

Janine Berg-Peer

Wer früher plant, ist nicht gleich tot

Meine Vorbereitung auf ein entspanntes Leben im Alter

ORIGINALAUSGABE

Paperback, Klappenbroschur

304 Seiten, Format: 13,5 x 20,6 cm

ISBN 978-3-442-14240-8

€ 12,00 [D] / € 12,40 [A] / CHF 17,90

Erscheint: 16. März 2020



Wer sich aufs Alter vorbereitet, lebt entspannt und befreit

Warum es guttut, letzte Dinge selbst zu ordnen, und worauf dabei zu achten ist, schildert Janine Berg-Peer in ihrem jüngsten Buch

Der Schock sitzt tief. Janine Berg-Peer, geboren 1944, hatte wegen Schmerzen im Fuß einen Orthopäden aufgesucht. „Neu ist das alles nicht mehr“, stellt der Fußspezialist mit kritischem Blick auf die Röntgenbilder fest. „Das obere Fußgelenk ist kaputt, das untere auch. Da könnten wir nur versteifen.“ Bei einem Prosecco lässt die 75-jährige ehemalige Unternehmensberaterin die Worte seines Befunds nachhallen und stellt sich der Erkenntnis: Ich bin alt.

In ihrem neuen Buch „**Wer früher plant, ist nicht gleich tot**“ blickt Janine Berg-Peer freimütig der Tatsache ins Auge, dass ihr letzter Lebensabschnitt bevorsteht. Es widerstrebt ihr, dass das Alter und ihr Lebensende sie und ihre Kinder unvorbereitet treffen. Stattdessen bricht sie zu einer Erkundungsreise durch Kliniken, Senioren-Wohnprojekte, Pflegeheime, Sanitätshäuser, Beratungsstellen und Bestattungsinstitute auf, macht einen Demenztest und sucht nach Antworten auf Fragen wie: Arthrose-OP oder Gelenkversteifung, Rollator oder Fritzstock, Senioren-WG oder Pflegeheim, entsorgen oder vererben, selber einen Sarg bauen oder doch lieber eine Bio-Urne?

Direkt, kritisch und humorvoll schildert sie, wie sie mit Ärzten, Beratungsstellen, Krankenkassen und Behörden kämpft und sich darüber ärgert, dass alten Menschen oft Hürden in den Weg gelegt werden. Sie befasst sich mit den Themen Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Testament, trifft beherrscht Entscheidungen und gelangt zu hilfreichen Ratschlägen für Leserinnen und Leser. Ihre wichtigste Erkenntnis: Es tut gut, sich frühzeitig auf Veränderungen im Alter vorzubereiten und mit Angehörigen offen darüber zu sprechen. Das schafft Unabhängigkeit und Klarheit, befreit und beruhigt – sich selbst, Familie und Freunde.



Janine Berg-Peer, geboren 1944, ist Mutter von vier Kindern mit drei Enkeln und einem Urenkelkind. Bevor sie sich auf das Coaching von Angehörigen von psychisch Kranken konzentrierte, war sie als Unternehmensberaterin tätig. Heute bietet sie Vorträge und Workshops zum Thema Alter an. Sie lebt zusammen mit zwei Katzen in Berlin.