Inhalt

1	**Grundlegendes**	**7**
1.1	Gutes Altern braucht gute Orte: auf dem Weg zu altersfreundlichen Städten und Gemeinden	8
1.2	Alles anders? Älter werden auf dem Land	17
2	**Gestaltungsmöglichkeiten**	**25**
2.1	Bewegung und Begegnung: Wie Stadtplanung gutes Altern fördern kann	25
2.2	Für Leib und Seele: Teilhabe am kulturellen und sozialen Leben vor Ort	32
2.3	Mobil bleiben: Mit oder ohne Auto	36
2.4	Zeit für die Senioren-WG? Neues Wohnen und neue Wohnformen	44
2.5	Smart Home: Wie Digitalisierung das Leben und Wohnen im Alter verändert	52
2.6	Am Leben teilhaben: Pflege als Teil des Wohnens	58
2.7	Wer kann mir vor Ort helfen? Beratung und Information	65
2.8	Gesunde Orte schaffen: Prävention und Versorgung als lokale Aufgaben	71
2.9	Wenn selbständig leben schwieriger wird: Hilfen im Alltag	79
3	**Herausforderungen für die kommunale Seniorenpolitik und Seniorenarbeit**	**84**
3.1	Solidarität im Kleinen: Was lässt sich vor Ort tun gegen Exklusion und Einsamkeit?	84

3.2 Auf dem Weg in die lokale Rentner-Demokratie? Politische Beteiligung in der späteren Lebensphase 91
3.3 Freiwilliges Engagement der Älteren: eine ungenutzte Ressource? 96
3.4 Gemeinsame Visionen: Ansätze einer partizipativen Altenhilfeplanung 99
3.5 Vorsorge statt Fürsorge? Von der Altenhilfe zur modernen Seniorenarbeit 102

4 Ausblick 107

Literatur 113