



STARAMO SE S SLOGOM

Piše: Vesna Levičnik

KO SI MLAD, SE TI ČLOVEK PRI PETDESETIH LETIH ZDI PRAVI STAREC, KI SLABO SLIŠI IN VIDI, IZGUBLJA SPOMIN IN – KAR JE MORDA NAJBOLJ NEZNOSNO – VES ČAS SAMO TEČNARI. NEUPORABEN JE ZA VSAKRŠNO OPRAVILO, KI BI OD NJEGA ZAHTEVALO TELESNI NAPOR ALI MANJŠO AKROBASKO SPRETNOST. VES ČAS JE BOLAN IN ZATO BREME SVOJI DRUŽINI. A ČIM BOLJ SE BLIŽAŠ ŠTIRIDESETIM, MORDA PETDESETIM, TEM BOLJ SE TI ZDI, DA SO PRED TABO NAJBOLJŠA LETA ŽIVLJENJA. O STARČKU, KI NI ZMOŽEN SKRBETI ZASE, PA NI NOBENIH SLEDI.

Na splošno se percepcija staranja spreminja in ljudje vseh starosti to doživljajo vedno bolj pozitivno. Na račun vseh demografskih in kulturnih sprememb ter napredka v zdravstvu je treba pojem »na stara leta« korenito spremeniti. Po zaslugi boljše prehrane, zavedanja o zdravju in napredka v zdravstvu bi lahko rekli, da se ljudje staramo v slogu. Pri ohranjanju zdravia in boju proti učinkom staranja na pomoč priskočijo številni izdelki in tretmaji, katerih ciljno občinstvo so različne starostne skupine obeh spolov: Raziskava, ki so jo opravili čez lužo, kaže, da se več kot 60 odstotkov anketirancev strinja s tem, da jim izdelki proti staranju pomagajo, da so videti mlajši, deset odstotkov manj pa se jih na račun teh izdelkov tako tudi vede. Danes ženske z največjim veseljem nazdravijo svojemu 40. rojstnemu dnevu. Kot da gre za

prelomnico v njihovem življenju, štirideseta pa sprejemajo z novim upanjem. Navsezadnje je zdaj prišel njihov čas, ko lahko za konec tedna pobegnejo na izlet brez otrok in si privoščijo večerno zabavo s partnerjem ali s prijateljicami. Stari starši so mnogo bolj vitalni in tudi mlajša generacija se veliko bolje zaveda skupnih točk s predstavniki starejše generacije kot pa razlik med njimi. Je pa seveda od vsakega posameznika odvisno, kako se bo staral. Pisateljica in prostovoljka **Manca Košir** se je odločila za radostno staranje, zato si je hudoomušno, kakršna zna biti pogosto, nadela naziv ambasadorka radostnega staranja. »Odločimo se, da bomo živeli polno, izpolnjeno življenje. Ne bomo pristajali na vlogo žrtve, ne bomo krivili drugih, temveč bomo aktivni v svoji smeri, na svoj način. Taki, ki se počutimo in občutimo, da v resnici smo.

Iskreni. Pristni. Pa naj si drugi mislijo, kar si hočejo. Najpomembneje je biti zvest samemu sebi, slišati lastno dušo, ki vedno ve, kaj je dobro za nas. Poslušati in ubogati svoje telo, ki je sveta posoda človekovega bivanja.« Je prepričana **Manca Košir**, ki jo iz tira ne vržejo niti gubice. Pa vendar odkrito priznava: »Kdaj se počutim staro, utrujeno. Takrat grem bolj zgodaj spat, zjutraj opraviim daljše vaje joga, grem na Rožnik, če je zelo hudo, pa kar na morje. In si napolnim akumulatorje za naporno šolo s kmalu 99-letno mammo, s katero živim. Vse drugo, kar počnem – pišem, vodim literarne večere, sem prostovoljka v hospicu, trsovka, srčno rada babica in še marsikaj – je pa tako in tako mala malica.« Čeprav odkrito priznava, da ni tako trapasta, da bi pričakovala od svojega telesa, da bi bila pri svojih 65 letih najbolj aktivna, je vseeno polna, svobodna, radoživca. »Ja, tudi erotična, ker je erotika odprtost do življenja, drugih in drugega.«

»POVEČANJE SEBIČNOSTI«

Marsikateri starostnik ima danes omebbe in upoštevanja vredno kupno moč. Vendar pa to ni tipična generacija, ki je sedaj v teh letih (65+). Kupno moč so imeli starostniki tudi prej, najpomembnejša razlika, ki jo opažamo v zadnjih letih, je ta, koliko je ta demografska skupina pripravljena porabiti zase. »Med sabo temu v šali rečemo 'povečanje sebičnosti'.



SANDRA REINHARDT



NASVET MANCE KOŠIR: »BODI, KAR SI! LJUBI S PONIŽNOSTJO PRED ŽIVLJENJEM IN Z GLOBOKO HVALEŽNOSTJO ZANJE«

Prejšnja generacija 65+ se je bistveno bolj odrekala, kljub enaki kupni moči. Večina je prihranke namenjala otrokom, sebi pa je privoščila zares najosnovnejše dobrine. Bili so pač otroci vojn in pomanjkanja, zato je bilo odrekanje nekaj samoumevnega, zapravljanje pa skoraj bogokletno.

Današnja generacija 65+ je, kot sem v šali omenila, bolj sebična in sebi privoščiči precej več 'nepotrebnih' dobrin. Od novih avtomobilov, raznih potovanj pa do večerj v dražjih restavracijah in sodobnih telefonov. To je ciljna skupina, ki je

priljubljena porabiti precej denarja za lepo starost,« je prepričana Sandra Reinhardt iz oglaševalske agencije KlicaJ. Dodala je, da se marsikateri naročnik tega še ne zaveda povsem. Kategorija »seniorjev« je postavljena nekam na rob in ji ne namenjajo posebne pozornosti. Tudi komunikacijski ton je večinoma klišejski: dedek, ki lovi ribe in čigar poslanstvo je vžgajati vnuke, ali pa babica, ki zna skuhati dobro marmelado. »Če povzamem, bi lahko rekla, da se ne spreminja toliko demografska meja, spreminja se odnos do starosti, torej želja

BEREMO Z MANCO KOŠIR

Zadnji literarni večer v tej sezoni Beremo z Manco Košir v kavarni Union, ki bo v četrtek, 9. maja, ob 19. uri, bo posvečen pogovoru o radostnem staranju. Na Slovenskem bo namreč kmalu skoraj tretjina prebivalstva starejša od 65 let in tudi preostala Evropa se hitro stara. Zato je priljubljen pisec duhovnih uspešnic pater Anselm Grün napisal knjigo ŽIVIMO ZDAJ! O sreči staranja, v kateri nas uči sprejemati starost in kako dobro živeti do konca. Z vedrino in zaupanjem. Vstop prost!

po aktivni in polnovredni starosti. Banalno marketinško povedano: starostniki so zase pripravljivi potrošiči bistveno več kot še pred desetletjem, dvema. Je pa to zelo zahtevna ciljna skupina z izjemno jasno definiranimi stališči. Lahko bi rekla, da celo najzahtevnejša med vsemi. Kljub temu da so pripravljivi odšteti resen denar, jih je s klasičnimi in ustaljenimi oglaševalskimi metodami težje premamiti kot mlajše generacije. Morda se jim zato nekateri naročniki bojijo, saj jim težko prodajo nekaj, kar nima osnove.»

ii Naročniški paket SeniorD

Podarimo 1 uro pogovorov/ mesec za 6 mesecev!

Mi smo vedno za akcijo!

Ob sklenitvi naročniškega paketa SeniorD od 1. 5. do 31. 5. 2013 vam 6 mesecev vsak mesec podarimo 1 URO telefoniranja v vsa slovenska omrežja!



- ✓ Priključno takso v višini **11,50 € plačamo mi!**
- ✓ **Brez naročnine.**
- ✓ **Enotna cena klicev v vsa slovenska omrežja.**
- ✓ **Zakupite le tisto, kar zares porabite.**

Več informacij na www.debitel.si in 041 400 100

Jaz + 15letdebitel

Eno uro pogovorov na mesec vam podarimo do 31. 10. 2013 ob sklenitvi naročniškega paketa SeniorD (zakup ur) in vezavi 12 mesecev od 1. 5. do 31. 5. 2013. Ponudba telefona velja do razprodaje zalog na vseh naročniških paketih ob vezavi za 24 mesecev. Cena vključuje DDV.