

Oswoić starość

Prezentacja literatury ze zbiorów Czytelni Głównej z okazji Europejskiego Dnia Seniora

Często słyszymy, że ludzkość się starzeje, że czeka nas rewolucja demograficzna. Obecnie na świecie żyje około 600 milionów osób powyżej 60. roku życia. Prognozuje się, że w 2050 roku liczba ta wyniesie 2 miliardy. Trudno nam pogodzić się z nieodwracalnym procesem starzenia się. Nawet kiedy mówimy o starości, używamy eufemizmów: *późna dorosłość, późna dojrzałość, druga młodość, trzeci wiek, jesień życia*. Celem Europejskiego Dnia Seniora jest kształtowanie społecznego postrzegania osób starszych i ich aktywizacja. Ludzie starzy to ogromy kapitał społeczny, a wiek nie może oznaczać wykluczenia. W Czytelni Głównej można znaleźć wiele ciekawych publikacji, które mogą pomóc każdemu z nas, wejść w starość w sposób spokojny i bezstresowy.