

Rośnie średnia długość życia Europejczyków. Przybywa seniorów. Współczesny emeryt to jednak człowiek aktywny, który chce jeszcze czerpać z życia pełnymi garściami. Chce spędzać czas ciekawie i przyjemnie. Chce zaspokajać także swą potrzebę aktywności intelektualnej. Oferta zajęć w tym obszarze, zwłaszcza dla seniorów zamieszkałych w środowisku wiejskim, jest jednak mniej niż skromna.

Książka uczy jak krok po kroku zorganizować i przeprowadzić warsztaty aktywizacji intelektualnej seniorów oraz zawiera gotowe scenariusze różnorodnych zajęć z tego zakresu. Część praktyczna obudowana jest informacjami na temat problemów seniorów, sposobów spędzania przez nich wolnego czasu, ich zainteresowań. Ukazany jest też obraz seniora w świadomości ludzi młodych.

### **Jolanta Piekarska**

doktor nauk humanistycznych w zakresie językoznawstwa. Nauczycielka języka polskiego. Autorka książki „Błędy językowe uczniów z inteligencją niższą niż przeciętna”. Finalistka Nagrody im. Ireny Sendlerowej „Za naprawianie świata”. Laureatka kilku ogólnopolskich konkursów literackich.

### **Wiesław Piekarski**

trener rozwoju jednostki i grupy, autor projektu „Aktywny senior” podejmującego problem aktywizacji intelektualnej seniorów z terenów defaworyzowanych. Decyzja bliskich członków rodziny o wyborze domu opieki jako formy bezpiecznego, ale aktywnego spędzenia jesieni życia zainspirowała go do zgłębiania powodów szczęśliwej starości.

dr Małgorzata Brzezińska:

*Sfera poznawcza osób w okresie starości jest tematem coraz liczniejszych publikacji, jednak przedstawia się ją zazwyczaj poprzez opis jej zaburzeń, głównie o charakterze otępiennym. W tym kontekście książka jest cenna jako dokumentująca niepatologiczne funkcjonowanie poznawcze osób starszych (...). Zaletą prezentowanej książki jest także grupa badawcza – osoby w starszym wieku z terenów wiejskich. Starość na wsi jest mniej rozpoznana (...). Bez wątplenia wartością przedstawianej pozycji jest fakt, że czytelnik dostaje scenariusze warsztatów. Zawierają one zadania uruchamiające wiele obszarów funkcjonowania poznawczego. Świetnie czyta się konkretną relację z przebiegu warsztatów wzbogaconą o wypowiedzi uczestników – powoduje to, że całość jest żywa i autentyczna.*

## **Spis treści:**

Wstęp

### **Część I. STAROŚĆ JAKO WYZWANIE**

Wiesław Piekarski

#### **Rozdział 1. Starość**

- 1.1. Definicja starości
- 1.2. Demograficzne starzenie się
- 1.3. Problemy seniorów

#### **Rozdział 2. Aktywny senior**

- 2.1. Pojęcie czasu wolnego
- 2.2. Kluby seniora

### **Część II. PROJEKT „SENIOR AKTYWNY INTELEKTUALNIE”**

Wiesław Piekarski

#### **Rozdział 1. Aktywizacja intelektualna seniorów**

- 1.1. Uzasadnienie potrzeby realizacji projektu
- 1.2. Formy aktywności seniorów z terenów wiejskich na wybranym przykładzie

#### **Rozdział 2. Realizacja projektu „Senior aktywny intelektualnie”**

- 2.1. Cel projektu
- 2.2. Opis projektu
- 2.3. Scenariusze warsztatów  
Warsztat „Senior aktywny intelektualnie” cz. 1  
Warsztat „Senior aktywny intelektualnie” cz. 2  
Warsztat „Senior aktywny intelektualnie” cz. 3
- 2.4. Harmonogram projektu
- 2.5. Kosztorys projektu
- 2.6. Raport z realizacji projektu – przykład dobrej praktyki
- 2.7. Ewaluacja i ocena projektu

### **Część III. JĘZYKOWY OBRAZ STAROŚCI**

Jolanta Piekarska

#### **Rozdział 1. Młodzi o starości**

- 1.1. Scenariusze warsztatów

Warsztat „Senior mówi i pisze” cz. 1

Warsztat „Senior mówi i pisze” cz. 2

Warsztat „Senior mówi i pisze” cz. 3

## **Rozdział 2. Świadomość gwary u seniorów**

## **Rozdział 3. Czytelnictwo seniorów**

Podsumowanie

Spis tabel, wykresów, map i zdjęć

Bibliografia

Aneks

Załącznik 1. Seniorzy w powiecie świeckim – raport z badań

Załącznik 2. Rodzaje myślenia