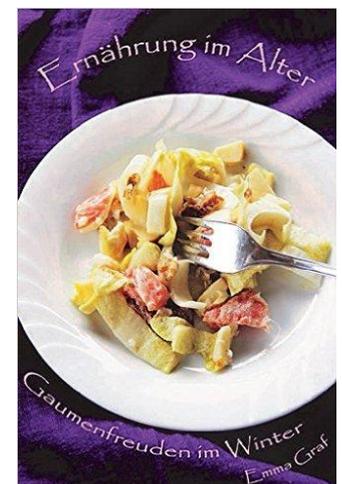
Mbk 6 Alem**Arden, John B.:**

Gedächtnistraining für Dummies. Weinheim : Wiley-VCH, 2008. - 259 S.

Motivierende Darstellung zum Thema Gedächtnistraining eines Psychologen, die auch Anatomie und Funktionsweise von Gehirn und Gedächtnis ausführlich darstellt.

Adn Arde**Ernährung im Alter - Gaumenfreuden im Winter**

Text: Emma Graf. - Peiting : Michaels-Verl., 2014. - 125 S.

Vcm 6 Ernae**Ernährung im Alter - Geschmackserlebnisse im Frühling**

Text: Emma Graf. - Peiting : Michaels-Verl., 2015. - 125 S.

Vcm 6 Ernae



Ernährung im Alter - Hochgenuss im Sommer

Text: Emma Graf. - Peiting : Michaels-Verl., 2015. - 125 S.

Vcm 6 Ernae



Gehirntraining durch Bewegung

Wie körperliche Aktivität das Denken fördert. - Aachen : Meyer & Meyer, 2013. - 120 S.

Arbeitshilfen für Übungsleiter im Gesundheits- und Seniorensport, die auf den Erkenntnissen der Wissenschaften zur Aufrechterhaltung der geistigen Fitness im Alter durch Bewegung fußen.

Vcm 6 Gehi



Gießing, Jürgen:

Muskeltraining für Senioren. - Wiebelsheim : Limpert, 2014. - 104 S.

Übungen mit verschiedenen Schwierigkeitsstufen für das Muskeltraining aller wichtigen Körperregionen. Die meisten Übungen sind ohne oder zum Teil mit einfachen Hilfsmitteln (Hanteln, Klimmzugstange, Stuhl, Tisch und Türgriff) gut zu Hause durchführbar.

Ybk 31 Giess



Gut essen bei Osteoporose

Über 80 Rezeptideen. - Berlin : Stiftung Warentest, 2014. - 192 S.

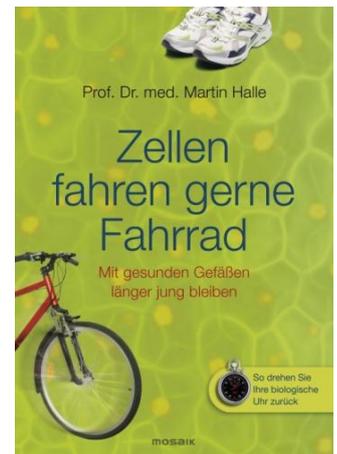
Ernährungsratgeber mit umfangreichem Serviceteil. Grundinformationen zur Erkrankung und Behandlung, Übersichten zu Arzneimitteln und kalziumreichen Lebensmitteln, dazu mehr als 80 Rezepte, Adressen und eine Übersicht zu Fitnessstudios.

Vel 7 Gut

Halle, Martin:

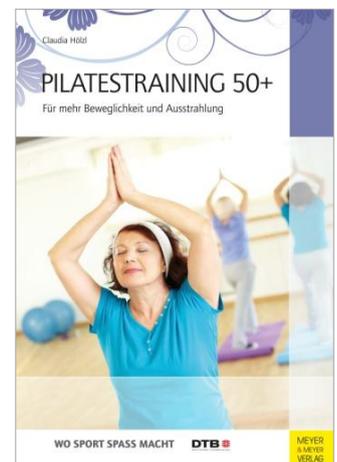
Zellen fahren gerne Fahrrad : mit gesunden Gefäßen länger jung bleiben. - München : Mosaik, 2012. - 207 S.

Aufgrund der Erkenntnis, dass vorzeitiges Altern durch lebensstilbedingte Gefäßabbauprozesse verursacht wird, stellt der Präventivmediziner motivierende Programme zur gefäßgesunden Ernährung und Bewegung vor.

Vcm 6 Hall**Hölzl, Claudia:**

Pilatestraining 50+ : für mehr Beweglichkeit und Ausstrahlung. - Aachen : Meyer & Meyer, 2014. - 208 S.

Pilatesübungen, speziell modifiziert für die Altersgruppe 50 plus. Mit Entspannung, Stundenbildern und Informationen zu Pilates.

Ybk 85 Hoelz**Jansenberger, Harald:**

Hausaufgaben für Patienten mit Osteoporose : Übungen und Hilfestellungen für Betroffene und Angehörige. - Schorndorf : Hofmann, 2015. - 80 S.

Trainingsprogramm und Ratgeber für Osteoporosepatienten mit vielen Fotoanleitungen für Bewegungsübungen in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden. Außerdem Tipps zur Ernährung, Selbsttests, Ratschläge zur Vermeidung der Sturz- und Verletzungsgefahren.

Vel 7 Jans

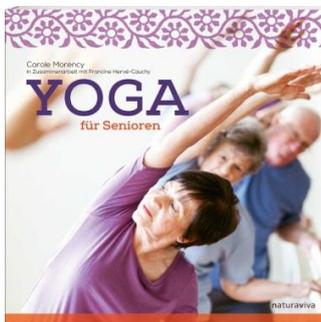


Lauk, Marcus:

Stein alt & kerngesund : 100 Jahre erfüllt leben. - Leipzig : Draksal-Fachverl., 2015. - 1 CD

Der Gesundheitsphilosoph Lauk reist an vier Orte auf der Welt (USA, Griechenland, Italien, Japan), an denen die Menschen besonders alt werden. Er beobachtet, wie sie leben und zieht daraus Rückschlüsse auf Gesundheit und ein langes Leben.

Vc Lauk

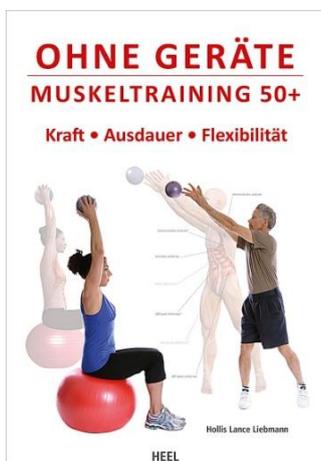


Morency, Carole:

Yoga für Senioren. - Weil der Stadt : NaturaViva, 2014. - 127 S.

Ausführlich erklärte und bebilderte Yogaübungen speziell für Menschen ab ca. 70 Jahren. Beweglichkeit, Gleichgewicht und Eigenständigkeit der Praktizierenden werden deutlich verbessert. Die Entspannungsübungen sind im Sitzen, Stehen und Liegen durchführbar und können die Lebensqualität steigern.

Vck 1 More



Ohne Geräte - Muskeltraining 50+

Kraft, Ausdauer, Flexibilität. - Königswinter : Heel, 2014. - 160 S.

Übungen für Beweglichkeit, Ausdauer, Kraft, Haltung und die starke Körpermitte, abgestimmt auf Menschen über 50, die ihre Fitness erhalten bzw. sogar steigern wollen. Mit Workouts im Anhang.

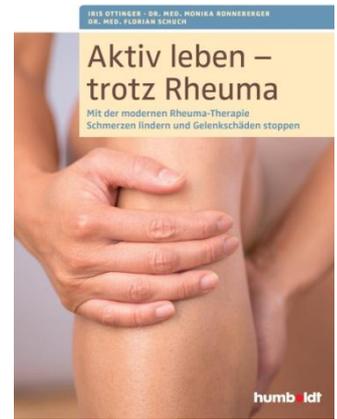
Ybk 31 Ohne

Ottinger, Iris:

Aktiv leben - trotz Rheuma : mit der modernen Rheuma-Therapie Schmerzen lindern und Gelenkschäden stoppen. - Hannover : Humboldt, 2015. - 152 S.

Der Ratgeber fasst die Möglichkeiten und Grenzen moderner Rheumatherapie für Patienten verständlich zusammen.

Vel 71 Otti

**Regelin, Petra:**

Aktiv bis 100 : hochaltrige Menschen in Bewegung bringen. - Hammes. - Aachen : Meyer & Meyer, 2013. - 252 S.

Der umfassende Ratgeber zeigt, wie Senioren körperlich aktiv bleiben können. Mit konkreten Übungen, zahlreiche Tipps und aussagekräftigen Fotos.

Ybk 8 Rege

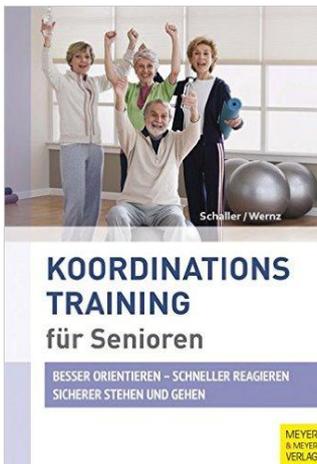
**Rubin, Franziska:**

Meine besten Gesundheits-Tipps fürs Älterwerden : vorbeugen, lindern, heilen. - München : Zabert Sandmann, 2015. - 265 S.

Die bekannte TV-Moderatorin („Hauptsache gesund“) stellt in ihrem Hausbuch die komplementär-medizinischen und Selbsthilfemaßnahmen gegen alterstypische Beschwerden und Erkrankungen vor.

Vcm 6 Rubi



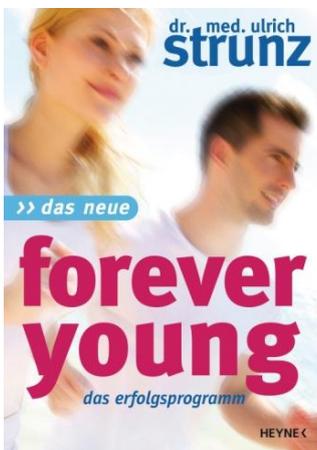


Schaller, Hans-Jürgen:

Koordinationstraining für Senioren : besser orientieren, schneller reagieren, sicherer stehen und gehen. - Aachen : Meyer & Meyer, 2008. - 168 S.

Der Ratgeber wendet sich an aktive Seniorinnen und Senioren sowie an Übungsleiterinnen und Übungsleiter, die ihre Bewegungskoordination oder die ihrer Klienten, erhalten und verbessern wollen.

Ybk 8 Schall



Strunz, Ulrich:

Das neue Forever Young : einfach jung bleiben mit dem 4-Wochen-Erfolgsprogramm ; Power für Ihre Gene ; Jungbrunnen Steinzeit: Die Paläo-Diät. - München : Heyne, 2014. - 287 S.

Der neue Ratgeber des „Fitnesspapstes“ Dr. Strunz erklärt alles zu seiner Erfolgsmethode „Forever-Young“. Mit einem 4-Wochen-Programm und einem Rezeptteil.

Vcm 6 Strun



Westendorp, Rudi:

Alt werden, ohne alt zu sein : was heute möglich ist. - München : Beck, 2015. - 286 S.

Aus Erkenntnissen der einschlägigen Wissenschaften leitet der niederländische Geriater Vorschläge ab, wie der Einzelne und die Gesellschaft den demografischen Wandel nachhaltig und sozialverträglich bewältigen können.

Ver 2 Weste

Windisch, Isabella:

Stürze vermeiden. Aktiv bleiben. : alles, was Sie zum Thema Sturz wissen sollten. - München : noema, 2013. - 64 S.

Ein Ratgeber für ältere Menschen und deren Angehörige.

Vcm 6 Wind

**Wenn man Hilfe braucht****Baumann, Lydia:**

Vater Unser : wie unsere Väter zu Sorgenkindern wurden ; zwei Töchter erzählen. - München : Bertelsmann, 2013. - 252 S.

Beide Autorinnen (Pseudonym) sind Scheidungskinder, ihre Väter stehen für eine neue Generation Alter, die frei und unangepasst lebten, „Rockmusik hören statt Klavier-sonaten“, doch nun ohne sorgende Partnerin das Ende ihrer Selbstbestimmtheit erleben.

Mbm 31 Baum

**Beratung älterer Menschen**

Methoden, Konzepte, Erfahrungen. - Frankfurt am Main : Mabuse, 2013. - 294 S.

Die Sammlung beinhaltet Denkanstöße zur personenzentrierten Beratung älterer Menschen, z.B. bei Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit, Vereinsamung, Überschuldung, Sexualität u.v.m., und richtet sich an Schüler und Studenten in Pflege- und Sozialberufen, Mitarbeiter in Ämtern und Behörden, ehrenamtliche Helfer und Senioreninitiativen.

Ggm 32 Bera



Berle, Waltraud:

„Schluss sag ich!“ : von Menschen, die in Würde altern wollten. - Hamburg : Osburg, 2015. - 208 S.

Drei Pflegefälle in einem Stuttgarter Altenheim - darunter ihre Mutter - geben der Psychologin Anlass, offensichtliche Missstände und verborgene Hintergründe für das durchweg apathische Verhalten dieser leicht dementen alten Menschen anzuprangern.

Ggm 32 Berl



Bohn, Caroline:

Macht und Scham in der Pflege : beschämende Situationen erkennen und sensibel damit umgehen. - München : Reinhardt, 2015. - 109 S.

Der Leitfaden stellt in Theorie und Praxis dar, wie vielfältig Machtdemonstration und Beschämung im Pflegealltag vorkommen können. Das Buch richtet sich an professionell Pflegende, kann aber auch durch seine Beispiele, Fragen und Reflexionen pflegende Angehörige zum Nachdenken anregen.

Vfm Bohn



Büker, Christa:

Tagespflege für ältere Menschen : ein Praxisbuch. - Stuttgart : Kohlhammer, 2014. - 120 S.

Einführung in pflegewissenschaftliche und pflegepraktische Erkenntnisse der Tagespflege für ältere Menschen. Zielgruppen sind in erster Linie die Pflegeberufe in Tagespflegeeinrichtungen, aber auch hauswirtschaftliche, therapeutische und ehrenamtliche Kräfte.

Vfm 14 Buek

Fries, Renate:

Krankheits- und Medikamentenlehre für die Altenpflege. - München : Elsevier, Urban & Fischer, 2014. - 301 S.

Das Lehrbuch und Nachschlagewerk für die Ausbildung in den Altenpflegeberufen stellt checklistenartig knapp und gegliedert nach Organen bzw. Organsystemen das Grundwissen zu Anatomie und Physiologie, Krankheitslehre und Arzneimittelkunde dar.

Ver 2 Frie**Gronemeyer, Reimer:**

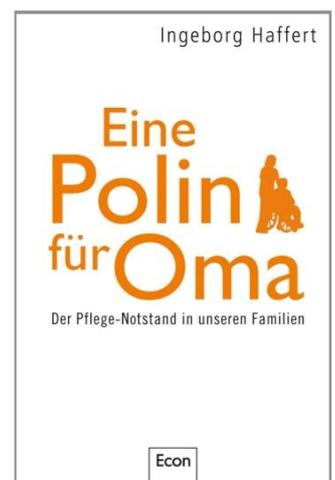
Das 4. Lebensalter : Demenz ist keine Krankheit. - München : Pattloch, 2013. - 302 S.

Der Theologe und Soziologe plädiert für eine Abkehr von der defizitorientierten Sichtweise der Demenz, welche sich im medizinisch-pflegerischen Komplex manifestiert. Den Ausweg sieht er in einer neuen Kultur des Helfens und Sorgens auf der Grundlage bürgerschaftlichen Engagements.

Ver 21 Gron**Haffert, Ingeborg:**

Eine Polin für Oma : der Pflege-Notstand in unseren Familien. - Berlin : Econ, 2014. - 251 S.

Pflegekräfte aus Osteuropa als Lösung der drängenden Probleme in der Betreuung alter Menschen in Deutschland? Eine Journalistin zeigt mit Fallgeschichten die Lage aus der unterschiedlichen Sicht der Beteiligten und weist auf erschreckende Missstände hin. Mit Maßnahmen zur Verbesserung des Alltags.

Vfm 12 Haff



Jettenberger, Marion:

Von Spielefest bis Erdbeertag : 24 ausgearbeitete Motto-Tage und Aktionen für Pflegeeinrichtungen. - Mülheim an der Ruhr : Verlag an der Ruhr, 2014. - 264 S.

24 komplett ausgearbeitete Mottotage für den Pflegealltag, z.B. Blütentag oder Kegeltag. Mit Kopiervorlagen, Lied- und Gedichttexten, Anleitungen, Rezepten. Mit CD-ROM.

Vfm 14 Jett

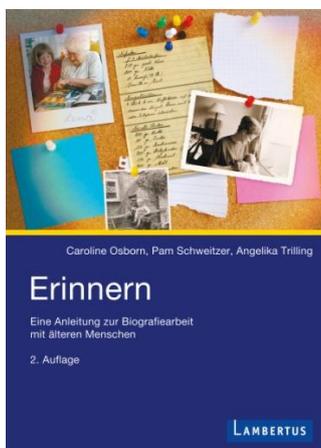


Jettenberger, Marion:

Wohlbefinden steigern! : kleine Begegnungen mit großer Wirkung ; 50 Anregungen für den Pflegealltag. - Mülheim : Verl. an der Ruhr, 2013. - 150 S.

Unaufwändige Ideen, auf die Bedürfnisse von pflegebedürftigen Menschen einzugehen, ihnen Zuwendung und Aufmerksamkeit zu schenken und sie spüren zu lassen, dass sie nicht alleine sind.

Ver 2 Jett



Osborn, Caroline:

Erinnern : eine Anleitung zur Biografiearbeit mit älteren Menschen. - Freiburg im Breisgau : Lambertus, 2013. - 197 S.

Osborn und ihre beiden Koautorinnen stellen Möglichkeiten zum kreativ-spielerischen Umgang mit den Lebenserinnerungen alter Menschen in der praktischen Altenarbeit und Altenpflege vor; mit zahlreichen Praxisbeispielen.

Ggm 32 Osbo

Immenschuh, Ursula:

Scham und Würde in der Pflege : ein Ratgeber. - Frankfurt am Main : Mabuse-Verl., 2014. - 114 S.

Das Buch setzt sich aus unterschiedlichen Perspektiven mit dem Thema „Scham und Würde“ im Umgang mit hilfsbedürftigen Menschen in der Pflege auseinander. Angesprochen werden professionell Pflegende und Laienhelfer.

Vfm Imme

**Mötzing, Gisela:**

Beschäftigung und Aktivitäten mit alten Menschen. - München : Elsevier, Urban & Fischer, 2013. - 323 S.

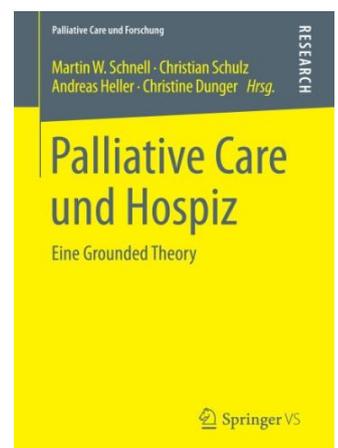
Das Lehrbuch für Pflegeberufe in der Altenpflege zeigt, wie geragogische Aktivierungsangebote geplant und umgesetzt werden können; mit Vorschlägen aus den Bereichen Bewegung, Kulturelles, Spiel, Gehirntaining, Entspannung, Feiern und Feste, Ausflüge und Reisen u.a.

Ver 21 Moetz

**Palliative Care und Hospiz**

Eine Grounded Theory. - Wiesbaden : Springer Vieweg, 2014. - 183 S.

Vfm 3 Pall





Preuß, Björn:

Lebens- und Wohnraumgestaltung in Pflegeeinrichtungen : ein Praxisratgeber. - Mülheim an der Ruhr : Verl. an der Ruhr, 2014. - 158 S.

Der Ratgeber gibt Anregungen, wie eine Pflegeeinrichtung Räumlichkeiten für Menschen mit Demenz gestalten kann: Möbelstücke, Porzellan, Rituale bei Tisch, Musik und Fernsehen, Gestaltung von Feiertagen sowie Beschäftigungsangebote - praxisnah durch Fallbeispiele und Tipps.

Ver 21 Preu



Tropper, Doris:

Die Schätze des Lebens : das Handbuch der bewussten Erinnerung. - München : mvg, 2014. - 198 S.

Kompetente und praxisbezogene Einführung in die Biografiearbeit mit älteren Menschen. Mit einer Fülle an praktischen Übungen sollen verschiedene Formen des Gedächtnisses geweckt, Erinnerungen als Kraftquellen genutzt und eigene Wurzeln angeregt durch Fotos u.ä. wiedergefunden werden.

Mbl Trop



Unterschätzt: Männer in der Angehörigenpflege

Was sie leisten und welche Unterstützung sie brauchen. - Freiburg im Breisgau : Kreuz, 2014. - 223 S.

Etwa ein Drittel der pflegenden Angehörigen in Deutschland sind Männer. Der Autor Eckart Hammer, Professor für soziale Gerontologie, wertet 25 von ihm geführte Interviews mit pflegenden Männern aus. Dazu kommen Ergebnisse aus aktuellen Studien.

Vfm 12 Unte

Demenz

Aktivierungstherapie für Menschen mit Demenz

Motorisch - alltagspraktisch - kognitiv - spirituell. - München : Elsevier, Urban & Fischer, 2015. - 314 S. + 1 DVD-ROM

Das Buch stellt mit praktischen Beispielen und Übungseinheiten die „MAKS-Therapie“ vor, die bei Menschen mit demenziellen Veränderungen dazu beiträgt, länger im Besitz ihrer geistigen Fähigkeiten zu bleiben und ihren Alltag bewältigen zu können.

Ver 21 Akti



Baer, Udo:

Wenn alte Menschen aggressiv werden : Demenz und Gewalt ; Rat für Pflegende und Angehörige. - Weinheim : Beltz & Gelberg, 2014. - 156 S.

Der Autor beschreibt die Erscheinungsformen, Auslöser und Ursachen der Gewalt gegen Pflegekräfte sowie betreuende Angehörige und deren Auswirkungen auf die Helfer. Mit konkreten Hilfsmaßnahmen zum angemessenen Umgang mit dem „herausfordernden Verhalten“.

Ver 21 Baer



Demenzbegleiter

Leitfaden für zusätzliche Betreuungskräfte in der Pflege. - Berlin : Springer, 2013. - 212 S.

Das Handbuch für die Ausbildung zur „zusätzlichen Betreuungskraft für Patienten mit Demenz und eingeschränkter Alltagskompetenz“ umfasst folgende Fächer: Krankheitslehre, Formen der Betreuung, Ernährung, Hauswirtschaft, Pflege und Dokumentation, Rechtskunde.

Ver 21 Deme





Demenz-Filmratgeber für Angehörige

Düsseldorf : LVR-Zentrum für Medien und Bildung, 2013. - 3 DVDs + 1 CD-ROM

Der Spielfilm erzählt von den verschiedenen Stufen der Demenz anhand von drei unterschiedlichen Familien. Die Themenfilme auf zwei DVDs bieten konkrete Hilfe für Angehörige. Die CD-ROM ist eine schriftliche Zusammenfassung der Themenfilme, teilweise mit ergänzenden Texten und Hinweisen.

Ver 21 Deme

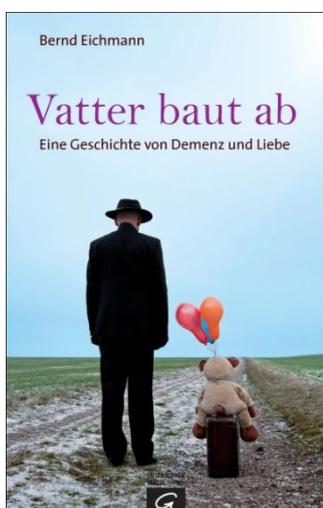


Döbele, Martina:

Demenzbegleiter für Betroffene und Angehörige : Informationen und Hilfen für den Alltag. - Berlin : Springer, 2014. - 244 S.

Der Leitfaden zur Begleitung von Menschen mit Demenz durch pflegende Angehörige oder ehrenamtliche Bezugspersonen liefert wichtige Informationen, Tipps und Hilfestellungen für die Organisation und Bewältigung des Alltags (Tagesstruktur, Beschäftigungsmöglichkeiten, Kommunikation, Ernährung usw.).

Ver 21 Doebe



Eichmann, Bernd:

Vatter baut ab : eine Geschichte von Demenz und Liebe. - Gütersloh : Gütersloher Verl.-Haus, 2013. - 189 S.

In seiner dokumentarischen Erzählung schildert der Autor liebevoll und heiter die letzten zweieinhalb Jahre seines an Alzheimer erkrankten Vaters, den er bis zu seinem Tod größtenteils selbst pflegte.

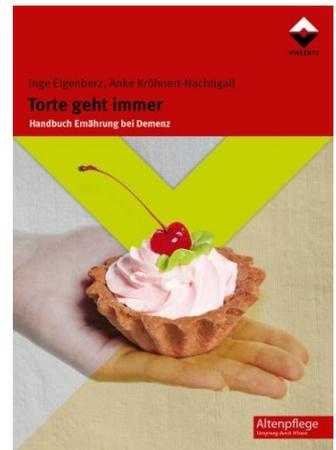
Ver 21 Eichm

Eigenberz, Inge:

Torte geht immer : Handbuch Ernährung bei Demenz. - Hannover : Vincentz Network, 2014. - 87 S.

Ein Verpflegungskonzept vor allem für stationäre Pflegeeinrichtungen, das abgestellt ist auf die Besonderheiten der Ernährung bei Menschen mit Demenz sowie deren spezifische Erkrankungen. Mit Rezepten.

Ver 21 Eige

**Eisenburger, Marianne:**

Bewegte Bewegungsstunden für Menschen mit Demenz. - Aachen : Meyer & Meyer, 2013. - 124 S.

Ver 21 Eise

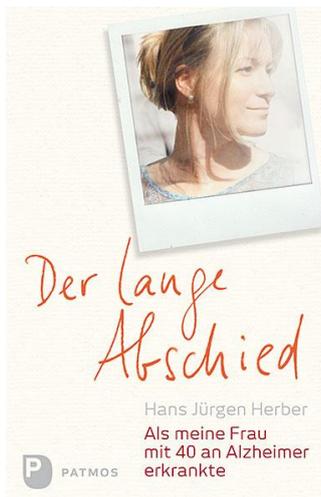
**Hametner, Ingrid:**

100 Fragen zum Umgang mit Menschen mit Demenz : Diagnostik & Symptome, Kommunikation & Hilfe, Krise & Interventionen. - Hannover : Schlütersche, 2014. - 109 S.

Überblick für Pflegekräfte im kompakten Frage-Antwort-Prinzip zum Krankheitsbild Demenz und den pflegerischen Interventionen

Ver 21 Hame





Herber, Hans Jürgen:

Der lange Abschied : als meine Frau mit 40 an Alzheimer erkrankte. - Ostfildern : Patmos, 2015. - 184 S.

Der Autor beschreibt, wie 2010 bei seiner 40jährigen Frau Yvonne die Diagnose Alzheimer festgestellt wird. Ein plötzlicher Schock für die Familie und die Beziehung. Die Selbstverständlichkeit des Zusammenhalts in guten Jahren wird dabei hart auf die Probe gestellt.

Ver 21 Herb



Kastner, Ulrich:

Handbuch Demenz : Fachwissen für Pflege und Betreuung. - München : Elsevier, Urban & Fischer, 2014. - 234 S.

Handbuch für professionelle Pflegekräfte, das die Grundlageninformationen zu Ursachen, Formen und Behandlungsmöglichkeiten Demenzkranker vermittelt und über relevante medizinische, pflegerische und juristische Aspekte (Stand 2014) in der Versorgung von dementen Menschen informiert.

Ver 21 Kastn



Keifenheim, Barbara:

Im Entschwinden so nah : Abschied von meiner Mutter - ein Alzheimer-Tagebuch. - Freiburg im Breisgau : Herder, 2015. - 205 S.

Eindrucksvoll und berührend beschreibt die Psychologin und Ethnologin, wie sie ihre demente Mutter in den letzten Jahren des Gedächtnisverlusts intensiv begleitet und durch Empathie und Selbstreflexion einen neuen Zugang zum vormals oft unverständlichen Wesen ihrer Mutter gefunden hat.

Ver 21 Keif

Klie, Thomas:

Demenz und Recht : Würde und Teilhabe im Alltag zulassen. - Hannover : Vincentz Network, 2015. - 214 S.

Aufsatzsammlung, gegliedert nach 34 Stichworten: Das Buch liefert für pflegende Angehörige und Pflegepersonal wichtige Informationen zur besonderen rechtlichen Situation der Pflege von Menschen mit Demenz. Sein Hauptanliegen ist aber, Denkanstöße zum Umgang mit den Patienten zu geben.

Ver 21 Klie**Kreativität und Kommunikation bei Menschen mit Demenz**

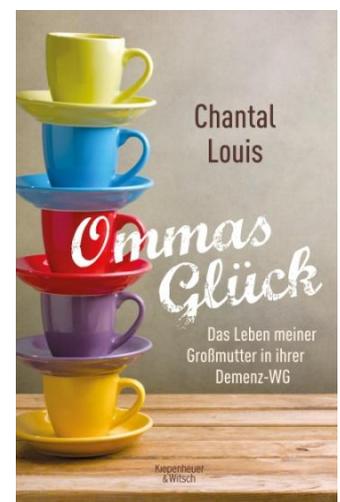
Bern : Huber, 2013. - 202 S.

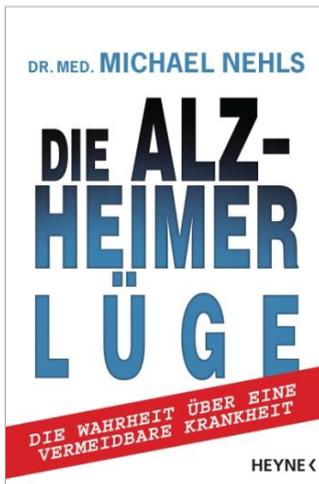
Kreativität und Kommunikation fördern und erhalten Kognition: Anschaulich zeigt das erfahrene und versierte britische Autorenteam, wie wesentlich die Beschäftigung mit kreativen Aktivitäten für Menschen mit Demenz ist, um ihre Kommunikation aufrechtzuerhalten, zu verbessern und ihre Persönlichkeit und Identität zu stärken.

Ver 21 Krea**Louis, Chantal:**

Ommas Glück : das Leben meiner Großmutter in ihrer Demenz-WG. - Köln : Kiepenheuer & Witsch, 2015. - 207 S.

Mit 83 Jahren zieht die Großmutter der Autorin in eine Demenz-WG und lebt mit ihren sechs Mitbewohnern, alle dement wie sie selbst, von kompetenten Pflegern betreut, ein maximal selbstbestimmtes Leben. Zugleich Generationengeschichte und Ratgeberbuch für diese wenig bekannte Wohnform.

Ver 21 Loui



Nehls, Michael:

Die Alzheimer-Lüge : die Wahrheit über eine vermeidbare Krankheit. - München : Heyne, 2014. - 462 S.

Der Mediziner belegt durch wissenschaftliche Studien, dass Alzheimer keine unvermeidliche Alterserscheinung ist, sondern eine durch unseren heutigen Lebensstil bedingte Mangelerkrankung, der man nicht mit Medikamenten, sondern nur durch gezielte Vorsorge und gesunde Lebensweise beikommen kann.

Ver 21 Nehl



Nehls, Michael:

Alzheimer ist heilbar : rechtzeitig zurück in ein gesundes Leben. - München : Heyne, 2015. - 319 S.

In „Die Alzheimer-Lüge“ konnte Mediziner Nehls nachweisen, dass Alzheimer keine Alterskrankheit, sondern eine Mangelerkrankung ist, bedingt durch unseren Lebensstil. Hier nun stellt er ein Bündel an Präventionsmaßnahmen und für bereits Erkrankte ein Therapieprogramm vor.

Ver 21 Nehl



Niklewski, Günter:

Demenz. - Berlin : Stiftung Warentest, 2013. - 303 S.

Überblick über Demenzformen, medikamentöse und psychotherapeutische Behandlungsmöglichkeiten sowie umfangreiche Informationen zu Pflege und Betreuung Demenzkranker. Mit Literatur-, Adress-, Checklisten und Praxistipps, auch zu rechtlichen und finanziellen Fragen.

Ver 21 Nikl

Oswald, Wolf D.:

Aktiv gegen Demenz : fit und selbstständig bis ins hohe Alter mit dem SimA® Gedächtnis- und Psychomotoriktraining. - Göttingen : Hogrefe, 2014. - 241 S.

Gedächtnis- und Psychomotorikübungen sowie ein 14-Tage-Programm zur Prävention gegen Alzheimer und Demenzen auf Basis des vom Autor seit 1990 entwickelten SimA-Projekts („Selbstständigkeit im Alter“).

Ver 21 Oswa

**Reckewell, Doris :**

Bis ich unterm Himmel hänge : eine Ermutigung für Angehörige von Menschen mit Demenz. - München : Reinhardt, 2013. - 95 S.

Persönliche Betroffenheit und fachmännischer Rat verbinden sich zu einem Ratgeber für Angehörige zum angemessenen Zusammenleben mit Demenzkranken jenseits von Abwehr, Ohnmacht, Wut und Ängsten.

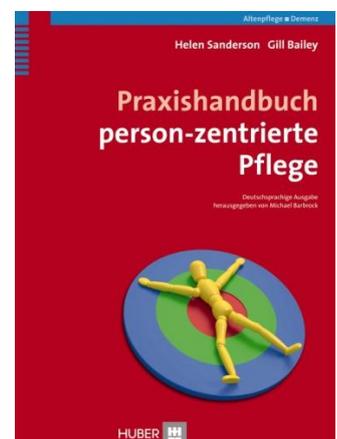
Ver 21 Reck

**Sanderson, Helen :**

Praxishandbuch person-zentrierte Pflege. - Bern : Huber, 2015. - 248 S.

Menschen mit Demenz brauchen, um gut betreut und unterstützt zu werden, eine person-zentrierte Pflege, die sich an ihren individuellen Bedürfnissen orientiert. Wie das im Pflegealltag gelingen kann, zeigt dieses Handbuch für Pflegepersonal in der Theorie und mit praktischen Beispielen.

Ver 21 Sand





Schloffer, Helga:

23 Stundenkonzepte für Menschen mit Demenz : wertorientierte Gruppenarbeit - validierende Aktivierung. - Berlin : Springer-Verl., 2014. - 173 S.

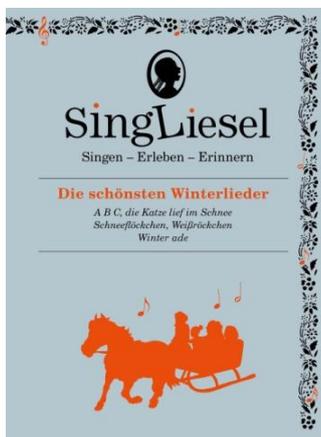
Ver 21 Schlof



SingLiesel

Singen - Erleben - Erinnern ; die schönsten Kirchenlieder ; ein Mitsing- und Erlebnisbuch für demenzkranke Menschen. - Karlsruhe : Singliesel., 2014. - 12 S.

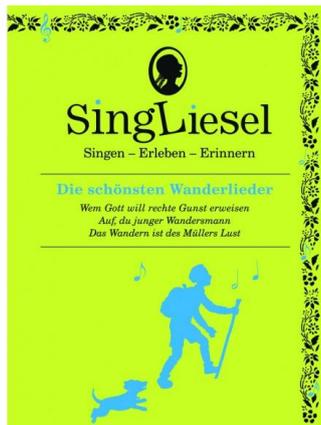
Vfm Bohn



SingLiesel

Singen - Erleben - Erinnern ; die schönsten Winterlieder ; ein Mitsing- und Erlebnisbuch für den an Demenz oder Alzheimer erkrankten Menschen. - Karlsruhe : Singliesel, 2013. - 12 S.

Ver 21 Sing



SingLiesel

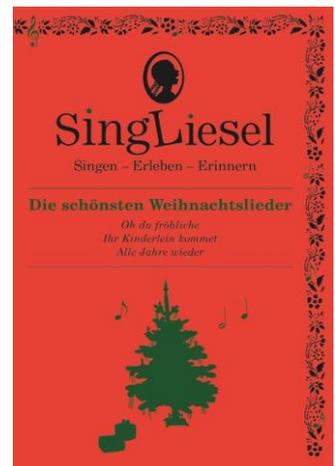
Singen - Erleben - Erinnern ; die schönsten Wanderlieder ; ein Mitsing- und Erlebnisbuch für demenzkranke Menschen. - Karlsruhe : Singliesel, 2013. - . - 12 S.

Ver 21 Sing

SingLiesel

Singen - Erleben - Erinnern ; die schönsten Weihnachtslieder ; ein Mitsing- und Erlebnisbuch für den an Demenz oder Alzheimer erkrankten Menschen. - Karlsruhe : Singliesel., 2013. - 12 S.

Ver 21 Sing Weihnachten



Tietjen, Bettina:

Unter Tränen gelacht : mein Vater, die Demenz und ich. - München : Piper, 2015. - 303 S.

Als ihr Vater an Demenz erkrankt, gerät die Fernsehmoderatorin in eine Achterbahn der Gefühle. Der geliebte Mensch verändert sich und wird plötzlich hilfsbedürftig wie ein Kind. Doch Tietjen wächst an ihrer Aufgabe und stellt fest, dass dieser neue Zustand ihr auch Denkanstöße und Kraft geben kann.

Ver 21 Tiet

➤ auch als Hörbuch (**Ver 21 Tiet**)

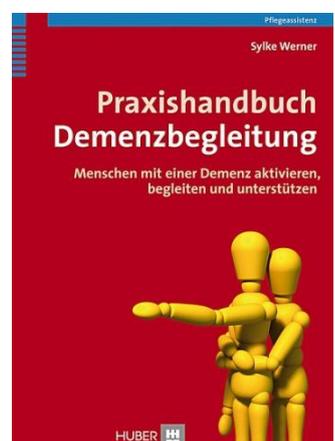


Werner, Sylke:

Praxishandbuch Demenzbegleitung : Menschen mit einer Demenz aktivieren, begleiten und unterstützen. - Bern : Huber, 2014. - 273 S.

Handbuch für alle, die Menschen mit Demenz zur Entlastung des Fachpersonals sowohl in der häuslichen Pflege als auch in der stationären Altenhilfe anregen, fördern und begleiten.

Ver 21 Wern





Wiegele, Britta:

Hilfe, ich werde vergesslich! : was Sie für Ihr Gedächtnis tun können und wie man Demenz erkennt. - München : Reinhardt, 2013. - 153 S.

Auf der Grundlage einschlägiger Forschungsergebnisse zu den Themen Gehirn, Gedächtnis und Vergessen stellen zwei Gerontopsychologinnen ein auf die individuellen Gegebenheiten der Betroffenen abgestelltes Präventionskonzept zur Gehirngesundheit vor.

Vcm 6 Wieg

Wüstenberg, Dagmar:

So bleiben Essen und Trinken im Alter ein Genuss : fördern Sie mit Kreativität das Essen bei Menschen mit Demenz. - Bonn : Verl. Pro PflegeManagement, 2014. - 60 S.

Alltagstaugliche Informationen, Tipps und Rezepte für Pflegekräfte und pflegende Angehörige zum Umgang mit den spezifischen Problemen im Ess- und Trinkverhalten von Menschen mit Demenz.

Ver 21 Wueste

Am Ende des Weges



Benkel, Thorsten:

Gestatten Sie, dass ich liegen bleibe : ungewöhnliche Grabsteine ; eine Reise über die Friedhöfe von heute. - Köln : Kiepenheuer & Witsch, 2014. - 233 S.

Ebenso berührende wie unterhaltsame Auswahl von Grabsteinen, die Zeugnis ablegen von dem Ideenreichtum der Hinterbliebenen, Verstorbenen eine wie auch immer geartete „letzte Ehre“ zu erweisen und irgendwie auch das Leben zu feiern.

Vfm 31 Benk

Brüning, Barbara:

Wie ich es will : 10 Entscheidungen, die jeder vor dem Lebensende treffen sollte. - Weinheim : Beltz, 2015. - 256 S.

Das Buch zur aktuellen Sterbehilfedebatte lichtet das Dickicht medizinischer, juristischer und ethischer Aspekte zum Thema Sterben und enthält Entscheidungshilfen für die Bereiche Patientenverfügung, Palliativmedizin, Sterbehilfe, Testament und Begräbnis.

Vfm 3 Bruen

**Feddersen, Berend:**

Der Reisebegleiter für den letzten Weg : das Handbuch zur Vorbereitung auf das Sterben. - München : Irisiana, 2015. - 192 S.

Das Handbuch informiert über Palliativmedizin, Schmerztherapie, Sterbephasen, die Unterschiede zwischen Palliativstation, Hospiz, ambulante Palliativversorgung und die Pflege zu Hause; dazu werden wichtige Dokumente und rechtzeitig zu treffende Entscheidungen angesprochen.

Vfm 3 Fedd

**Freund, Lisa:**

Sterben können : wie wir uns darauf vorbereiten ; wie wir Abschied nehmen ; wie wir Nahestehende begleiten. - München : Knaur , 2014. - 204 S.

Vfm 3 Freu





Heidepeter, Lothar:

Was tun, wenn jemand stirbt? : ein Ratgeber in Bestattungsfragen. - Düsseldorf : Verbraucher-Zentrale NRW, 2015. - 191 S.

Der bewährte Ratgeber der Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen liefert einen Überblick über wichtige Formalitäten, Fristen, Kosten, Behördengänge, Bestattungsformen, Umgang mit Bestattern, Versicherungen, Banken, Testament und andere Details, die beim Tod eines Angehörigen zu regeln sind.

Vfm 31 Heid



Larini, Dagmar:

Die zehn Botschaften der Sterbenden : was wir von Randy Pausch, Sam Berns, Steve Jobs und anderen lernen können. - München : mvg, 2015. - 191 S.

Die Journalistin hat berührende Einsichten von besonderer Klarheit und Weisheit von bekannten und weniger bekannten Sterbenden zusammengetragen, die dazu motivieren, die elementaren Dinge des Lebens in den Fokus zu rücken und das eigene Handeln zu hinterfragen.

Vfm 3 Lari



Laux, Ingrid:

Abschiednahme, Bestattung, Trauer : die Zeit des Abschieds würdevoll gestalten ; mehr Mut zur individuellen Trauerfeier. - Regensburg : Walhalla, 2015. - 144 S.

Bestattungs- und Trauerratgeber, der den Blick auf eine möglichst individuelle Bestattung lenkt. Mit vielen Informationen zum möglichen Ort der Bestattung, der Wahl von Grabart und Friedhof, zu Trauerfeier, Trauerrede und Trauerbegleitung.

Vfm 3 Laux

Die letzten Dinge

Lebensendgespräche. - Reinbek bei Hamburg : Rowohlt, 2015. - 297 S.

Die prominente Literaturredakteurin Iris Radisch hat zwischen 1990 und 2015 achtzehn Abschiedsgespräche mit bedeutenden, betagten Schriftstellern und Intellektuellen geführt. Alle zeigen sich ungewöhnlich offen und unverstellt. Manche sind heiter gelassen; andere ziehen eine erschütternde Bilanz.

Mbl 3 Letz



Prause, Volker:

Der Himmel so weit : vom selbstbestimmten Sterben der Monika Prause ; ihre Familie erzählt. - München : Ludwig, 2015. - 239 S.

Nach der hoffnungslosen Diagnose Krebs trifft Monika Prause eine mutige Entscheidung: Sie will ihr Leben selbstbestimmt beenden - dies mithilfe der Schweizer Sterbehilfe-Organisation „Dignitas“. Ihr Mann und ihre beiden Söhne haben ein Buch über die Zeit des Abschieds geschrieben.

Vfm 3 Prau



Schäfer, Daniel:

Der Tod und die Medizin : kurze Geschichte einer Annäherung. - Berlin : Springer Spektrum, 2015. - 249 S.

Tod und Medizin sind heute nicht nur Gegenspieler. Ärzte begleiten den Sterbeprozess und gewinnen Erkenntnisse aus der Untersuchung des toten Körpers. Der historische Blickwinkel zeigt vielfältige Bezüge zur Kulturgeschichte und bereichert die gegenwärtige Debatte um Pflege und Sterbehilfe.

Vam Schaefe





Sörries, Reiner:

Vom guten Tod : die aktuelle Debatte und ihre kulturgeschichtlichen Hintergründe. - Kevelaer : Butzon & Bercker, 2015. - 191 S.

Aus Anlass der aktuellen Debatte um eine gesetzliche Regelung der Sterbehilfe analysiert der Leiter des Museums für Sepulkralkultur verschiedene Umgangsweisen mit Tod und Sterben im Verlauf der Geschichte. Er beleuchtet die Hintergründe und versachlicht dadurch die Debatte.

Vam Soerr



Terhorst, Eva:

Das erste Trauerjahr : was kommt, was hilft, worauf Sie setzen können. - Freiburg im Breisgau : Kreuz, 2015. - 159 S.

Wegweiser einer Trauerbegleiterin durch die wichtigsten Stationen und Aspekte, die im ersten Trauerjahr zu beachten sind. Nach einer Bestandsaufnahme der persönlichen Umstände der Trauer leitet er dazu an, sich mit Schuld, Scham, Wut und Trauer auseinanderzusetzen. Mit Tipps, Übungen und Imaginationen.

Mcl 33 Terh



Uschmann, Oliver:

Bis zum Schluss : wie man mit dem Tod umgeht, ohne verrückt zu werden. - Hamburg : Pantheon, 2015. - 479 S.

Der Satiriker erzählt hier, wie er innerhalb weniger Jahre das Sterben von drei Angehörigen begleitet hat. Dabei wurde er zum Kenner von Krankenhäusern und Hospizen, Therapiestrategien und Todesmomenten, Bestattungsverfahren und Nachlassverwaltung.

Vfm 3 Uschma

Vogel, Ralf T.:

Der Tod ist groß, wir sind die Seinen : mit dem Sterben leben lernen. - Ostfildern : Patmos, 2015. - 114 S.

Der Professor für Psychotherapie und jungsche Analytiker will mit einem tiefenpsychologischen Totenbuch Impulse für eine zeitgemäße Kunst des Sterbens geben. Durch die Beschäftigung mit archetypischen Bildern aus Träumen, Kunst und Literatur könne man sich einen eigenen Todesmythos erarbeiten.

Vfm 3 Voge**Ware, Bronnie:**

Leben ohne Reue : 52 Impulse, die uns daran erinnern, was wirklich wichtig ist. - München : Arkana, 2014. - 5 CDs

Die australische Autorin setzt ihren Bestseller mit 52 kurzen Inspirationstexten fort, die den Hörer durch ein Jahr unterstützen. Darin erzählt sie, wie sie gelernt hat, achtsamer zu leben, nötige Veränderungen beherzt umzusetzen und täglich Dinge zu entdecken, für die sie dankbar sein kann.

Mcl 4 Ware

➤ auch als Hörbuch (**Mcl 4 Ware**)



Notizen