

Problematika stárnutí a stáří se řešila už od pradávna, ale teprve v posledních letech se stala pojmem. Pojmem sociálním, ekonomickým a etickým. Lidstvo celkově stárne a musí začít tuto situaci řešit. Ve své práci jsem podrobněji popsala současný stav. Tedy stávající situaci a jak v ní mohou senioři aktivně trávit svůj volný čas. V první kapitole se věnuji vysvětlováním základních pojmů. Obsahuje také pohled do historie a popis toho, jaké jsou normální a nevyhnutelné znaky stárnutí. V další kapitole se zabývám demografií. Na to navazuje kapitola o mezinárodních i domácích dokumentech přípravy na stárnutí. Další dvě kapitoly se týkají sociální práce se starými lidmi a nezávažnějších životních změn v životě seniora. Na tuto teoretickou část navazuje část praktická. Jedná se o srovnání již provedené odborné studie (Potřeby seniorů v Praze 8 s nabídkou poskytovaných sociálních služeb) a s aktivitami pro seniory (v Praze 8). Další oddíl věnuje pozornost informovanosti o službách a možnostech trávení volného času. V závěru mé práce je navrženo několik variant, jak motivovat seniory k aktivnímu trávení svého volného času a k činnostem pro své zdraví.