

**Steh ich jetzt unter Denkmalschutz?
Sky du Mont (Autor)
Älterwerden ist nichts für Spaßbremsen**

Mit 66 Jahren, da fängt das Leben an – und dann? Wenn man Udo Jürgens glaubt, dann fängt das Leben erst mit 66 Jahren an. Naja. Als er das Lied komponiert hat, konnte er das Wort Haarausfall vermutlich noch nicht mal buchstabieren. Sicher, der Bauch wird etwas dicker, aber dafür werden die Haare dünner! Im Alter gleicht sich vieles aus. Plötzlich tauchen Fragen auf wie: Ist in der Nasensalbe Haarwuchsmittel verarbeitet? Denn irgendwie scheint der Haarwuchs von anderen Stellen dorthin umgezogen zu sein....

Interview

**Im Interview: Sky du Mont über "Steh ich jetzt unter Denkmalschutz?" |
01.02.2016**

In ihrem neuen Buch „Steh ich jetzt unter Denkmalschutz? Älterwerden ist nichts für Spaßbremsen“ beschäftigen Sie sich auf humorvolle und sehr unterhaltsame Art und Weise mit dem Älterwerden. Warum ist dieses Thema so wichtig für Sie?

Wir alle werden ja älter, wenn wir Glück haben, und der richtige Weg damit umzugehen ist: Humor!

Sie haben mit 66 Jahren anfangen, das Buch zu schreiben, in dem Alter also, in dem laut Udo Jürgens das Leben ja erst richtig beginnt. Stimmt das tatsächlich? Gibt es mit 66 einen neuen Schub im Leben?

Nein, einen neuen Schub kann es in jedem Alter geben, wenn man sich einen „Ruck“ gibt und etwas Neues beginnt. Das kann Sport sein, ein neues Hobby oder ähnliches.

Das Buch beschreibt schonungslos offen die Probleme, die Benjamin Richter mit dem Älterwerden hat. Wieviel biografisches von Sky du Mont findet sich in der Figur des Benjamin Richter?

Naja, da gibt es schon einiges was biographisch ist... Älterwerden ist nun mal der Herbst des Lebens, aber auch der kann sehr schön sein, wenn man nicht aufgibt, sich neue Ziele setzt ... und vor allem gesund ist.

Wie kamen Sie überhaupt dazu, ein Buch zum Thema Älterwerden zu schreiben?

Das Buch ist die logische Fortsetzung meines Buches „Full House“, das sehr erfolgreich war und sogar in der Spiegel Bestseller Liste gelandet ist.

Viele Menschen glauben, Prominente haben es einfacher mit dem Älterwerden. Sehen Sie das genauso? Oder ist es eher genau andersherum?
Weder noch, ein „glückliches Älterwerden“ ist abhängig von Gesundheit und anderen Aspekten. Der Promi-Status spielt da keine Rolle.

Wie haben Sie sich das Älterwerden früher vorgestellt? Wurden Ihre Erwartungen erfüllt? Gab es Überraschungen?

Nein, denn das Älterwerden geschieht ja nicht über Nacht, sondern entwickelt sich langsam über viele Jahre.

Es scheint, dass Sie das Alter sehr gelassen nehmen. War das schon immer so oder mussten Sie erst lernen, mit dem Älterwerden umzugehen? Welche Vorteile hat das Älterwerden?

Man wird gelassener und das beruhigt ungemein. Was habe ich mich früher aufgeregt!!! Außerdem: Was bleibt einem schon anderes übrig als das Altern zu akzeptieren? Und ehrlich gesagt: So schlimm ist es gar nicht.

Wie stellen Sie sich Ihre Zukunft vor?

Gesund sein und meine Familie an meiner Seite. Mehr brauche ich nicht.