

Wstęp 7

Rozdział 1

Aktywność i aktywizacja seniorów 11

- 1.1. Aktywność w starości 11
- 1.2. Rodzaje aktywności 13
- 1.3. Aktywizacja i jej obszary 14
- 1.4. Determinanty udanej starości 34

Rozdział 2

Społeczne postrzeganie starości i ludzi starych 37

- 2.1. Przemiany w społecznym postrzeganiu starości 41
- 2.2. Seniorzy w rodzinie 44
- 2.3. Stereotypizacja w mediach 46
- 2.4. Rola edukacji 48
- 2.5. Dwoistość stereotypu starości 50

Rozdział 3

Marginalizacja, dyskryminacja, ekskluzja i gerontofobia - społeczne postawy wobec starości 57

- 3.1. Dyskryminacja 59
- 3.2. Wykluczenie społeczne 69
- 3.3. Gerontofobia i jej (także pozytywne) implikacje 82
- 3.4. Opóźnianie starości 84
- 3.5. Aktywność zawodowa jako forma odraczania starości 87

Rozdział 4

Samotność i sieroctwo seniorów 91

- 4.1. Samotność a osamotnienie 92
- 4.2. Przemiany dotyczące opieki rodzinnej 94
- 4.3. Sieroctwo seniorów 97

Rozdział 5

Przygotowanie do starości i profilaktyka gerontologiczna 99

- 5.1. Zadania i możliwości rozwojowe w starości 100
- 5.2. Znaczenie i cele przygotowań 103
- 5.3. Obszary profilaktyki gerontologicznej 106
- 5.4. Konteksty profilaktyki gerontologicznej 108
- 5.5. Konieczność (coraz) wcześniejszej edukacji 113
- 5.6. Rola polityki społecznej w profilaktyce gerontologicznej 116

Zakończenie 119

Bibliografia 121