

## OBSAH

<b>Úvod do problematiky stárnutí</b> .....	<b>11</b>
Krátký úvod do celé monografie .....	13
Stáří a staří lidé v dějinách .....	16
Stáří z pohledu filozofie .....	25
Ageismus .....	30
Dekáda zdravého stárnutí – nové pohledy, pojmy a strategie WHO .....	34
Zajištění a koncepce geriatrické péče .....	42
<b>Klíčové problémy stárnutí (Oblast I: Pokles fyzické a mentální kapacity)</b> .....	<b>51</b>
Krátký úvod do klíčových problémů stárnutí .....	53
Mobilita .....	55
Výživa .....	72
Zrak .....	86
Sluch .....	96
Kognice .....	111
Deprese .....	126
<b>Klíčové problémy stárnutí (Oblast II: Geriatrické syndromy spojené se závislostí na péči)</b> .....	<b>137</b>
Inkontinence .....	139
Riziko pádů .....	146
<b>Klíčové problémy stárnutí (Oblast III: Podpora rodinných pečujících)</b> .....	<b>157</b>
Podpora pečujících .....	159
<b>Aktivní gerontologie u nás</b> .....	<b>181</b>
Úvod do aktivní gerontologie u nás .....	183
Pohyb jako prevence nejen pro seniory .....	184
Stáří může být senzační .....	189
Tanec jako alternativa i pro ty nejkřehčí .....	201
Mezigenerační programy .....	216

Rozhovor na závěr s paní Zuzanou Marešovou – jedním z Wintonových dětí.....	224
Souhrn .....	231
Summary .....	233
O editorkách .....	235
Seznam zkratk. ....	237
Rejstřík .....	241