

Ein Mutmacher für Menschen in der dritten Lebensphase

Die Sozialforscherin Margret Bürgisser räumt auf mit Vorurteilen über altersbedingten Abbau und Rückzug. Die Zeit nach der Pensionierung bietet viele Entwicklungsmöglichkeiten. 18 Männer und Frauen im Alter zwischen 70 und 89 Jahren haben der Autorin erzählt, warum sie sich immer noch aktiv engagieren. Einige sind nach wie vor beruflich tätig. Andere haben ein Hobby zum Lebensinhalt gemacht. Wieder andere engagieren sich gemeinnützig. Und alle bestätigen: Eine Aktivität im Alter setzt Kräfte frei und erhält länger jung.

Weiter vermittelt das Buch nützliche Informationen aus der Altersforschung: Was sind die Voraussetzungen von Gesundheit, Aktivität und Engagement im Alter? Welche Entwicklungschancen gibt es? Wie können Menschen die nachberufliche Phase sinnvoll gestalten? Was heisst Lebensqualität im Alter? Was ist vom Anti-Aging-Trend zu halten? Wie werden Menschen in Zukunft altern? Warum müssen negative Altersbilder abgebaut werden? Zwei Checklisten für die eigene Standortbestimmung sowie nützliche Adressen runden das Buch ab.



© Hanspeter Dubler, Abdruck honorarfrei

Margret Bürgisser, Dr. phil., ist Soziologin und Inhaberin des Instituts für Sozialforschung, Analyse und Beratung ISAB (www.isab.ch). Sie hat mehrere Projekte im Rahmen von Nationalen Forschungsprogrammen geleitet und war Umsetzungsbeauftragte des NFP 45 «Probleme des Sozialstaats». Ein besonderes Anliegen ist ihr der Transfer von wissenschaftlichen Erkenntnissen in die gesellschaftliche Praxis. Deshalb ist sie auch als Autorin und Referentin tätig.



orell füssli Verlag
www.ofv.ch

Bestellung

Gerne bestelle(n) ich/wir aus dem Orell Füssli Verlag gegen Rechnung (inkl. MwSt, zuzügl. Versandkosten)

____ **Ex.** Margret Bürgisser
Noch voll dabei
Wie Sie im Alter aktiv bleiben
2006, 192 Seiten, Klappenbroschur
Fr. 39.80 / € [D] 24.–
ISBN 3-280-05189-4
ISBN 978-3-280-05189-4
Erscheint im September 2006

Name, Vorname _____

Strasse, Nummer _____

Postleitzahl, Ort _____

Datum, Unterschrift _____

Senden, faxen oder mailen Sie diese Bestellung an Ihre Buchhandlung oder direkt an:

Orell Füssli Verlag AG, Bestellservice, c/o Balmer Bücherdienst AG, Postfach, 8840 Einsiedeln
Fax 055 418 89 19 / info@balmer-bd.ch