

60 + reszta świata

W Polsce mamy obecnie 12 milionów osób powyżej pięćdziesiątego roku życia, co stanowi blisko 1/3 populacji naszego kraju. Z prognoz Generalnego Urzędu Statystycznego wynika, że w 2030 roku udział tej grupy wiekowej w ogólnej liczbie ludności naszego kraju będzie wynosił blisko 45%.



Specyficzne konsekwencje procesu transformacji społeczno - ekonomicznej, przemiany demograficzne, trendy oraz zmiany cywilizacyjne i kulturowe wyznaczają pewne role, jakie przypisuje się ludziom starszym.

Każdego roku ponad 200 tysięcy Polaków przechodzi na emeryturę. Są wśród nich osoby aktywne, w dobrej formie fizycznej i psychicznej. Czują się przywiązani do tradycji, jednak próbują nadążyć za nowoczesnością. Niemała część młodszych seniorów (między 55. a 65. rokiem życia) jest aktywna zawodowo, ich dzieci się usamodzielniały, więc zyskali więcej czasu dla siebie. Chcą zatem i mogą realizować swoje pasje. Seniorzy po 65. roku życia spędzają już czas mniej czynnie, często też opiekują się wnukami, nierzadko walczą z chorobami. Deklarują, że wolne chwile mijają im na oczekiwaniu w kolejkach na wizytę u lekarza.

Przejście na emeryturę wiąże się z diametralną zmianą w codziennym harmonogramie dnia. Zbyt dużo czasu niewypełnionego konstruktywnym zajęciem powoduje, że emeryci mogą poczuć się niepotrzebni. Rodzi to frustracje i niekorzystnie wpływa na ich stan zdrowia. Dodatkowo szybki postęp techniczny wzbudza w starszych osobach lęk, że nie poradzą sobie w powstającym dzisiaj społeczeństwie przyszłości.

Inną postawą, która jest chętnie przyjmowana przez seniorów, jest rozumowanie: „eccc tam, zavraccanie głowy, jest mi to niepotrzebne - przeżyłem/am sześćdziesiąt lat bez komputera, to przeżyję i kolejne czterdzieści”. Wiele osób spośród tej grupy wiekowej ma duże obawy przed podjęciem nauki i czuje się niekomfortowo w sytuacji, kiedy przyznaje, że nie radzi sobie z komputerem czy komórką. Boi się wyśmiania i okazania swojej nieporadności. A przecież nikt z nas

nie przychodzi na świat z umiejętnością radzenia sobie z laptopem czy aparatem cyfrowym - tę umiejętność nabywa się w procesie edukacji. Jednak obecnie składam się coraz częściej do twierdzenia, że współczesne dzieci rodzą się z dodatkowym genem odpowiadającym za techniczne umiejętności.

Osoby starsze silnie odczuwają lekceważenie ze strony ludzi młodszych, zwłaszcza wtedy, gdy sami występują w roli klientów - w bankach, punktach obsługi lub bibliotekach. Wykazują dużą ostrożność wobec nowości, a jednocześnie są ciekawi nowych propozycji i możliwości. A przecież, aby korzystać z dobrodziejstw Internetu, nie trzeba mieć specjalistycznej wiedzy - często „do szczęścia” wystarczy przeglądanie stron WWW, obsługa poczty i komunikatorów. Szczęśliwców, którzy mają dobry kontakt z wnukami, chętnymi do pokazania swym dziadkom nowinek technicznych, jest niewiele, część zaś straciła kontakt z wnukami w wyniku fali emigracji zarobkowej ludzi młodych.

Wiele organizacji i instytucji wykorzystuje potencjał, jaki tkwi w osobach starszych, organizując szkolenia integracyjne, gdzie młodzi i starsi uczą się od siebie nawzajem. Chcąc pomóc w tej kwestii, Miejska Biblioteka Publiczna w Ciechocinku rozpoczęła cykl warsztatów dla seniorów, mających na celu zapoznanie tej grupy wiekowej z komputerem i Internetem. Zainteresowanie przeszło nasze oczekiwania. Wolę uczestnictwa wyraziły w zdecydowanej większości panie. Program szkoleń obejmuje: podstawy działania komputera, pracę w podstawowym programie do pisania, zapoznanie z Internetem, zakładanie adresu mailowego i wyszukiwanie informacji w Internecie. W nowym lokalu biblioteki planujemy kontynuację warsztatów, poszerzając stopniowo grono odbiorców i zakres działań. Obecnie zajęcia odbywają się we wtorki, środy i piątki.

Biblioteki publiczne, jak mogliśmy to już zobaczyć na przykładzie kursów komputerowych, są miejscem idealnie wpasowującym się w światowy trend ułatwiania aktywności osobom starszym. Aby jednak seniorzy zechcieli korzystać z możliwości, jakie daje biblioteka - należy ją do tego przygotować. Osoby starsze oczekują rozwiązań dostosowanych do ich potrzeb, mają wymagania związane z wiekiem, ale nie chcą być jawnie dyskryminowane. Seniorzy są również zainteresowani biblioteką, jako miejscem spotkań: i tych we własnym gronie, i tych międzypokoleniowych. Placówka na

początku może się włączyć w pomoc przy organizacji dyskusyjnych klubów książki czy kółek rozwijających zainteresowania. Może udostępnić sale i propozycje scenariuszy. Pozwoli to starszym osobom zintegrować

się z biblioteką, nawiązać nowe kontakty, a także nauczyć się czegoś nowego.

Chętnych zapraszamy!!!

Mariola Różańska



TO POLECAM

Laurent Gounelle

„Bóg zjawia się incognito”

Ciekawa powieść i zarazem poradnik psychologiczny o tym, jak uwierzyć w siebie i otrzymywać to, czego potrzebujemy. Alan, młody Amerykanin z Paryża, od zawsze doznaje niepowodzeń. Gdy postanawia zabić się, skacząc z wieży Eiffel'a, staje przed nim tajemniczy mężczyzna i proponuje mu... „układ życia”. Nauczy go, jak pokierować swym losem pod warunkiem, że Alan wypełni wszystkie jego polecenia. Bohater zgadza się. Zadania są jednak coraz trudniejsze, wręcz niewykonalne. Ale czy na pewno? Zaskakująca fabuła, wiele cennych rad.

M. Różańska

Biblioteczny zajęczek



fot. J. Małecka

Od 7 do 22 kwietnia w Miejskiej Bibliotece Publicznej w Ciechocinku odbywał się tradycyjny kiermasz wielkanocny. Chętni mogli nabyć piękne stroiki i ozdoby świąteczne wykonane przez podopiecznych świetlicy „Promyk”. Książnica już od paru lat współpracuje ze świetlicą, gdyż uważa, że umiejętności plastyczne dzieci są warte zaprezentowania. Dochód ze sprzedaży przeznaczono na potrzeby młodych autorów.

Red.

BURMISTRZ MIASTA CIECHOCINKA
oraz MIEJSKIE CENTRUM KULTURY
serdecznie zapraszają na:

Majówkę

30 kwietnia (sobota) – godz. 16.00 –
Muszla Koncertowa –
KONCERT MUZYKI TYROLSKIEJ –
„KAPELA STEFANA”

2 MAJA (poniedziałek) – godz. 16.00 –
Muszla Koncertowa –
KONCERT ORKIESTRY DĘTEJ
pod dyr. Romana Organiściaka

3 MAJA (wtorek) –
UROCZYSTOŚCI Z OKAZJI ŚWIĘTA
UCHWALENIA KONSTYTUCJI 3 MAJA:

- godz. 10⁰⁰ – MSZA ŚWIĘTA ZA OJCZYZNĘ W KOŚCIELE PARAFIALNYM
- godz. 11⁰⁰ – WYSTĄPIENIE BURMISTRZA CIECHOCINKA I ZŁOŻENIE WIĄZANEK KWIATÓW POD POMNIKIEM R. TRAUGUTTA



– godz. 16.00 – Muszla Koncertowa –
KONCERT ORKIESTRY
im. Johanna Straussa
inaugurujący obchody jubileuszu
175-lecia Uzdrowiska Ciechocinek
oraz 95-lecia nadania praw miejskich