

Alt, fit, selbstbestimmt

Das Alter neu denken – das ist die zentrale Botschaft des Buches von Lutz Karnauchow und Dr. Petra Thees. Darin stellen sie einen neuen Blick auf das Alter vor – und einen radikal anderen Ansatz in der Altenpflege: „Coaching statt Pflege“ lautet die Formel für mehr Lebensglück im Alter. Reha statt Resignation, Training statt Selbstaufgabe. In unserer Gesellschaft wird das Alter oft negativ wahrgenommen, und ältere Menschen erleben Diskriminierung. Sie grenzen sich selbst aus, indem sie sich alt fühlen, was zu der Vorstellung führt, dass Krankheit und Gebrechlichkeit im Alter unvermeidlich sind. Pflegeeinrichtungen folgen häufig dem Prinzip „satt, sauber, trocken“. Das Ziel ist klar: Altenpflege soll mehr sein als ein Wartesaal fürs Ende. Sie kann vielmehr ein Sprungbrett für die Rückkehr ins aktive Leben sein. Statt ältere Menschen lediglich zu versorgen, setzt der innovative Ansatz des Autorenpaars darauf, sie gezielt zu fördern – und das ohne zusätzliche Kosten oder Personalaufwand. Mit 25 Jahren praktischer Erfahrung zeigen Karnauchow und Thees, wie diese Strategie sowohl den älteren Menschen als auch den Mitarbeitenden in der Altenpflege zugutekommt.



Dr. Petra Thees und Lutz Karnauchow, Kohlhammer Verlag,
ISBN 978-3170453814, 29, 00 Euro