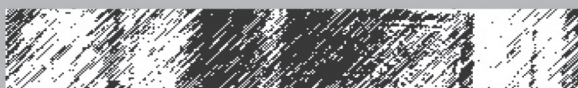


Seniorzy w społeczeństwie wiedzy



ZOFIA SZAROTA

Seniorzy w przestrzeni kulturalno-edukacyjnej społeczeństwa wiedzy

Seniors in the cultural-educational space of the knowledge society

Abstract: The aim of presented considerations is to show the potential of social capital which exists in the older persons' generation. The author introduces the areas of seniors' intellectual activity and emphasizes that society should let older people create their own life space in dimension of cognitive, cultural and social activity. The author introduces the practical solutions of idea of permanent education in gerontology perspective and characterizes the institutions of formal and informal education taking social programmes for old age re-integration into consideration.

Key words: Old age, activation, social and educational activity, social re-integration of old age.

Celem prezentowanych rozważań jest ukazanie potencjału kapitału społecznego, jaki stanowi generacja osób w podeszłym wieku, poprzez przedstawienie obszarów intelektualnej aktywności seniorów i zwrócenie uwagi na konieczność włączenia osób starszych w kreację własnej przestrzeni życiowej w wymiarze aktywności poznawczej, kulturalnej i społecznej.

Przedstawiono praktyczne rozwiązania idei edukacji permanentnej w perspektywie gerontologicznej, charakteryzując instytucje edukacji formalnej — kształcenie w pionie, pozaformalnej — w poziomie i nieformalnej — kształcenie w głąb, przy uwzględnieniu środowiskowych programów „dobrej starości”, społecznej reintegracji starości.

Rys socjodemograficzny pokolenia „60+”

Znaczna i coraz bardziej znacząca zbiorowość społeczna, jaką są osoby starsze, czyli 17,4% osób w wieku 60 lat i więcej oraz 14,3% osób w wieku 65 i więcej lat w generalnej populacji Polaków (ONZ, 2007, s. 62—63; *Mały Rocznik Statystyczny*, tabl. 4 (64), s. 116), kreuje nowe jakościowo obszary analiz naukowych i wyznacza zadania polityce społecznej oraz kulturalno-edukacyjnej. Wśród nich szczególnego znaczenia nabierają te, które determinują kompetencje obywatelskie i cywilizacyjne.

Charakterystyka socjodemograficzna „pokolenia 60+” (por.: Kłuzowa, Slany, 2004, s. 113), wskazując na specyficzne, istotne dla organizatorów życia społecznego dane, dowodzi, iż najstarsi Polacy są grupą o szczególnych cechach: silnym sfeminizowaniu¹, wyraźnie wyodrębniającej się subpopulacji „starych starych”, czyli osób po 75. roku życia. Są to osoby o dostrzegalnej niepełnosprawności i z zespołami geriatrycznymi², prowadzące gospodarstwa jednoosobowe³ o niedostatecznym komforcie, ze skromnymi zasobami finansowymi⁴ (*Warunki życia ludności Polski*,

¹ W generalnej populacji „60+” odsetek mężczyzn wynosi 14,2%, a kobiet — 22,3%.

² Zespół geriatryczny oznacza wielochorobowość. Spośród blisko 5,5-milionowej populacji osób niepełnosprawnych w Polsce 47,9% stanowią osoby w wieku 60 lat i powyżej.

³ Odsetek gospodarstw tworzonych przez emerytów stanowi 24,2% ogólnej liczby gospodarstw domowych w Polsce. W miastach co trzeci senior mieszka sam, a na wsi, gdzie tradycje rodzinne są silniejsze, co drugi.

⁴ Najliczniejsza grupa, 55% ogółu, wypracowała emeryturę mieszczącą się w przedziale od 800,1 zł do 1400 zł, są jednak osoby o świadczeniach powyżej 1400,1 zł — 28,3% (w tym 5% grupa o dochodach powyżej 2400,1 zł) i 16,7% grupa o dochodach poniżej 800 zł.

s. 106). Generację tę cechuje niski wskaźnik skolaryzacji i wysoki stopień bezradności technologicznej związanej z cywilizacją postmodernistyczną.

Tabela 1

Wykształcenie osób starszych w 2002 r. (w %)

Badani	Wykształcenie					
	wyższe	policealne i średnie	zasadnicze zawodowe	podstawowe	niepełne podstawowe i bez wykształcenia	nieustalone
Ogółem	7,6	20,8	12,15	48,35	9,25	1,85
— mężczyźni	10,2	20,8	17,7	42,9	6,7	1,7
— kobiety	5,0	20,8	6,6	53,8	11,8	2,0
Miasta	11,5	32,1	14,2	33,1	2,7	2,6
— mężczyźni	15,5	29,2	20,2	20,9	2,7	2,3
— kobiety	7,4	30,5	8,2	45,3	2,7	2,9
Wieś	1,9	7,3	9,1	64,6	16,8	0,55
— mężczyźni	2,4	8,3	14,0	62,1	12,7	0,5
— kobiety	1,3	6,2	4,10	67,0	20,8	0,6

Źródło: Kluzowa, Slany, 2004, s. 113.

Dane Narodowego Spisu Powszechnego z 2002 roku wskazują, że wyższe wykształcenie posiadało 7,6% spośród ogółu osób po 60. roku życia (mężczyźni dwukrotnie częściej niż kobiety), sumując dane dotyczące kategorii: wykształcenie podstawowe i brak wykształcenia otrzymujemy ponad 57% (wykształceniem podstawowym legitymowało się 48,35%, niepełnym podstawowym i brakiem wykształcenia — 9,25%). Uderzająca jest dysproporcja pomiędzy mieszkańcami miast i wsi w zakresie wykształcenia podstawowego, podstawowego nieukończonego i bez wykształcenia szkolnego. Mieszkańcy wsi są zdecydowanie gorzej wykształceni niż ich miejscy rówieśnicy — w tej grupie łącznie kategorie wykształcenie podstawowe (64,6%) i bez wykształcenia (16,8%) dotyczą ponad 81% ogółu. W warunkach nowoczesnego społeczeństwa stwarza to bardzo poważną barierę w przystosowaniu się do życia w realiach, jakie niesie rozwój cywilizacji.

Znacząca różnica widoczna jest również w poziomie wykształcenia kobiet i mężczyzn. Ci drudzy ponad dwukrotnie częściej legitymują się wykształceniem zasadniczym zawodowym, na wsi — ponad trzykrotnie. Mężczyźni częściej niż kobiety posiadają dyplomy wyższych uczelni, jest to efekt rozpowszechnionej kilkadziesiąt lat temu opinii, że dla dziewczynek wystarczający jest elementarny poziom edukacji. Starsze wiejskie kobiety reprezentują więc dramatycznie niski poziom wykształcenia.

W perspektywie nadchodzących dziesięcioleci zmieni się wskaźnik skolaryzacji osób starszych, na korzyść kobiet z pokolenia *baby boom*, które masowo podjęły edukację ponadpodstawową i obecnie górują nad mężczyznami jakością wykształcenia. Podstawę tego twierdzenia stanowią dane demograficzne dotyczące jakości wykształcenia Polaków w wieku ponad 13 lat w 2005 roku: bez wykształcenia — 2,5%, podstawowe i gimnazjalne — 27,15%, zasadnicze zawodowe — 23,7%, policealne i średnie — 32,95%. Wyższe wykształcenie w 2005 roku było udziałem 14,2% ogółu dorosłych Polaków. Aktualnie Polki są lepiej wykształcone od Polaków — dyplom uczelni posiada 16% ogółu kobiet, co ósmy mężczyzna; wyższa jakość kwalifikacji dotyczy także kobiet wiejskich: na poziomie wyższym 6,9% kobiet wobec 5% mężczyzn, policealnym — odpowiednio 27% wobec 22%. Wskaźniki charakteryzujące najniższy poziom wykształcenia kształtują się niekorzystnie dla kobiet: podstawowe odpowiednio: 32,8% wobec 27,6% oraz bez wykształcenia: 5,9% wobec 2,3% mężczyzn (*Mały Rocznik Statystyczny*, tabl. 6 (66), s. 118).

Według *Prognozy Ludności na lata 2003—2030* (s. 7), przez następne 20 lat liczba ludności w wieku poprodukcyjnym będzie rosnąć: z 6,02 mln w 2007 roku do — jak się prognozuje — 9,6 mln w 2030 roku. Wzrośnie obciążenie ekonomiczne. Zwiększenie udziału ludzi starych w strukturze społecznej będzie miało wpływ na system świadczeń pomocy społecznej, ale też na rynek dóbr i usług zaspokajających potrzeby tej grupy ludzi. Wedle prognozy, zwiększy się popyt na usługi medyczne i farmaceutyki oraz sferę usług dotyczących czasu wolnego oraz korzystania z wysokich technologii. Skutkiem równoległym będzie wzrost potrzeb oświatowych społeczeństwa w zakresie wiedzy gerontologicznej i z zakresu pracy socjalnej z seniorami.

Instytucje wsparcia intelektualnego, kulturalnego i normalizacji społecznej

Każda starsza osoba, z racji posiadania obywatelstwa danego państwa, ma prawo do usług i świadczeń instytucji powszechnie dostępnych, możliwość zagospodarowywania i użytkowania przestrzeni publicznej we wszystkich sferach życia, prawo do edukacji. Obowiązkiem zaś państwa jest tworzenie warunków optymalizujących możliwości korzystania z instytucji edukacji całościowej i upowszechniania oświaty oraz kultury.

Kształcenie ustawiczne jest propozycją edukacji obejmującej nieprzerwany bieg życia jednostki w jej wielorakich powiązaniach z różnymi wspólnotami. Nie ogranicza się do wybranego okresu życia ani nie preferuje żadnych instytucji, odnajduje natomiast sojuszników i realizatorów w różnych obszarach rzeczywistości, różnych instytucjach, różnych odmianach ludzkiej aktywności.

Z uwagi na specyfikę podeszłego wieku powołano nowe lub podjęto wysiłek modernizacji i wzmocnienia istniejących instytucji, działających w intencji zaspokajania istotnych potrzeb starszego i najstarszego pokolenia. Funkcjonują one w koncentrycznie ujętych wymiarach przestrzeni życiowej, poczynając od środowiska domowego, rodzinnego, poprzez społeczność sąsiedzką, wyznaniową, wyspecjalizowane instytucje środowiska lokalnego i okolicznego (urzędy i placówki, np. ośrodek zdrowia, ośrodek pomocy społecznej, dzienny dom pomocy społecznej), stowarzyszenia i kluby, po lokalne i regionalne organizacje seniorskie i prosenioralne, organizacje samopomocowe, instytucje edukacyjne, kulturalne, a nawet rynek pracy⁵. Ich zadaniem jest optymalizacja warunków życia osób starszych poprzez dbałość o wysoką jakość życia, podniesienie wskaźnika samooceny, pomoc w zaspokajaniu depriwowanych potrzeb, stwarzanie pól aktywności społecznej, kulturalnej, edukacyjnej, dążenie do normalizacji (inkluzji) jednostek i grup zagrożonych marginalizacją społeczną, inicjowanie projektów służących zachęcaniu osób starszych do większej i stałej obecności w życiu publicznym.

Niezwykle ważną rolę w ułatwianiu adaptacji osób starszych do warunków życia zbiorowego odgrywają instytucje, które udzielają wsparcia intelektualnego.

⁵ Do późnej starości pracują rolnicy (Tryfan, 2006), podobnie osoby wykonujące wolne zawody, naukowcy. Zaprzestanie pracy zawodowej związane z przejściem na emeryturę jest znaczącym etapem w życiu człowieka. W Polsce jedynie 1,7% osób w wieku emerytalnym jest aktywnych zawodowo. Przyczyną zaprzestania pracy zawodowej najczęściej jest osiągnięcie wieku emerytalnego i zły stan zdrowia. Przejście na emeryturę wiąże się ze zniknięciem szeregu obowiązków i rytuałów wypełniających codzienność. Często rodzi poczucie pustki, którą trudno jest wypełnić. Stąd ogromne znaczenie edukacji osób dorosłych w zakresie możliwości podjęcia zastępczych czynności zawodowych (jak choćby kontynuacja pracy w niepełnym wymiarze godzin) lub zajęć o charakterze hobbystycznym (Halicka, Halicki, 2002).

6 Chowanna...

Kształcenie systematyczne (formalne i pozaformalne)⁶

Grupa posłów na Sejm RP 15 listopada 2006 roku postulowała zmianę w *Prawie o szkolnictwie wyższym* (Dz.U., Nr 164, poz. 1965). Starania podjęto, by wprowadzić zapis: „1) w art. 2 ust. 1 dodaje się pkt. 34 w brzmieniu: 34) uniwersytet trzeciego wieku — kształcenie nieformalne w formie zajęć przeznaczonych dla osób, które ukończyły: 60 lat — kobiety i 65 lat — mężczyźni. 2) art. 8 otrzymuje brzmienie: Art. 8.1. W uczelni mogą być prowadzone studia, studia doktoranckie, studia podyplomowe, kursy dokształcające oraz uniwersytety trzeciego wieku”. Projektowi towarzyszył obszerny komentarz, uzasadniający potrzebę włączenia UTW w obszar kształcenia akademickiego przemianami socjodemograficznymi starzejącego się społeczeństwa. Propozycji nowej ustawy nie przyjęto (http://orka.sejm.gov.pl/proc5.nsf/projekty/1402_p.htm).

Bez względu na powyższy fakt w Polsce działało w roku akademickim 2007/2008 niemal 200 uniwersytetów trzeciego wieku (plus filie zagraniczne, np. na Białorusi)⁷. Ich liczba lawinowo wzrasta. Pierwszy w Polsce UTW powstał przy Centrum Medycznym Kształcenia Podyplomowego w Warszawie w 1975 roku — działa nieprzerwanie do dziś. Geneza społecznego ruchu uniwersytetów trzeciego wieku jest powszechnie znana, nie ma potrzeby jej przedstawiania⁸.

Założycielami i podmiotami prowadzącymi są, obok organizatorów najstarszych, czyli uczelni wyższych i najpowszechniejszych, a więc organizacji pozarządowych — stowarzyszeń „uniwersytet trzeciego wieku”, instytucje i ośrodki upowszechniania edukacji, kultury i sztuki (biblioteki wojewódzkie, powiatowe, miejskie i gminne ośrodki i domy kultury), fundacje i organizacje pożytku publicznego, centra kształcenia ustawicznego, ośrodki pomocy społecznej, domy pomocy społecznej. W ostatnich latach do procesu edukacji starszego pokolenia włączyły się więc samorządy terytorialne i przede wszystkim sektor pozarządowy. Wśród organizatorów jednostkowo występują: Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów (Włodawa UTW), dystrybutor usług teleinformatycznych

⁶ Typologia według koncepcji R. Kidde (por. Pólturzycki, 2005, s. 16).

⁷ Źródłem danych była wyszukiwarka Google — zapytanie „edukacja seniorów” oraz „UTW”; kolejnym źródłem był portal Program w „Uniwersytety Trzeciego Wieku” Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności http://www.utw.pl/linki_utw.php, a także strony internetowe poszczególnych instytucji i placówek.

⁸ Pierre Vellas, Tuluza — 1973 rok, Halina Szwarc, Warszawa — 1975 rok.

prowadzący innowacyjną ze względu na adresatów programu edukację do i w cyberprzestrzeni — Akademia e-Seniora. Absolutną nowością jest Akademia Trzeciego Wieku Polskiego Związku Niewidomych (okręg mazowiecki), która rekrutację członków prowadziła w drugiej połowie 2007 roku (<http://pzn-mazowsze.org.pl/atw.html>).

Placówki posługują się kilkoma nazwami — tradycyjną: Uniwersytet Trzeciego Wieku, ale też występują: Akademia Złotego Wieku, Akademia Pełni Życia, Akademia Trzeciego Wieku, Akademia Sztuki Trzeciego Wieku oraz Uniwersytet Złotego Wieku, Uniwersytet Otwarty, Uniwersytet Każdego Wieku, Uniwersytet Otwarty Trzeciego Wieku. Część z nich jest zrzeszona w Międzynarodowej Federacji UTW (AIUTA), część posiada osobowość prawną (towarzystwa UTW), pozostałe funkcjonują przy podmiotach prowadzących. Niektóre umieją znakomicie pozyskiwać fundusze — w tym także unijne — na statutową działalność, podejmują współpracę w ramach programu Grundtvig (<http://www.grundtvig.org.pl/>).

UTW to oferta dla osób będących na emeryturze (lub rencie), organizatorzy raczej nie przestrzegają wymogu ukończenia 60 czy 65 lat. Słuchaczami są zarówno osoby po 40. roku życia, jak i 80-latkowie⁹. Wśród słuchaczy zdecydowanie przeważają kobiety. Są UTW ogromne, zrzeszające po kilkaset osób na poszczególnych rocznikach, są i kameralne, kilkudziesięciosobowe.

Organizacja pracy dydaktycznej przyjmuje na ogół jedną z dwóch postaci: systematycznego, rozpisanego na roczniki i semestry roku akademickiego, udziału w proponowanych zajęciach przyjmujących wielorakie formy dydaktyczne, z obowiązkiem zgłaszania absencji i honorowym dyplomem (można założyć, że jest to nurt intensywny oddziaływań geragogicznych, minimum oczekiwań przy rekrutacji stanowi matura) oraz otwartej formuły spotkań (nurt ekstensywny, otwarty). Taką postać przyjmują szkoły/universytety letnie, akademie, niektóre UTW przy ośrodkach kultury i w małych miejscowościach.

Większość z UTW pracuje zgodnie z założeniami pierwszego nurtu. Ta różnorodność jest zaletą, nie uda się zamknąć UTW w jednej obowiązującej regule organizacyjnej, jest to przyczyna ciągłej ewolucji zakresu i form działania, źródło innowacji programowych i metodycznych.

Cele działalności koncentrują się wokół profilaktyki gerontologicznej podejmowanej w celu pomyślnego starzenia się, upowszechniania wzorów aktywnej starości, włączania słuchaczy w nurt życia społeczności lokalnych i w struktury społeczeństwa obywatelskiego, popularyzacji nauki

⁹ W UTW w Chrzanowie najmłodsza słuchaczka (rencistka) ma 32 lata, najstarsza — 82 lata.

i techniki. Ważnym zadaniem jest wzmacnianie aktywności intelektualnej, poznawczej oraz fizycznej. Spore znaczenie ma zagospodarowywanie aktywności związanej z wolontariatem podejmowanym przez osoby starsze. Dużą rangę mają starania o przełamanie niechęci osób starszych do nowych technologii, jak np. kursy obsługi komputera. Najistotniejszym celem działalności wydaje się jednak podniesienie poziomu samooceny pokolenia trzeciego wieku, ich społeczna reintegracja dokonujące się poprzez uczestnictwo w zajęciach i tworzenie elitarnej uniwersyteckiej społeczności.

Treści spotkań koncentrują się wokół przeróżnych i wielu dziedzin wiedzy oraz nauki, życia społecznego, profilaktyki zdrowotnej, postępu technologicznego, sztuki. Spośród nauk humanistycznych wyróżnić należy kulturoznawstwo, wiedzę o: literaturze, filmie, teatrze, muzyce, historię, historię sztuki, etnografię, historię środowisk lokalnych, tradycję i kulturę ludową, wiedzę o krajach i religiach świata. Seniorzy uczą się języków obcych (w tym esperanto, języka norweskiego i oczywiście najczęściej — języka angielskiego, języka niemieckiego, francuskiego, włoskiego, hiszpańskiego — także podczas intensywnych wyjazdowych kursów językowych, czasem zagranicznych). Prowadzą kroniki, opisują historię swych małych ojczyzn, biografie i autobiografie, tworzą prozę i poezję, piszą wspomnienia, pamiętniki, reportaże, eseje, scenariusze małych form teatralnych. Seniorzy chętnie analizują wybrane kwestie obowiązującego prawa. Interesują ich wątki psychologiczne. Chętnie biorą udział w zajęciach z zakresu medycyny, nie tylko geriatrii (medycyna konwencjonalna, naturalna, ziołolecznictwo, racjonalne żywienie), studiują nauki przyrodnicze, ekologię, ochronę środowiska. Coraz częściej wprowadzane są zajęcia z zakresu obsługi komputera, poruszania się w sieci, korzystania z poczty elektronicznej.

Oferta programowa każdego z UTW jest imponująca! Formy spotkań są niezwykle zróżnicowane: akademickie wykłady, lektoraty, seminaria, konwersatoria, dyskusje. Mniej formalne zajęcia mają miejsce w sekcjach zainteresowań, w pracowniach artystycznych (malarstwo, rzeźba, małe formy teatralne, koronkarstwo itp.), odbywają się plenery, wernisaże. Szeroko występuje poradnictwo, także rówieśnicze. Seniorzy tworzą strony internetowe, podejmują aktywność samorządową, są aktywni w kołach samopomocy. Usprawniają się podczas zajęć rehabilitacyjnych i relaksacyjnych. Warsztaty i treningi poprawiają kondycję psychofizyczną i poznawczą seniorów, ćwiczą i doskonalą umiejętności społeczne. W ofercie programowej są spotkania integracyjne, wycieczki, rajdy. Na przykład Akademia Pełni Życia w Krakowie prowadzi zajęcia w ramach wykładów na aktualne tematy i spotkań z ciekawymi ludźmi; seminaria z literatury, filozofii, kursy komputerowe i internetowe, kursy językowe

— angielski, francuski, niemiecki; Klubu Seniora Europejczyka, otwarte Spotkania Grupy Kominkowej, warsztaty plastyczne (http://www.apz.krak.pl/pokaz/dzialania_stale).

Zajęcia mają swoistą metodykę, wyznaczoną możliwościami percepcji słuchaczy¹⁰. Zajęcia w palcówkach nurtu tzw. francuskiego intensywnego prowadzą zazwyczaj osoby związane z akademickim środowiskiem, w przypadku tzw. nurtu angielskiego — ekstensywnego — przedstawiciele miejscowych elit intelektualnych i społecznych.

Uniwersytety trzeciego wieku są pięknym zwieńczeniem edukacji permanentnej, jej koroną.

W nurt formalnego, systematycznego kształcenia (por.: Półturzycki, 2005, s. 30) wpisują się także **kursy wiedzy** oraz **umiejętności praktycznych**. Kursy prowadzone są przez tradycyjnych organizatorów oświaty dorosłych, ale też przez UTW i ośrodki upowszechniania wiedzy i kultury, instytucje i firmy edukacyjne oraz stowarzyszenia i fundacje. Każda starsza osoba może w nich wziąć udział. Dominujące miejsce zajmują kursy językowe, o różnym poziomie zaawansowania. Część z nich jest odpłatna, część — jeśli organizatorzy pozyskają grant — częściowo odpłatna lub całkowicie bezpłatna.

Od niedawna na rynku usług edukacyjnych obecne są kursy specyficznie adresowane do — jak nazywają tę grupę odbiorców organizatorzy — @Seniorów. Programy kształcenia kursowego mają na celu „oswajanie” emerytów z zaawansowanymi technologiami, koncentrują się wokół wykorzystywania nowoczesnych technologii w życiu codziennym: edytor tekstu, Internet, poczta elektroniczna, zakupy w sieci, internetowe apteki, karta płatnicza, telefonia komórkowa, elektroniczna bankowość. W Polsce korzysta z komputerów zaledwie 10% emerytów¹¹. Wśród społeczności internautów w Polsce jedynie 10% znajduje się w grupie wiekowej między 55. a 64. rokiem życia oraz zaledwie 2% w grupie powyżej 65. roku życia¹² (bieżące informacje prasowe; Szewczyk, 2006).

¹⁰ Sądę, że należy w trakcie akademickich spotkań andragogicznych i gerontologicznych przygotowywać studentów do prowadzenia zajęć z seniorami, powinniśmy włączać do treści kształcenia metodykę upowszechniania wiedzy wśród słuchaczy w zaawansowanym wieku.

¹¹ W Norwegii 41%, w Niemczech 31%, w Wielkiej Brytanii — 28% (Eurostat 2005).

¹² W Norwegii 54% internautów ma 55—64 lata, 22% to ludzie w wieku 65 — 74 lat. W Niemczech odpowiednio 65% i 30%, w Wielkiej Brytanii — 42% i 23%. Według badań przeprowadzonych w Wielkiej Brytanii, 43% seniorów internautów korzysta z sieci, by kontaktować się z rodziną i przyjaciółmi, 22% gra w gry sieciowe, 7% regularnie odwiedza czaty i serwisy dla samotnych. W Norwegii, gdzie liczba seniorów internautów jest jedną z najwyższych w Europie, według badań Stowarzyszenia Banków Norweskich 1/3 osób powyżej 60. roku życia korzysta on-line z internetowych usług bankowych.

Na rynku usług edukacyjnych pojawiają się coraz częściej oferty takie jak Komputerowa Akademia Trzeciego Wieku oferująca kursy obsługi i użytkowania komputera. Program kursu (40 godzin) obejmuje podstawy obsługi komputera w systemie Windows, komputerową edycję tekstów, środowisko Internetu i pocztę elektroniczną. Kurs kończy się egzaminem. Jak anonsują organizatorzy, „Po zakończeniu kursu i przeprowadzonym egzaminie wystawiamy zaświadczenie ukończenia kursu według wzoru z *Rozporządzenia Ministra Edukacji i Nauki z dnia 3 lutego 2006 r.* (Dz.U. 2006, Nr 31 poz. 216) w sprawie uzyskiwania i uzupełniania przez osoby dorosłe wiedzy ogólnej, umiejętności i kwalifikacji zawodowych w formach pozaszkolnych” (<http://www.ipnet.pl/UTW-komputer-dla-seniora>).

Krakowska Akademia Pełni Życia jest organizatorem 20-godzinnych kursów komputerowych obejmujących po 20 godzin lekcyjnych (2 spotkania w tygodniu po 2 godziny lekcyjne) i wydawcą pierwszego podręcznika podstaw obsługi komputera dla seniorów. Stowarzyszenie prowadzi 4 standardowe typy kursów: kurs podstawowy, ponadpodstawowy — powtórkowy, zaawansowany, kurs internetowy z pocztą elektroniczną od podstaw oraz kurs komputerowej obróbki zdjęć oraz Excel od podstaw (http://www.apz.krk.pl/pokaz/q_kursy).

Interesującą formułę edukacyjną stanowią studia wiedzy. Na przykład „Studium Gdynia 55+” przy Polska YMCA proponuje spotkania ujęte w tygodniowych harmonogramach (http://www.seniorzy.ymca.pl/index.php?option=com_content&task=blogcategory&id=36&Itemid=53). Składają się nań zajęcia hobbystyczne i klubowe obejmujące propozycje z zakresu robótek ręcznych: haft, szydełkowanie, batik, witraż, dziewiarstwo, tkactwo artystyczne; terapii przez sztukę; rysunku artystycznego; fotografii artystycznej; orgiami; kosmologii: kosmetyki, stylizacja, wizaż (zapewne dla Pań); szachy, brydż; florystykę; piosenkę biesiadną, enologię (nauka o kulturze wina). Studio Ruchowe dla Seniorów w Gdyni proponuje gimnastykę ogólnokondycyjną, gimnastykę qi-gong, gimnastykę mózgu, choreoterapię.

Fundacja Turleja wdrożyła w rzeczywistość społeczną projekt „Akademia Umiejętności III Wieku”. Adresatem były osoby starsze z terenu województwa małopolskiego (http://www.trzeciwiek.kei.pl/program_kursow.htm). Każda edycja Akademii Umiejętności III Wieku składała się z trzech warsztatów. Warsztat sztuki i rzemiosła obejmował 60 godzin, w tym 25 godzin części teoretycznej, prowadzonej w formie wykładów i konwersatoriów z zakresu historii kultury i sztuki oraz 35 godzin zajęć praktycznych z warsztatów haftu artystycznego, rysunku i malarstwa. Warsztat przedsiębiorczości i kreatywności trwał 30 godzin i skupiał treści z zakresu podstaw mikroprzedsiębiorczości — tworzenie

organizacji gospodarczych realizujących potrzeby społeczności trzeciego wieku, otoczenia prawnego i źródeł finansowania aktywności gospodarczej ludzi starszych. Uczestnicy poznawali reguły zakładania działalności gospodarczej, rozwijali umiejętności samoorganizacji społecznej i zwiększenia integracji wewnątrzpokoleniowej. Przyswajali podstawy interakcji i relacji z otoczeniem społecznym — autoprezentacja, zgłębiaли podstawy public relations. Warsztaty komputerowe trwały 20 godz. i uczyły obsługi komputera, drukarki komputerowej, edytora Word, Excel, dawały podstawy obsługi i wykorzystania Internetu i poczty elektronicznej. Planowane są dalsze edycje.

Kształcenie incydentalne, nieformalne

Placówkami normalizacji społecznej poprzez przeciwdziałanie poczuciu osamotnienia, społecznej izolacji i zbędności, a zarazem wspierającymi możliwości intelektualne i twórcze starszych osób są kluby seniora, które w Europie zaczęły powstawać po II wojnie światowej, a od lat 60. XX wieku obecne są w Polsce¹³. Geneza tego ruchu związana jest z nasilającymi się zmianami demograficznymi starzejących się społeczeństw i wpływającymi z tego faktu konsekwencjami kulturowymi, czyli koniecznością opracowania oferty wolnoczasowej dla coraz liczniejszej populacji ludzi w podeszłym wieku.

Mądrze zagospodarowany i wykorzystywany czas wolny jest sojusznikiem edukacji permanentnej. W tym ujęciu jest to czynnik sprzyjający kreowaniu i rozwijaniu wartości autotelicznych, kognitywnych.

Mecenat nad klubami seniora (klubami i kołami emerytów, złotego wieku, pogodnej jesieni, centrami rekreacji osób starszych) sprawują stowarzyszenia seniorskie lub prosenioralne, organizacje społeczne, wyznaniowe lub samorządowe (np. Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów, Polski Komitet Pomocy Społecznej, ośrodki i domy kultury, spółdzielnie mieszkaniowe, parafie, gminy, rady dzielnic itd.). Niektóre działają na podstawie przepisów ustawy *Prawo o stowarzyszeniach* (Dz.U. 1989, Nr 20, poz. 104), posiadając osobowość prawną. Kluby seniora występują także jako filie miejskich dziennych domów pomocy społecznej (działając w strukturze środowiskowej resortu pomocy społecznej). Funkcjonują również jako samodzielne instytucje, zawierając się w formule

¹³ Chociaż, jak podaje A. Zych (2003, s. 45), pierwszy w Polsce klub seniora otwarto w Poznaniu w dzielnicy Stare Miasto w 1924 roku.

domu kultury, którego działalność w całości dedykowana jest zainteresowaniom seniorów (Szarota, 2006, s. 9—18).

Są to placówki cieszące się dużą popularnością, lecz występujące niemal wyłącznie w miastach. Na wsiach ich funkcje poniekąd wypełniają odradzające się począwszy od końca lat 90. XX wieku koła gospodyń wiejskich i kluby rolnika, jednak elitarny czynnik wieku nie jest w nich dominujący.

Interesującą propozycją jest Klub Seniora umieszczony w cyberprzestrzeni (<http://www.klubseniora.org>). W serwisie znaleźć można zakładki dotyczące: emerytury, Internetu, Klubu Seniora. Są linki prowadzące do podstron: Kuchnia, List, OFE, Pieniądze, Pożegnania, Praca, Rehabilitacja, Renta, Seks, Sport, Uniwersytet, ZUS, Zdrowie. Internauci znajdują na nich pakiet niezbędnych informacji, artykuły prasowe dotyczące poszczególnych zagadnień. Mogą prowadzić dyskusje na forum internetowym.

Cele działalności klubowej sprowadzają się do programowania i organizowania różnych form aktywności kulturalnej, fizycznej i społecznej, spędzania czasu wolnego, upowszechniania szeroko rozumianej wiedzy, kształtowania wartości i postaw prospołecznych, kulturalnych i moralnych.

Oferta jest adekwatna do potrzeb kulturalno-oświatowych i możliwości intelektualnych oraz fizycznych uczestników, którymi są osoby zróżnicowane pod względem płci (dominują kobiety), wieku (obok 60-latków członkami są także 80-latkowie i starsi), stanu zdrowia, wykształcenia i sprawności fizycznej. W ofercie klubów seniora występują m.in.: popularyzacja różnych form kulturalno-oświatowych, kół zainteresowań i hobbystycznych, prelekcji, kursów edukacyjnych, studiów oświatowych, forów dyskusyjnych, seminariów, konkursów z różnych dziedzin wiedzy. Prowadzone są biblioteki, organizowane konkursy czytelnicze, spotkania autorskie. Ma miejsce aranżacja wypoczynku i rekreacji. Najbardziej uzdolnieni członkowie klubów zrzeszają się w amatorskich zespołach artystycznych (pieśni i tańca, kabaretowych, teatralnych) i twórczych. Uprawiana jest amatorska działalność twórcza (np. sekcje: plastyczna, literacka, teatralna, kabaretowa, muzyczna, chór), organizowane są wystawy, wernisaże prac członków. Seniorzy korzystają z oferty specjalistycznych instytucji kulturalnych (kino, teatr, filharmonia itp.). Ponadto działalność klubowa obejmuje pokazy (np. kulinarne), wspólne oglądanie telewizji, wideo lub slajdów, gry towarzyskie, czytelnictwo prasy. W placówkach organizowane są pogadanki i dyskusje na temat zdrowia, higieny, diety, ekologii, prawa (emerytury i renty), bezpieczeństwa. Odbývają się wieczorki towarzyskie, także taneczne, wieczory kołęd. Można uczyć się obsługi komputera, spędzać czas

na „czatach” z rówieśnikami np. z Wysp Brytyjskich lub Kanady. Organizowane są pikniki, grzybobrania, wycieczki krajoznawcze, bywa że zagraniczne (por.: Szarota, 2004b, s. 143—156.). Przykładowo spotkania Klubu Seniora Europejczyka przy Akademii Pełni Życia w Krakowie odbywają się regularnie, dwa razy w tygodniu. Zajęcia Klubu mają różną formę: forum dyskusyjne, wycieczka, wykłady z serii: Szkoła świadomego obywatelstwa, Zadbajmy o siebie, Klub komputerowy dla seniorów, Nasze zainteresowania, Poznajemy świat (http://www.apz.krk.pl/pokaz/q_klub_eu_seniora).

Działalność klubów ma charakter planowy i systematyczny. W rocznym kalendarium można zauważyć przedsięwzięcia realizowane systematycznie przez całą klubową społeczność, ale także przez poszczególne sekcje.

Placówki czynne są w godzinach popołudniowych z różną częstotliwością — od kilku razy w tygodniu do comiesięcznych spotkań.

W zdecydowanej większości przypadków działalność klubowa możliwa jest dzięki dotacjom i darom pochodzącym od ofiarodawców. Coraz powszechniej wdrażany obowiązek pieniężnej składki, choćby symbolicznej, przeciwdziała poczuciu korzystania z daniny, wzbudza w członkach klubu zainteresowanie i współodpowiedzialność za ponoszone wydatki, zwiększa zakres podejmowanych decyzji o całą sferę racjonalnej gospodarki budżetem klubowym. W niektórych klubach wydawane są posiłki, odzież, wówczas odpłatność za nie regulowana jest wysokością świadczeń emerytalno-rentowych (kluby te funkcjonują przy miejskich dziennych domach pomocy społecznej, a także przy PKPS lub stacjach parafialnych Caritas).

W wielu klubach członkowie przywiązują dużą wagę do organizowania wzajemnej pomocy. Bardzo interesującą formą usług wzajemnych są tzw. banki czasu, czyli inicjatywy polegające na wymianie niematerialnych dóbr pomiędzy członkami. Na przykład osoba oferująca wyprowadzanie psa na spacer w zamian oczekuje pomocy w drobnych naprawach sprzętu gospodarstwa domowego, ktoś, kto piecze smaczne ciasta, może oczekiwać pomocy w załatwianiu spraw urzędowych.

Bardzo pięknie przedstawia się oferta kulturalno-oświatowa dziennych domów pomocy. Osoby chętne mogą znaleźć w tych placówkach pełną gamę ofert wychodzących naprzeciw ich zainteresowaniom i możliwościom — w ciągu jednego miesiąca 336 użytkowników oferty 6 miejskich dziennych domów pomocy społecznej skorzystało z 4917 świadczeń. W liczbie tej znalazły się zorganizowane wyjścia do instytucji upowszechniania kultury (kina, muzea, wystawy, opera, operetka, teatr), na basen, organizowano prelekcje, spotkania z interesującymi ludźmi, kursy (np. pierwszej pomocy, samoobrony), treningi pamięci, pokazy, kierma-

sze, konkursy twórczości, kiermasze prac, festiwale, spotkania towarzyskie typu jubileusze użytkowników DDPS, imprezy okolicznościowe (np. Dzień Seniora, Dzień Babci, Dzień Dziadka itp.). W DDPS funkcjonują formy spotkań klubowych przy kawie, kluby prasy, kluby brydżowe, gry świetlicowe. Wydawana jest „Gazetka Domowa”. Sporą popularnością cieszą się zabawy, bale, ogniska, pikniki. Seniorzy spotykają się na oplatku, śniadaniu wielkanocnym itp. Organizowane są wycieczki bliższe i dalsze, spotkania społeczności różnych DDPS. Ponadto występują zabiegi usprawniające: kinezyterapia, fizykoterapia. Regularnie prowadzone są pomiary ciśnienia i oznaczany jest poziom cukru we krwi (źródło: sprawozdania MDDPS w Krakowie, październik 2006).

Domy pomocy społecznej dbają o zaspokojenie potrzeb rozwojowych swoich mieszkańców. Można w nich znaleźć identyczną, jak wyżej przedstawioną, ofertę wzbogaconą o terapię zajęciową (szerzej: Szarota, 1998; 2004a; 2004b).

Tradycyjnym miejscem realizacji pasji poznawczych i zainteresowań realizowanych w wolnym czasie są koła zainteresowań i sekcje domów kultury, które pomagają w mniejszych miejscowościach i na wsiach tworzyć kluby zrzeszające kulturalnie aktywnych seniorów (Szarota, 2002, s. 14—18; <http://www.dworek.krakow.pl/senior/>).

W klubach sportowych uruchamiane są sekcje dla oldboyów i pań w dojrzałym wieku (w klubach fitness chętniej z zajęć korzystają „oldladies”), starsi państwo chętnie uprawiają *nordic walking*, narciarstwo biegowe i zjazdowe, pływanie, turystykę wędrowną (na szlakach górskich jest to najbardziej kulturalna zbiorowość). Edukacja nieformalna ma miejsce także w sanatoriach, są to nie tylko osławione wieczorki zapoznawcze czy dancingi, ale przede wszystkim zatrudniani są tam zawodowcy — animatorzy czasu wolnego profesjonalnie dbający o zagospodarowanie aktywności pensjonariuszy.

Nowe pola dla aktywności poznawczej seniorów tworzy oferta biur i agencji turystycznych kierowana do specyficznego klienta, jakim jest starsza osoba, ta forma usług w Polsce niestety wciąż jest w powijkach (por.: Śniadek, 2007). Wśród propozycji znajdują się edukacyjne wczasy dla seniora (ok. 3 tys. zł za 2-tygodniowy turnus łączący naukę języka ze zwiedzaniem i aktywnością w seniorskich grupach rówieśniczych — np. w Londynie, Rzymie, na Teneryfie, na Malcie, w Irlandii). Dla uboższych seniorów PKPS i rady dzielnic niektórych miast w porozumieniu z miejskimi ośrodkami pomocy społecznej organizują wczasy na działce.

Upowszechniającą się formą aktywności jest samokształcenie w nowej jakości, czyli w sieci. Dla seniorów powstają liczne portale i serwisy skupiające mnóstwo pożytecznych informacji, porad i solidnie opracowa-

nych wiadomości (aneks do tekstu). Autoedukację można uprawiać systematycznie lub okazjonalnie, w zależności od potrzeb jednostek.

Przedstawione przykłady docierają do licznych seniorów, jednakże bardzo wielu spośród tej grupy wiekowej w dalszym ciągu pozostaje na marginesie wydarzeń współczesności. Nie jest to wyłącznie wina automarginalizacji lub biernego, domocentrycznego stylu życia (Czerniawska, 1998). Osoby starsze często po prostu nie wiedzą, że tuż za rogiem coś ważnego się dzieje, bądź są przekonane, że „w ich wieku to już nie wypada...”. Należałoby oczekiwać od władz samorządów terytorialnych i lokalnych mediów upowszechniania informacji o prosenioralnych projektach i inicjatywach.

Programy środowiskowe

By udały się programy tzw. dobrej starości, konieczne są działania skoncentrowane nie na „ułomnościach” ludzi starszych, lecz promujące zachowany w nich potencjał, dający możliwość aktywności społecznej, intelektualnej i kulturalnej.

Generalne cele instytucji i placówek kulturalno-oświatowych oraz organizacji tzw. trzeciego sektora sprowadzają się do włączania najstarszych obywateli w nurt życia i wydarzeń ogólnospołecznych, poprzez organizowanie programowej oferty edukacyjnej, zajęć wolnoczasowych, inicjowanie i podejmowanie ogólnospołecznych kampanii. Celami łączącymi wszystkie stowarzyszenia są działania polegające na przeciwdziałaniu dyskryminacji osób ze względu na wiek, a także podejmowanie działań, które przyczynią się do poprawy jakości życia seniorów w Polsce. Ważną rolę odgrywają stowarzyszenia prosenioralne i seniorskie, w tym Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów, niszowa Krajowa Partia Emerytów i Rencistów, poznańskie stowarzyszenie Vis Vitalis, pilskie Stowarzyszenie „Pro Senior” i wiele innych, krajowych, regionalnych i lokalnych. Działaniom prosenioralnym patronują i je koordynują Regionalne Ośrodki Polityki Społecznej (Pauli, Szlęzak, 2004).

Przykładowo „Forum 50+” to Centrum Organizacji Pozarządowych, zrzeszające 18 organizacji pozarządowych wspomagających osoby starsze. Centrum współpracuje z innymi organizacjami pozarządowymi w kraju i za granicą. Każde ze stowarzyszeń należących do programu jest w kontakcie z innymi, aby móc wymieniać informacje i doświadczenia.

Działania Akademii Rozwoju Filantropii na rzecz seniorów przyjmują postać licznych projektów, m.in.: STOP dyskryminacji, Łączymy pokolenia, Atlas złotego wieku, My też — Seniorzy w UE. Każdy z projektów miał za zadanie ukazanie problemów związanych z podeszłym wiekiem oraz strategię ich rozwiązywania. Celem programów jest dotarcie do jak najszerszej grupy osób starszych, rozpoznanie ich potrzeb i zachęcenie do aktywnego stylu życia. Projekty służą wymianie doświadczeń między pokoleniami, przeciwdziałają stereotypom, włączając seniorów do aktywnego życia społecznego.

Nie sposób wymienić wszystkich, którzy włączają się w rewitalizację starości, z każdym rokiem jest ich coraz więcej. To cieszy.

Zakończenie

Akcesja Polski do Wspólnoty Europejskiej przyniosła polskim emerytom szereg zmian. Wśród najistotniejszych wymieniane jest podniesienie poziomu i jakości życia seniorów w sferze ekonomicznej, kulturowej, społecznej, a także liczne możliwości korzystania ze wsparcia UE, wdrażania przedsięwzięć aktywizujących seniorów. Wśród tych działań godne uwagi są starania społeczności lokalnych związane z tworzeniem środowiskowych instytucji i placówek kulturalno-edukacyjnych, których oferta kierowana jest do osób starszych.

Wskazane konsekwencje przystąpienia Polski do UE dla seniorów — rozumiane jako poprawa sytuacji życiowej tej grupy osób — będą się urzeczywistniały tylko wtedy, gdy zostanie stworzona „[...] społeczna aprobata dla zmian i rozwiązań długookresowych i wspieranie koniecznych reform w systemie zabezpieczenia społecznego. Wymaga to zmiany stereotypów patrzenia na osoby starsze, przede wszystkim przekonania, iż populacja ludzi w wieku emerytalnym generuje wyłącznie koszty, co wyklucza inne, niż zaciskanie pasa, strategię rozwiązywania problemów najstarszego pokolenia. Doświadczenia i przykład krajów Unii Europejskiej ułatwią przełamanie dotychczasowych stereotypów myślenia o osobach starszych. Istotne znaczenie będą miały tu także możliwości rozwoju różnych form społecznej samoorganizacji i aktywności ludzi starszych” (Schimanek, Woźniak, 2004, s. 10—11).

R.J. Havighurst (1997, s. 952—953), D.J. Levinson (za: Pietraśński, 1996, s. 130) oraz B. Szatur-Jaworska (2000, s. 46—47) jednomyślnie wśród zadań rozwojowych starości wskazują pogodzenie się

i przystosowanie do rosnących ograniczeń fizycznych i zdrowotnych, odejście od problemów własnego ciała w kierunku twórczości i szukania przyjemności w kontaktach z innymi ludźmi, urządzenie w sposób dogodny fizycznych warunków bytu, satysfakcjonujących warunków mieszkaniowych. Postulują ustalenie własnej przynależności do konkretnej grupy wiekowej, adaptację do zmienionej formy aktywności społecznej poprzez plastyczne podejmowanie nowych ról i zajęć związanych z przejściem na emeryturę. Ważnym zadaniem jest przystosowanie się do straty osób bliskich, wypracowanie dojrzałej postawy wobec śmierci (por. Halicka, 2004, s. 27), ponadto B. Szatur-Jaworska (2000, s. 46—47) postuluje akceptację postępującej własnej zależności od innych ale i utrzymanie zainteresowań światem. Według tej autorki, starość to czas kumulacji życiowej aktywności oraz okres bilansu, żniw, zbierania owoców całego życia. Nakazuje starszym ludziom panowanie nad umysłem i utrzymywanie go w sprawności, by nadzorować i hamować postępy starzenia się. Jedno z zadań przez nią wytyczonych nawiązuje do Erkisonowskiej koncepcji: nakaz pozytywnego rozwiązania dylematu integralności i rozpadu, by osiągnąć mądrość, podchodzić z dystansem do życia, zaakceptować śmierć, mieć pewność znaczenia i godności własnego życia.

Inspirującą typologię dotyczącą przebiegu dorosłości proponuje Duccio Demetrio (2006, s. 145). Ten włoski uczony dekadzie od 61. roku życia do 70. roku życia wyznacza następujące cele życiowe: rozpoczynanie od nowa, wychowywanie i kształcenie młodego pokolenia, uczenie się prostej radości i akceptacji innych, redefinicja priorytetów w pracy i życiu. Wśród wartości odniesienia wskazuje zabawę i kreatywność, poszukiwanie znaczeń, poczucie własnego Ja, współczucie i współpracę, intymność, realizację. Pamiętając, że wszystkie fazy biegu życia mają charakter rozwojowy, wyznacza ambitne zadania rozwojowe i kreuje sytuacje edukacyjne: dzielenie się wiedzą i umiejętnościami z młodszymi, bycie dziadkami, odnowienie więzi intymnych, szukanie nowych funkcji przywódczych, zaczynanie od początku. Kolejnym dwudziestu latom (od 71. roku życia do 90. roku życia) Demetrio wyznacza za cel przygotowanie się do śmierci, rozmyślanie, poczucie spokoju. Wartości odniesienia to: poszukiwanie znaczeń, współczucie i współpraca, intymność, kreatywność i zabawa. Natomiast zadaniami rozwojowymi są: ocena biegu własnego życia, traktowanie go jako spełnione, pełne, radosne lub — przeciwnie — jako niepełne, niesatysfakcjonujące, akceptacja umierania i śmierci, zmierzenie się z zanikiem sił fizycznych, doświadczanie dotkliwych strat, zachowanie nadziei i wiary, docenianie innych ludzi.

Sądzę, że do przywołanych przemyśleń warto dorzucić jeszcze jedno zadanie dedykowane pokoleniu trzeciego wieku i czwartego wieku — nieustawanie w samorozwoju, kompetencja decyzyjna, społeczna, autokreacyjna.

Aneks

Polskie portale, strony internetowe i serwisy dedykowane osobom starszym (wybór)

Akademia e-Seniora — www.akademiaeseniora.pl/index.php?option=com_content&task=view&id=72&Itemid=53
Akademia Pełni Życia — www.apz.krk.pl
Akademia Rozwoju Filantropii w Polsce — www.filantropia.org.pl
Intersenior — gazeta internetowa — www.intersenior.pl
Portal dla osób starszych — www.senior.info.pl
Portal Forum 50+ — www.forum.senior.info.pl/
Portal Klub Seniora — www.klubseniora.org
Portal Senior.pl — www.senior.pl
Portal Stowarzyszenia Edukacja i Nauka — www.stowarzyszenie.edu.pl/archiwum.php?id=3
Serwis Trzeci Wiek — www.trzeciwiek.pl

Bibliografia

- Czerniawska O., 1998: *Style życia ludzi starszych*. W: *Style życia w starości*. Red. O. Czerniawska. Łódź.
- Demetrio D., 2006: *Edukacja dorosłych*. W: *Pedagogika*. T. 3: *Subdyscypliny wiedzy pedagogicznej*. Red. B. Śliwowski. Gdańsk.
- Halicka M., 2004: *Satysfakcja życiowa ludzi starszych*. Białystok.
- Halicka M., Halicki J., 2002: *Praca zawodowa i jej znaczenie w życiu człowieka starszego*. W: *Polska starość*. Red. B. Synak. Gdańsk.
- Havighurst R.J., 1997: *Zadania rozwojowe kolejnych okresów życia i warunki wypełniania*. W: *Encyklopedia pedagogiczna*. Red. W. Pomykało. Warszawa.
- Kluzowa K., Slany K., 2004: *Obraz polskiej starości w świetle wyników Narodowego Spisu Powszechnego*. W: *Seniorzy w społeczeństwie XXI wieku*. Red. M. Krobicki, Z. Szarota. Kraków.
- Pauli J., Szlązak M., 2004: *Programy polityki społecznej na rzecz ludzi starszych*. W: *Seniorzy w społeczeństwie XXI wieku*. Red. M. Krobicki, Z. Szarota. Kraków.
- Pietrasiński Z., 1996: *Rozwój dorosłych*. W: *Wprowadzenie do andragogiki*. Red. T. Wujek. Warszawa.
- Pólturzycki J., 2002: *Edukacja dorosłych jako realizacja kształcenia ustawicznego*. W: *Drogi edukacyjne i ich biograficzny wymiar*. Red. E. Dubas, O. Czerniawska. Warszawa.
- Pólturzycki J., 2005: *Trzy wymiary edukacji ustawicznej*. W: „Chowanna”, T. 2(25): *Między przeszłością a przyszłością edukacji dorosłych*. Red. A. Stopińska-Pająk. Katowice.
- Schimanek T., Woźniak Z., 2004: *Polscy seniorzy w Unii Europejskiej — najważniejsze konsekwencje jakie przyniesie seniorom członkostwo Polski w Unii Europejskiej*.

- W: *Unia Europejska dla seniorów — publikacja Urzędu Komitetu Integracji Europejskiej i Stowarzyszenia Akademia Rozwoju Filantropii w Polsce*. Red. M. Mazurczak. Warszawa.
- Szarota Z., 1998: *Wielofunkcyjna działalność domów pomocy społecznej dla osób starszych*. Kraków.
- Szarota Z., 2002: *Instytucje i placówki wspierające starość (na przykładzie Krakowa)*. W: *Podmioty opieki i wychowania*. Red. Z. Brańka. Kraków.
- Szarota Z., 2004a: *Gerontologia społeczna i oświatowa. Zarys problematyki*. Kraków.
- Szarota Z., 2004b: *Szanse uczestnictwa seniorów w kulturze i edukacji*. W: *Seniorzy w społeczeństwie XXI wieku*. Red. M. Krobicki, Z. Szarota. Kraków.
- Szarota Z., 2006: *Klub seniora jako instytucja kultury*. „Gerontologia Społeczna”, nr 1 (1).
- Szatur-Jaworska B., 2000: *Ludzie starzy i starość w polityce społecznej*. Warszawa.
- Śniadek J., 2007: *Konsumpcja turystyczna polskich seniorów na tle globalnych tendencji w turystyce*. „Gerontologia Polska”, nr 1—2.
- Tryfan B., 2006: *Ludzie starsi w systemie pomocy społecznej na wsi w Polsce i UE*. „Gerontologia Społeczna”, nr 1 (1).
- Zych A., 2003: *Formy opieki i pomocy dla ludzi starszych w Polsce i w innych krajach*. W: *Starzenie się populacji wyzwaniem dla polityki społecznej. Materiały konferencyjne*. Red. M. Szlęzak. Kraków.
- Prawo o stowarzyszeniach* Dz.U. 1989, Nr 20, poz. 104 z późn. zm.
- Sprawozdania MDDPS w Krakowie, październik 2006.
- Ustawa o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie* Dz.U., 2004, Nr 99, poz. 1001.
- Źródła internetowe
- Country ranking by percentage of population aged 60 or over, 2007. Percentage of population aged 60 or over, 65 or over and 80 or over by sex: world, major areas and regions*, 2007. Dostępne w Internecie: <http://www.un.org/esa/population/publications/WPA2007/SummaryTables.pdf> [data dostępu: 16.07.].
- Dworek Białoprądnicki w Krakowie — <http://www.dworek.krakow.pl> [data dostępu: 16.07.2009].
- Komputerowa Akademia Trzeciego Wieku — <http://www.ipnet.pl/UTW-komputer-dla-seniora> [data dostępu: 16.07.2007].
- Mały Rocznik Statystyczny Polski GUS*, tabl. 4 (64) www.stat.gov.pl [data dostępu: lipiec 2007].
- Polski Związek Niewidomych, Okręg Mazowiecki — <http://pzn-mazowsze.org.pl/atw.html> [data dostępu: 16.07.2009].
- Portal Fundacji Turleja — Akademia Umiejętności Trzeciego Wieku — www.fundacja-turleja.kei.pl/archiwum/akademia/akadem_p.html [data dostępu: strona wygasła].
- Portal YMCA Polska — http://www.seniorzyymca.pl/index.php?option=com_frontpage-&Itemid=1 [data dostępu: strona wygasła].
- Poselski projekt ustawy o zmianie ustawy — http://orka.sejm.gov.pl/proc5.nsf/projekty-/1402_p.htm.
- Prognoza ludności na lata 2003—2030*. Dostępne w Internecie: [http://www.fundusze-strukturalne.gov.pl/informator/npr2/prognozy/Prognoza%20ludnosci%20na%20lata%202003+2030%20\(GUS\).pdf](http://www.fundusze-strukturalne.gov.pl/informator/npr2/prognozy/Prognoza%20ludnosci%20na%20lata%202003+2030%20(GUS).pdf) [data dostępu: 16.07.2009].
- Program „Gdynia 55+”. Dostępne w Internecie: http://www.seniorzyymca.pl/index.php?option=com_content&task=blogcategory&id=36&Itemid=53 [data dostępu: 16.07.2009].

- Program „Uniwersytety Trzeciego Wieku” Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności. Dostępne w Internecie: http://www.utw.pl/linki_utw.php [data dostępu: 16.07.2009].
- Program unijny Grundtvig — <http://www.grundtvig.org.pl/> [data dostępu: 16.07.2009].
- Studium Gdynia 55+” przy Polska YMCA — http://www.seniorzy.ymca.pl/index.php?option=com_content&task=blogcategory&id=36&Itemid=53 [data dostępu: 16.07.2009].
- Szewczyk Ł., 2006: *Seniorzy spragnieni Internetu*. Dostępne w Internecie: <http://media2.pl/internet/7635-seniorzy-spragnieni-internetu.html> [data dostępu: 16.07.2009].
- Szewczyk Ł., 2007, *UPC otwiera Akademię e-Seniora*. Dostępne w Internecie: <http://media2.pl/internet/25068-upc-otwiera-akademie-eseniora.html> [data dostępu: 16.07.2009].
- Szkoła Komputerowa IMPULS — <http://www.ipnet.pl/UTW-komputer-dla-seniora> [data dostępu: 16.07.2009].
- Warunki życia ludności Polski w latach 2004—2005*. GUS 2007. Tabl. 12. Dostępne w Internecie: http://www.stat.gov.pl/gus/45_3218_PLK_HTML.htm [data dostępu: strona wygasła].
- <http://studenci-trzeciego-wieku.studentnews.pl/serwis.php?s=1477&pok=28598> [data dostępu: 17.07.2009].