

brez obsojanja in aktivno poslušanje. Žrtve prav tako potrebujejo veliko mero empatije, odprtosti in optimističnosti. Zahtevnost tovrstnega dela in občutki nemoči lahko privedejo do preobremenjenosti delavca.

Intervjuvanci so imeli več predlogov, kako zmanjšati obseg nasilja nad starostniki. Kot poglavitno so predlagali ozaveščanje širše javnosti, hkrati pa tudi starostnikov, ki bi po njihovem mnenju morali biti boljše poučeni o svojih pravicah in oblikah pomoči, ki so jim na voljo. Med nujnimi spremembami so navedli še ustanovitev strokovne službe, ki bi se posvečala težavam in stiskam, ki pestijo starostnike. Predlagali so tudi SOS telefon za starostnike, žrtve nasilja, ter gradnjo manjših stanovanj v varnem okolju, kamor bi se lahko žrtev umaknila pred nasilnežem. Potrebno bi bilo organizirati več strokovnih izobraževanj in usposabljanj za strokovne delavce, ki pri svojem delu prihajajo v stik z žrtvami nasilja. Vsi intervjuvanci so poudarili pomembnost sodelovanja med vladnimi in nevladnimi institucijami in oblikovanje kriznih skupin.

Beata Akerman

Jože Ramovš (ur.) (2013). *Staranje v Sloveniji: raziskava o potrebah, zmožnostih in stališčih nad 50 let starih prebivalcev Slovenije*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje, 599 strani.

RAZISKAVA O STARANJU V SLOVENIJI

Monografija *Staranje v Sloveniji* temelji na spoznanjih obsežne terenske raziskave *Potrebe, zmožnosti in stališča prebivalcev Slovenije, ki so stari 50 let in več*. Raziskavo je izvedel Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje. Pri ustvarjanju monografije je sodelovalo šestnajst avtorjev iz različnih področji in iz vseh generacij.

Strokovno pronicljivo je uvod napisal prof. dr. Zdravko Mlinar. Poudaril je pomen razkrivanja in aktiviranja človeških potencialov v

vseživljenjskem okolju v okviru celostnega gledanja na človeško življenje in okolje ter možnosti aktivnega staranja.

Knjiga je sestavljena iz petindvajsetih poglavji in štirih glavnih vsebinskih delov, ki znanstveno prikažejo zaokroženo vsebino. Prvi in drugi del smiselno predstavita raziskavo v okviru domačih in svetovnih teoretičnih znanj, vsebine ter metodologije. V najobsežnejšem delu – tretji del – avtorji razpravljajo o aktivnem, zdravem in dostojanstvenem staranju ter oskrbi v onemoglosti. Četrty del se dotika informacijskega, kulturnega in duhovnega staranja. Sledi predstavitev kvantitativnih sumarnih podatkov v vprašalniku (str. 475-533). Povzetki ugotovitev, kratka predstavitev vseh sodelujočih avtorjev ter angleški prevod prej navedenega sestavljajo zadnji del monografije, ki se zaključuje z mislimi prof. dr. Vlada Dimovskega. Izpostavi, da je »knjiga *Staranje v Sloveniji po svoji vsebini izjemno aktualna, saj je staranje proces ali fenomen, ki ni le slovenski; dogaja se skoraj po vsem razvitem svetu.*« (str. 598)

Umestitev raziskave v današnji znanstveni, politični in družbeni prostor ter njeno vsebinsko in metodološko predstavitev je v prvih dveh poglavjih zajel Jože Ramovš. Demografsko staranje je predstavljeno v luči problematike staranja prebivalstva Slovenije in Evrope. Izpostavljeni so pojmi, ki oblikujejo demografske razmere: nizka rodnost, problematika osamosvojitve mladih na področju življenja in dela, zgodnja upokožitev srednje generacije, vedno več starejših, ki potrebujejo oskrbo v starosti, pomanjkanje medgeneracijskega povezovanja, preobremenjenost družine pri oskrbovanju onemoglega družinskega člana, doživljanje starosti in njene vrednosti, ki je razmeroma nizka. S problematiko demografskih sprememb se ukvarjajo različne organizacije, razvijajo se projekti in opravljajo raziskave. Preko opisa demografskih sprememb v Sloveniji je predstavljeno stanje na področju gerontologije ter inštitut Antona Trstenjaka, ki je izvedel to raziskavo.

Osrednja tema raziskave so bile **potrebe, zmožnosti in stališča**, zato ker so te informacije odločilnega pomena za vsa področja, stroke ter posameznike, ki delajo s starejšimi ljudmi. Dotakne se tudi politike načrtovanja in izvajanja ukrepov, ki predstavljajo odgovor na starajočo se družbo. V tem poglavju je predstavljena utemeljitev, načrtovanje in potek raziskave. Pomembno je izpostaviti, da je raziskava reprezentativna, kar pomeni, da lahko njene ugotovitve posplošimo na celotno prebivalstvo Slovenije, ki je staro nad 50 let. Poleg tega je primerljiva z drugim mednarodnimi raziskavami. Od vzorca 1800 je bilo veljavnih 1.047 anket. Povprečna starost anketirancev je bila 66 let, moških je 41,3 % žensk pa 66,9 %. Upokojencev je 70,6 %. Zbiranje podatkov je potekalo z osebnim terenskim anketiranjem.

Generacije, sožitje in staranje

Medgeneracijsko sožitje in solidarnost med generacijami se v današnji družbi sprememb vedno bolj poudarjata, zato je velik del raziskave vključeval vprašanja, ki se nanašajo na to temo. Ksenija Ramovš je v 3. poglavju predstavila osnovne pojme, ki se povezujejo z medgeneracijsko solidarnostjo in odnosi. Osvečila jih je z današnjimi teorijami ter obdelala vrsto raziskovalnih podatkov. Anketiranci so predstavili stališča o tem koliko imajo mlada, srednja in upokojenska generacija med seboj lepih osebnih stikov, kaj jih povezuje in kaj razdvaja, koliko svojih izkušenj in spoznanj menijo, da lahko predajajo mlajšim ter stališča glede solidarne sosedске pomoči. Anketiranci v največji meri menijo, da starejši in mlajši drug drugega enako dobro razumejo. Razlika se pojavi predvsem pri ženskah. Starejše ženske (65 let in več) v primerjavi z mlajšimi (50 do 54 let) menijo, da bolj razumejo mlade. Pomembno je poudariti, da večina anketirancev (77,2 %) meni, da bi bilo potrebno, da se starejši ljudje v posebnih programih učijo razumeti mlade in z njimi

komunicirati. Pogovor, lep odnos, prijaznost, spoštovanje, sodelovanje, druženje so besede s katerimi anketiranci opisujejo dobre odnose med mlajšimi in starejšimi. Starejši imajo največ lepih stikov s srednjo generacijo (povprečno pred 9,3 dnevi). Pri predajanju življenjskih izkušenj polovica misli, da jih mlajši prevzemajo malo. Spodbudna je ugotovitev, da so ljudje pripravljeni veliko pomagati sosedom (90 %). To je gotovo en pomemben vidik solidarnosti.

Zadovoljstvo s svojim življenjem in želja po spremembah je področje, s katerim sta se ukvarjali Martina Starc in Mateja Zabukovec. Dve tretjini slovenskega prebivalstva, starega 50 let in več, je zadovoljnih s svojim življenjem, kar je zelo pomembno, saj je zadovoljstvo gibalno življenja. Področja na katerih bi si želeli spremembe so izobrazba, delo in odnosi. V raziskavi se je potrdila ugotovitev, da ljudje pogosteje obžalujejo, da so opustili nekaj, kar so želeli narediti, kakor dejanja, ki so jih storili.

Sobivanje in samovanje – nov slovenski izraz za osebe, ki živijo same – je eden od pomembnih dejavnikov kakovostnega staranja. Samovanje je pomemben dejavnik pri načrtovanju oskrbe na domu ter pri razvoju medgeneracijskih programov. Maja Rant je iz zbranih podatkov ugotovila, da prevladuje sobivanje s partnerjem, kar pa se z naraščajočo starostjo zmanjšuje. Starejši ljudje v večji meri živijo s sinovo ali hčerino družino. Vsak deseti prebivalec star med 50. in 65. let je samovalec, kar pa s starostjo narašča. Med 75. in 80. letom je tretjina samovalcev. Razvojne usmeritve, ki jih avtorica predstavi v tem poglavju, so usposabljanje zakoncev po 50. letu starosti za kakovostno sožitje in zdravo staranje ter za obvladovanje osnovnih veščin družinske oskrbe, oskrbovalna pomoč in podpora družinam srednje generacije pri oskrbi starejših staršev ter razvoj javne in neformalne oskrbovalne mreže ter prostovoljstva za kakovostno staranje.

Starosti prijazno okolje v slovenskih mestih in na podeželju je program, ki se v Sloveniji uvaja

na pobudo Svetovne zdravstvene organizacije in Evropske unije. To poglavje je preučila Slavica Valenčak. Odgovori anketirancev na vprašanja, kaj je v njihovem kraju starosti prijazno in kaj ne, na kakšen način prispevajo za dobrobit svojega kraja in kaj bi bili pripravljene še storiti, česa v svojem kraju najbolj pogrešajo in kaj želijo sporočiti odgovornim v kraju so pokazali, da se odgovori meščanov in ljudi iz podeželja ne razlikujejo veliko. Anketiranci so izpostavili, da najbolj pogrešajo druženje, ustanove in programe za oskrbo, dostopnejšo infrastrukturo socialnih in zdravstvenih storitev. Z veseljem so pripravljene prispevati pri organiziranju in dejavnosti ter večanju sožitja v skupnosti. Avtorica je odgovore razvrstila po osmih področjih starosti prijaznega mestnega in podeželskega okolja.

Ksenija Saražin Klemenčič se je osredotočila na del raziskave, ki se ukvarja s **premoženjskim stanjem in zgodnjim upokojevanjem**. Pri premoženjskem stanju se je izkazalo, da so revščini bolj izpostavljene ženske kot moški. To ugotovitve avtorica razlaga v luči daljše življenjske dobe žensk, izobrazbe, dohodkov ter krajše delovne dobe. Zanimive so ugotovitve, ki kažejo, da veliko starejših s svojimi dohodki pomaga družinskim članom, iz tega lahko sklepamo na solidarnost v družini. Dohodke, ki jih anketiranci prihranijo, namenijo še za izlete, dobrodelne namene, prihranke za dopust, obisk zdravilišč in nakupe. Vprašanja, ki se nanašajo na upokojevanje, kažejo na visok delež zgodaj upokojenih. Raziskave kažejo, da je v Sloveniji veliko neizkoriščene starejše delovne sile, kar nakazuje, da bi bilo potrebno večjo pozornost namenjati človeškemu kapitalu starejših delavcev.

Kaj materialnega pogrešajo? Vprašanje je analizirala Mateja Zabukovec. Občutek materialne prikrajšanosti pada z višino dohodka. Zadovoljstvo z materialnim stanjem je povezano s srečnostjo in splošnim zadovoljstvom s svojim življenjem. Anketiranci, ki se nimajo niti za srečne niti za nesrečne, ki niso niti zadovoljni

niti nezadovoljni, občutijo enako materialno prikrajšanost kot najbolj revni.

Prostovoljsko druženje s starim človekom, individualno ali skupinsko, je sodobna oblika zadovoljevanja potreb po medosebnem odnosu. Maja Rant je predstavila pomen prostovoljstva v skupnosti. Dve tretjini vprašanih je pripravljene obiskovati starejše ljudi, tri četrtine pa si želi, da bi jih prostovoljci obiskovali.

Aktivno, zdravo in dostojanstveno staranje ter oskrba v onemoglosti

Doživljanje sreče je pomemben kazalnik družbenega in osebnega blagostanja. Martina Starc je ugotovila, da je več ljudi niti srečnih niti nesrečnih kot srečnih. S starostjo sreča upada. Z naraščajočo starostjo ljudi se kot pomembna dejavnika sreče pokažeta prenašanje izkušenj in spoznanj na druge ter življenjski smisel. Stiki starejših ljudi z mlajšo generacijo kažejo tudi povezanost s srednjo in lastno generacijo. Največjo srečo jim pomeni družina, zdravje, razumevanje, delo in prijatelji. Smisel življenja pa je zanje predvsem zdravje, družina, delo in poštenost. Doživljajo ga preko svojega ravnanja v svetu in v odnosu z drugimi.

Blaž Švab, Mojca Slana in Jože Ramovš so v monografiji obdelovali osebne podatke o **navdušenju**. »*Navdušenje je celostno doživljajsko dogajanje v človekovi zavesti, ko neka vsebina prodre v njegovo osebno središče tako, da ga na pozitiven način vzburi, prevzame, preplavi, nagiba, motivira, dvigne, napolni s poletom, elanom, ognjevitostjo, ga veseli, mu vzbuja zanimanje in občuduje pri-trjevanje, ga navdihne, očara, zagradi.*« (str. 225) »*Izkušnje kultur in spoznanja nevroznosti kažejo, da je zdravo navdušenje nenadomestljiv motiv za uspešno učenje, delo in oblikovanje solidarnih medčloveških odnosov. S tega vidika je navdušenje eno največjih virov za kakovostno staranje in solidarno medgeneracijsko sožitje v prihodnjih letih demografske krize.*« (str. 224) Več kot polovica prebivalcev Slovenije, ki so stari 50 let ali več, je

pred kratkim naredilo nekaj z navdušenjem. V preteklosti jih je predvsem navduševalo delo in družina, drugi ljudje, šport, počitnice, kultura, narava, zabava in znanje, za sedanost pa navajajo konjičke, druge ljudi in počitnice.

Želje starejših prebivalcev Slovenije o njihovi prihodnosti se nanašajo predvsem na zdravje, kakovostno življenje, materialno preskrbljenost, nego v starostni onemoglosti, medčloveške odnose ter prenašanje življenjskih izkušenj in spoznanj. Blaž Podpečan je s sociološkimi, filozofskimi in ekonomskimi pristopi analiziral odgovore o željah ter predstavil dostopno slovensko in svetovno literaturo s tega področja.

Bivalne razmere starejših ljudi je preučila Tina Lipar, ki je ugotovila, da so z naraščanjem onemoglosti ljudje vedno bolj vezani na stanovanje. Stanovanje, prilagojeno starejšemu človeku, je eden izmed dejavnikov, ki vpliva na to, koliko časa bo starejši lahko ostal v domačem okolju. Večina (82,1 %) ljudi starejših nad 50 let, ima v stanovanju osebne sestavine za udobno bivanje (toplo vodo, centralno ogrevanje, kopalno kad oz. tuš, stranišče, kuhinjo, balkon in teraso). Podatek, da se več kot tri četrtine ljudi ni pripravljени preseliti iz svojih domov, pomeni, da je ena temeljnih stvari za kakovostno staranje zagotavljanje primernih bivalnih zmožnosti.

Samostojnost pri vsakodnevni opravi ter potreba po pomoči. Osnovna vsakodnevna opravila vključujejo oblačenje, osebno higieno, hranjenje, uporabo stranišča in gibanje po stanovanju, instrumentalna vsakodnevna opravila pa kuhanje, pranje, čiščenje, nakupe, denarne posle. Maja Rant je ugotovila, da se podatki te raziskave skladajo s podatki drugih raziskav. Anketiranci, stari od 50 do 79 let, so v veliki meri samostojni pri opravljanju vsakodnevni opravil, s starostjo pa ta samostojnost upada. Razlike med ženskami in moškimi se pojavljajo predvsem pri instrumentalnih opravilih.

Hoja in druga gibljivost tvori velik del samostojnega življenja in možnosti za ohranjanje

socialne mreže. Jože Ramovš je podatke interpretiral v okviru celostnega pogleda na človeka, kar vključuje telesni, duševni, duhovni, socialni, razvojni in bivanjski element. Telesna gibljivost je ovirana tudi zaradi stopnic, povprečno morajo anketiranci prehoditi 15 stopnic do lastnega stanovanja. Polovica žensk nima vozniškega izpita. Gibljivost spodbujajo redni daljši sprehodi in navada, da se peš odpravijo po opravkih v okolici do 1 km. Hoja krepi in ohranja zdravje na stara leta. Večja telesna aktivnost vpliva na zmanjšanje tesnobe, počutja, nemira, osamljenosti, otožnosti, vpliva pa tudi na doživljanje smisla.

Oskrba v onemoglosti je najbolj obsežno poglavje. Podatke so obdelali Jože Ramovš, Tina Lipar in Marta Ramovš. Glavni namen poglavja je predstaviti podatke o potrebah, zmožnostih in stališčih prebivalstva za pripravo in sprejem kakovostnega in celovitega nacionalnega sistema dolgotrajne oskrbe v Sloveniji. Podatke so zbrali za vse, ki oblikujejo prostor oskrbe: oskrbovalce, oskrbovance in oskrbovalne programe. Pomoč in oskrbo v onemoglosti je v zadnjega pol leta prejelo 13,5 % anketirancev, nudilo pa jo je 19,3 %. Tisti, ki so potrebovali pomoč in je niso prejeli, so navajali, da pomoči niso želeli, saj niso želeli biti od nikogar odvisni. Družinski oskrbovalci so največkrat zakonski partnerji in hčerke, sledijo drugi sorodniki (sinovi, sestre, vnuki, bratje in sestre), na tretjem mestu pa so sosede. Med oskrbovalci je največ žensk. Najbolj izvirni odgovori raziskave so dobre izkušnje oskrbovalcev in oskrbovancev pri katerih izstopata človeški vidik in lepi spomini. Avtorji poudarjajo, da so »*avtentične izkušnje oskrbovalcev in oskrbovancev napotek za strokovno in politično oblikovanje programov za dolgotrajno oskrbo, nič manj pa za osebno oblikovanje vsakogar za smiselno pomoč drugim v njihovi onemoglosti in za sprejemanje pomoči drugih v lastni onemoglosti.*« (str. 584) Iz ugotovitev so avtorji povzeli, da je pomoč onemoglim v družini v težavah in da potrebuje predvsem strokovno in javno podporo.

Ksenija Ramovš je v poglavju **Trpinčenje starejših in nasilje nad njimi** analizirala podatke o osebnih izkušnjah anketirancev z nasiljem v zadnjem letu, o vrsti in kraju, kjer so nasilje doživeli, ter kdo je bil nasilen do njih. 7,4 % anketirancev je izkusilo nasilje, v večini primerov so bile to ženske. Od oblik nasilja se v največji meri pojavlja besedno nasilje (69,3 %), sledi telesno (13,6 %) in ekonomsko (11,4 %). Največ nasilja se dogaja v domačem okolju (57,5 %), povzročitelji so v največji meri družinski člani, sorodniki, bližnji in znanci. Uspešni načini za preprečevanje nasilja nad starejšimi so vključenost starejših v socialne mreže, pomoč družinskim oskrbovalcem ter njihovo usposabljanje in povezovanje v lokalni skupnosti.

V poglavju **Težave in stiske kot izziv za iskanje rešitev novih poti** je Beata Akerman iz odgovorov anketirancev razbrala pomembne prelomnice v njihovem življenju. Največ jih je povezanih z družino (poroka, rojstvo otroka ...), izgubo (smrt, razveze in razhod zakoncev, izguba zaposlitve in doma), selitvijo, zaposlitvijo in ohranitvijo službe, boleznijo, izobraževanjem, razrešitvijo stanovanjskih vprašanj, upokojitvijo, osamosvojitvijo in sprejetjem pomembnih osebnih odločitev ter travmatičnimi izkušnjami iz otroštva in med vojno.

Informacijsko, kulturno in duhovno poglobljeno staranje

Slovenija prednjači v uporabi informacijsko-komunikacijske tehnologije, med starejšimi pa zaostaja za Evropo. Jože Ramovš je v poglavju **Računalniška pismenost** predstavil podatek, da 72 % anketirancev ne zna uporabljati računalnika. Željo in potrebo, da bi se naučili je izrazilo 19,3 % od njih (100.000 prebivalcev). Mlajši in bolj izobraženi imajo večjo željo po učenju uporabe računalnika. Anketiranci, ki se ne želijo naučiti uporabe računalnika, bi svoje stališče verjetno spremenili, če bi imeli v svojem okolju možnost učenja le-tega ter če bi bilo to cenovno ugodno.

Primer uspešnega modela učenja računalništva je **prostovoljsko medgeneracijsko družabništvo srednješolca z upokojemcem ob učenju računalništva**.

Pri **spremljanju medijev in kulture** je Blaž Švab ugotovil, da imajo anketiranci visoko stopnjo bralne kulture (40 %). Boljše bralne navade imajo anketiranci z višjo izobrazbo in višjim dohodkom. S starostjo bralne navade padejo. Televizijo gleda 90 % anketirancev povprečno 2 uri na dan, radio posluša 70 %, povprečno 4 ure na dan, gledališče, koncerte in razstave, kino, zabave in druge prireditve pa obiskuje 46 % anketirancev.

Materni jezik je temeljni element kulture, saj preko njega posamezniki komunicirajo, komunikacija pa je pogoj za kakovostno starost. V poglavju **Slovenščina in odnos do nje** Jože Ramovš pravi, da 95 % prebivalcev Slovenije, starih 50 let in več, izraža stališče, da morajo vladne in javne ustanove varovati lepo slovenščino. 90 % ljudi ne razume tujih imen proizvodov in podjetji. Z obliko sporočil in majhnostjo pisave ima težave 33,3 % ljudi (42,8 % ima težave občasno).

Vrednote v dosedanjem življenju in za starost so gibalno v življenju posameznika in skupnosti. Martina Starc je ugotovila, da anketiranci kot najbolj pomembne vrednote izpostavljajo zdravje (več kot 70 %), odnose (več kot 60 %) in dom (več kot 30 %). Kot najmanj pomembne pa so izpostavili videz, duhovnost in ugled. Ženske pogosteje izpostavljajo vrednote, ki določajo konkreten odnos do drugih (ugled, mirna vest), moški pa vrednote, ki se nanašajo na aktivnosti v okolju (delo, kultura). Starejše ženske dajejo velik pomen duhovnem zdravju. Z naraščajočo starostjo se tudi druge starostne skupine približujejo vrednotam starejših žensk.

Vinko Potočnik je v poglavju **Religioznost starejših in njena pomoč h kakovostni starosti** ugotovil, da se dobljeni odgovori ujemajo z drugimi raziskavami, ki kažejo, da je religioznost široko navzoča med prebivalci Slovenije nad 50.

letom starosti. Tri četrtine je katolikov, 5 % anketirancev se je opredelilo za pripadnike drugih ver, ena petina pa se je opredelila, da niso verni. Vernih je več žensk kot moških, delež vernih narašča s starostjo, pada z izobrazbo, dohodkom in bivanjem v mestu. Obredov in prireditev verske narave se udeležuje ena četrtna redno, polovica občasno, četrtna nikoli. Osebna in družinska praznovanja ljudskih praznikov praznuje 80 % ljudi. Vernost pripomore h kakovosti sožitja in kakovostnemu staranju. Kaže se kot dragocen socialni kapital pri tistih, ki se redno udeležujejo verskih obredov in molijo.

Poglavje **Duhovne potrebe in zmožnosti v luči staranja in sožitja** je eno obsežnejših, avtorja sta Jože in Marta Ramovš. Duhovne potrebe so v današnji družbi potisnjene v ozadje, zato prvi del poglavja razlaga pojem duhovno in njegov pomen za staranje. Prikazana so antropološka spoznanja o duhovnem ter umestitev v človeški razvoj, dejavnosti in sožitje ter sodobna raziskovalna spoznanja o duhovnosti v povezavi s staranjem.

Raziskovalni podatki kažejo, da 52,2 % ljudi meni, da ima človek tudi duhovne potrebe in zmožnosti, 30,9 % ljudi se s tem vprašanjem ne ukvarja, 4,4 % to vprašanje vznemirja, a nimajo odgovora, 2,1 % jih meni, da človek nima nobenih duhovnih potreb in zmožnosti. Z izobrazbo narašča delež ljudi, ki pritrjujejo duhovnim potrebam, prav tako narašča z doživljanjem sreče. Analiza duhovnih potreb in zmožnosti kaže, da ljudje večinoma razumejo duhovnost v smislu tradicionalnega krščanskega dožemanja, sledi dožemanje v smislu uresničevanja lastne osebnosti in etičnosti, najmanj pa jo pojmuje kozmološko-agnostično. Avtorja pravita, da je duhovnost potrebno upoštevati pri programih za kakovostno staranje, pri oskrbi onemoglih ljudi ter medgeneracijski solidarnosti.

Monografija daje celovit pogled na staranje v Sloveniji, saj analizira odgovore reprezentativnega vzorca prebivalstva Slovenije, ki so stari nad 50 let. Njena vsebina je pomembna na področju staranja in medgeneracijskega sožitja.

Maša Birsa