

3. února 2009

Odchodem do důchodu aktivní život nekončí!

Dosáhnout věku, který společnost nazývá třetím, neznamená přestat aktivně žít a zajímat se o dění kolem sebe. Všem, kteří s věkem neztratili chuť poznávat nové a žít aktivním životem, nabízí **Městská knihovna v Praze** přístup na internet, výběr užitečných příruček o zdravém životním stylu, vaření, umění, zahrádce, ale i krásnou literaturu pro volné chvíle. Kromě knih si z knihovny můžete odnést také hezký zážitek z akcí, které pobaví, poučí a dodají novou energii do života.

Novým programovým cyklem v nabídce pořadů pro veřejnost Městské knihovny v Praze je **Odpolední rendez-vous nejen pro seniory**. Každý měsíc nabídne setkání se zajímavými osobnostmi – Jiřím Traxlerem, Eduardem Hrubešem, Vlastimilem Harapesem nebo Richardem Tesaříkem, přednášky na praktická témata – zdravý jídelníček pro seniory, trénink paměti, ale i filmové projekce – Životy těch druhých nebo úspěšný film režiséra Zdeňka Svěráka Vratné lahve. Více o akcích v programových letáčích Městské knihovny v Praze nebo na <http://kultura.mlp.cz>. Akce budou probíhat v sálech Ústřední knihovny na Mariánském nám., Praha 1.

Stáří je ale také životním obdobím, kdy se více setkáváme s nemocemi, psychickými obtížemi a ztrátou blízkých. Paní Olga Walló, iniciátorka půlročního projektu **Třetí věk – třetí svět aneb Pozvání na cestu**, je přesvědčena, že je potřeba mluvit i o těchto aspektech stáří. Proto si ke spolupráci přizvala onkoložku MUDr. Michaelu Häcklovou a občanské sdružení Cesta domů, které se věnuje péči o nevyлéčitelně nemocné, a společně připravili přednášky o tématech, která se mohou stát zdrojem životní nepohody - nespavost, osamělost, deprese, civilizační choroby, ale také o tom, co nám stáří může dát dobrého. Přednášky se uskuteční od února do května v knihovně Korunní (Korunní 68, Praha 10). Obrazem je doplní výstava fotografií Radky Tkáčikové s názvem Pozvání na cestu. Podrobný program projektu na www.mlp.cz.

Kontakt:

Lenka Hanzlíková, Oddělení komunikace, tel. 733 160 007, e-mail: hanzlikl@mlp.cz