

Zvezdana Balić

Knjižnica Gajnice, Knjižnice grada Zagreba

zvezdana.balic@kgz.hr

ISSN 1845-2434

[CC BY 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Lucija Lokin

Knjižnica Gajnice, Knjižnice grada Zagreba

lucija.lokin@kgz.hr

Književna šetnja iz naslonjača – provedba projekta 65 plus u domovima za starije i nemoćne

*A sofa book-promenade -
implementation of the 65 plus project in homes for the elderly and
infirm*

Stručni rad

Sažetak: Tema ovog rada predstavljanje je programa *Književna šetnja iz naslonjača* koji je Knjižnica Gajnice provodila u suradnji s nekoliko domova za starije i nemoćne. Ovaj je program bio dio projekta *65 plus* Knjižnica grada Zagreba i trajao je od 2018. do ožujka 2020. godine kad je prekinut zbog pandemije bolesti COVID-19. Posebnost ovog programa bila je provedba koja je uključivala čitanje pomno odabranih i posebno prilagođenih djela štićenicima domova. Ovaj je program pokazao važnost književnosti, ali i ulogu knjižnice u svim razdobljima života, a posebice kod onih koji pripadaju jednoj od najosjetljivijih skupina – trećoj životnoj dobi.

Ključne riječi: čitanje, domovi za starije i nemoćne, Knjižnice grada Zagreba, osobe treće životne dobi, projekt *65 plus*

1. Uvod

Iako se termin „starost“ svakodnevno upotrebljava u medijima, literaturi i životu, univerzalna definicija starosti ne postoji. Najčešće se starost određuje kronološkom dobi, ali ni tu nema jednoznačne podjele. Svjetska zdravstvena organizacija nastupanje starosti na biološkoj razini definira „rezultatom utjecaja akumulacije širokog spektra molekularnih i staničnih oštećenja tijekom vremena, što dovodi do postupnog opadanja fizičkih i mentalnih sposobnosti (...), a te promjene nisu niti linearne niti konzistentne i vrlo su slabo povezane s

kronološkom dobi osobe“ (Ageing and health, 2022). Međutim, i takva klasifikacija određena je geopolitičkim i socijalnim okolnostima jer „ne postoji ‘tipična’ starija osoba. Raznolikost u mogućnostima i zdravstvenim potrebama starijih ljudi nije slučajna, već ukorijenjena u događajima tijekom cijelog životnog puta koji često mogu biti modificirani, što samo naglašava važnost cjeloživotnog pristupa“ (World report on ageing and health, 2015: vii–ix). S obzirom na to, primjetno je slabljenje stroge granice definiranja starijih ljudi prema kronološkoj dobi i premještanje fokusa na razvijanje mogućnosti zdravog i aktivnog starenja.

Slijedom toga, ne postoji općenito prihvaćena definicija „starijih osoba“, iako se njome u statistikama uglavnom označavaju osobe starije od 60, odnosno 65 godina. Svjetska zdravstvena organizacija ističe i najbrže rastuću kategoriju „osoba u visokoj starosti“, odnosno osoba starijih od 80 godina za čiji se udio u ukupnoj svjetskoj populaciji očekuje da će se utrostručiti do 2050. godine (Ageing and health, 2022). U hrvatskom medijskom prostoru za osobe iznad 65 godina, odnosno one koje su u mirovini, najčešće se koristi izraz „treća životna dob“ koja postupno zamjenjuje kolokvijalne izraze „ublažene“ epitetima poput „zlatne dobi“ ili „najboljih godina“. Prema popisu stanovništva iz 2021. u Hrvatskoj je udio osoba starijih od 65 godina 22,45 % (Objavljeni konačni rezultati Popisa 2021., 2022).

Iako kvaliteta svakog životnog doba ovisi o socijalnim, ekonomskim, geopolitičkim i zdravstvenim čimbenicima, kao i osobnosti svakog pojedinca, možemo izdvojiti neka zajednička obilježja treće životne dobi. Razdoblje je to kad ljudi, nakon umirovljenja, uglavnom imaju više slobodnog vremena i mogu se posvetiti svojim interesima te nastaviti razvijati svoje sposobnosti kroz cjeloživotno učenje. Nažalost, to je i doba različitih promjena i problema u fizičkom i psihičkom aspektu. Ako je čitanje bilo jedna od životnih navika, neke poteškoće mogu se odraziti i na zadovoljstvo čitanjem knjiga. Moguće smanjenje koncentracije, smetnje vida, otežano kretanje koje može smanjiti mogućnost pristupa knjigama, pa čak i promjene u finoj motorici, zbog čega i samo rukovanje knjigom može biti otežano, tek su neke od prepreka zbog kojih knjižnice nastoje pronaći nove načine svog djelovanja i rada unutar zajednice.

2. Projekt 65 plus

U Madridu su 2002. godine na drugoj skupštini o starenju doneseni *Madridska deklaracija* i *Madridski međunarodni akcijski plan o starenju*. Kako je naglašeno u samoj *Deklaraciji*, „suvremeni svijet raspolaže golemim kapacitetima za promicanje dobrobiti osoba starije dobi koji im se trebaju staviti na raspolaganje kako bi unaprijedile svoj život i aktivno pridonosile razvoju svojih društava u eri gospodarske globalizacije“ (Political Declaration and Madrid International Plan of Action on Ageing, 2002). U istoj su *Deklaraciji* naglašena tri područja djelovanja: poticanje razvoja starijih osoba, unapređenje zdravlja i dobrobiti u

starosti te omogućivanje aktivne i podupiruće okoline za kvalitetan život u starosti. Deset godina poslije proglašena je i Europska godina aktivnog starenja i međugeneracijske solidarnosti „kojom se nastojala skrenuti pozornost javnosti na višestruke potencijale starijih osoba i, u skladu s tim, na potrebu stvaranja povoljnijih društvenih uvjeta i društvenog ozračja u kojima bi se starije osobe mogle koristiti tim svojim potencijalima i razvijati ih“ (Rusac et al., 2016: 15). Ovime aktivno starenje dopunjuje dotad najčešće korišteni pojam zdravog starenja. Kao jedna od UN-ovih smjernica iz *Međunarodnog plana djelovanja na području starenja*, koji je donesen u Beču još 1982. godine, ističe se „samoispunjenje“ koje podrazumijeva „pristup obrazovnim, kulturnim, duhovnim i rekreacijskim sadržajima unutar zajednice“ (Report of the world assembly on aging, 1982: 56).

Projekt *65 plus* Knjižnica grada Zagreba djeluje upravo u skladu s tim. Namijenjen je osobama treće životne dobi i od 2008. godine provodi se u brojnim knjižnicama mreže (*65 plus – Aktivnosti*, n. d.). Treba naglasiti da su mnoge knjižnice i prije pokretanja jedinstvenog projekta provodile različite programe namijenjene osobama starije životne dobi. Ovim se projektom ciljanu skupinu ljudi nastoji aktivno uključiti u društvena i kulturna zbivanja, povećati njihovu vidljivost u društvu te staviti naglasak na njihove specifične potrebe. Osmišljen je tako da osobe treće životne dobi promatra kao suradnike i tvorce sadržaja, a obuhvaća sedam programa: *Knjigom do vrata*, *Slikosat*, *Sat informacijske pismenosti*, *Susreti generacija*, *Učionica bez granica*, *Izložba 65 plus* i *Vježbaonica (65 plus – O projektu*, n. d.). Sve programe najčešće provode sami knjižničari, katkad uz pomoć educiranih stručnjaka i/ili volontera.

3. Književna šetnja iz naslonjača

Knjižnica Gajnice u projektu *65 plus* neprekidno sudjeluje od 2018. godine organizirajući stalne i povremene aktivnosti u sklopu četiriju programa: *Knjigom do vrata*, *Sat informacijske pismenosti*, *Učionica bez granica* i *Izložba 65 plus*.

Knjižnice su, kao prostori kulture i mjesta slobode pristupa informacijama, već dulji niz godina neka od svojih područja djelovanja izmjestile iz svojih fizičkih prostora. Tako se nerijetko spominju „knjižnice bez zidova“ koje upravo svojim suradnjama s drugim ustanovama izvan uobičajenog knjižničnog prostora, svojim članovima i korisnicima pružaju neka nova iskustva i mogućnosti postajući dostupnijima i otvorenijima različitim skupinama.

Književna šetnja iz naslonjača, naziv kojim se metaforički nastoji uputiti na nove svjetove u koje slušatelji uranjaju i putuju ne napuštajući udobnost svog okruženja, nekim je svojim značajkama pripadala programu *Knjigom do vrata* – „dostava knjiga i časopisa u domove za starije i nemoćne u Gradu Zagrebu kao i drugim korisnicima koji nisu u mogućnosti doći u knjižnicu“ (ibid.). Međutim, njezino je djelovanje bilo ponešto drukčije i to ju je činilo

jedinstvenim programom u mreži Knjižnica grada Zagreba, kako zbog samog „širenja“ područja djelovanja izvan Knjižnice Gajnice, tako i zbog strukture i načina njegove provedbe.

Ono što ga je razlikovalo od uobičajene dostave knjiga i časopisa bila je provedba koja je uključivala čitanje pomno odabranih i posebno prilagođenih djela šticićenicima domova. Zbog toga je ova aktivnost sadržavala i neke značajke biblioterapije poput „upotrebe biranih materijala za čitanje u terapeutske svrhe“ (Bašić, 2021: 10). Jedna od biblioterapijskih funkcija jest i „stjecanje uvida i eventualnog zadovoljenja određenih ljudskih potreba putem uporabe teksta, odnosno njegove interpretacije“ (Piskač, 2018: 120), ponajviše uz pomoć estetske funkcije književnosti. U svojoj knjizi *Biblioterapija i poetska terapija* Bašić (2021) navodi kako se biblioterapija razvila iz knjižničarske tradicije preporučivanja knjiga kojom se nastoji pronaći odgovarajuća knjiga za pojedine poteškoće, brige i sl. Preporučivanje knjiga dio je svakodnevnog knjižničarskog posla, a pronalazak odgovarajuće knjige koja će udovoljiti svim korisnikovim zahtjevima cilj je svakog upita. Ipak, potraga za književnim djelom koje će zadovoljiti veći broj korisnika u praksi je zahtjevniji i dugotrajniji proces koji podrazumijeva složeniju pripremu jer „dobar izbor teksta i dobra priprema za takvu vrstu rada pomoć su protiv svake vrste tjeskobe koja može nastati između sudionika i voditelja“ (Bašić, 2021: 44). Zadatak biblioterapeuta, koji treba poznavati slušateljevu osobnu povijest, pa i dijagnozu, prepušten je stručnim suradnicama domova u kojima je projekt proveden, diplomiranim socijalnim radnicama Lidiji Kramar i Martini Jurić iz Doma za starije osobe Sanatorij Ćorluka te Valentini Alilović, vlasnici Obiteljskog doma za starije i nemoćne „Nino“ Stenjevec, koje su potom svojim sugestijama usmjeravale na određene značajke književnih djela koje će udovoljiti potrebama šticićenika.

Šticićenici navedenih domova s kojima je ostvarena suradnja svojom su dobi bili bliže ili unutar skupine osoba visoke životne dobi. Imajući na umu specifične psihičke probleme s kojima se susreću starije i vrlo stare osobe, a koje Stojanović i Radovančević (2022: 178) navode kao „nedostatak inicijative, slabu koncentraciju, zaboravljivost“ te fizičke probleme koje mnogi od njih razvijaju, poput poteškoća sa sluhom i vidom, tjelesnog umora i gubitka energije, ova je priprema, u mnogočemu, bila drukčija od priprema za ostale aktivnosti koje se provode u Knjižnici.

Jednom mjesečno, posljednjeg četvrtka u mjesecu, odlazilo se u domove i u ugodnoj atmosferi njihova „dnevnog boravka“ korisnicima čitalo posebno prilagođena djela, nakon čega se raspravljalo o pročitanoj (slika 1 i slika 2). Od početka programa 2018. godine ukupan broj održanih susreta bio je 18 (osam u 2018. godini, devet u 2019. i jedan u 2020. – kada je program prekinut zbog pandemije bolesti COVID-19). Na 18 susreta sudjelovala su 203 slušatelja i najčešće je bila riječ o brojci između 8 i 20 šticićenika po susretu, ovisno o aktivnostima u domovima, zdravlju, mogućnostima te zainteresiranosti korisnika. Zbog

brojnih obveza djelatnika i terapija korisnika doma, ali i zbog koncentracije slušatelja, susreti su trajali četrdesetak minuta.



Slika 1. Književna šetnja iz naslonjača u Domu za starije „Nino“ s knjižničarkom Lucijom Lokin



Slika 2. Književna šetnja iz naslonjača u Domu za starije i nemoćne osobe Sanatorij Čorluka s knjižničarkom Zvezdanom Balić

4. Primjeri iz prakse

Nakon prva dva susreta tijekom kojih su se čitale kratke priče pozitivnog karaktera, na što su korisnici izvrsno reagirali, uz sugestiju socijalne radnice Lidije Kramar krenulo se na nešto zahtjevnije – čitanje romana. Iako se naizgled čini nemoguće pročitati i ispričati cijeli roman

u tako ograničenom vremenu, pažljivo se pripremom uspijevalo u tom zahtjevnom zadatku. Prilikom odabira romana najveća se pozornost posvećivala dobnoj skupini slušatelja i njihovim vrlo različitim kognitivnim i fizičkim sposobnostima. Čitati se moralo vrlo glasno i razgovijetno. Odabrani naslov prilagođavao se tako da je ostavljena samo glavna radnja, a izostavljeni su neki sporedni dijelovi. To je posljedično dovelo i do smanjenja broja likova, a po potrebi i izostavljanja njihovih imena (pogotovo stranih koja su slušateljima bila teže pamtljiva), toponima te opisa. Najzanimljiviji dijelovi romana, uglavnom dijalozi, čitani su i djelomično dramatizirani, a praznine između dijaloga nadopunjavane prepričavanjem samo osnovnih dijelova radnje. Konkretno, na primjeru romana *Čovjek koji je slikao bademova drvca* J. M. Simmela, slušatelji su uvođeni u početnu situaciju – razgovor između dvoje neznanaca, mlađeg gospodina i starije gospođe u vlaku. Nije isticano čime se gospodin bavi ni slični podaci, nevažni za radnju. Gospodin je ograničen na svoju ulogu slušatelja gospođine priče, a potom i pomagača u otkrivanju raspleta radnje, ali sam ostaje potpuno jednodimenzionalan. Također, izostavljen je i podatak o tome kamo vlak točno vozi jer bi suvišne informacije otežavale recepciju glavne radnje. Bračni odnos gospođe iz vlaka također je tek spomenut, iako se u romanu proteže na dvadesetak stranica; za njezina muža najvažnije je bilo spomenuti da je nakon duge bolesti umro, nakon čega je ona odlučila potražiti ljubav svog života. Detalji načina na koji su njezin ljubavnik i njegova žena varali žene i izvlačili novac od njih također su pojednostavljeni, ali dovoljno dobro opisani kako bi se shvatila veličina njihove prijevare. Ovo je samo jedan od primjera kako bi se bolje shvatio proces pripreme i provedbe.

Budući da je ovo bilo prvo iskustvo knjižničarki s čitanjem u domovima za starije i nemoćne, u početku su isprobavani različiti književni žanrovi (prilog 1). Praksa je pokazala kako crnohumorni romani, sociološka opažanja o drugim narodima i običajima, popularni pristup filozofiji ili romani s aktualnim političkim konotacijama nisu u potpunosti naišli na simpatije korisnika. Tijekom vremena uočilo se da je jedina želja štićenika doma, bez obzira na njihovu dob, obrazovanje i psihičke ili fizičke probleme, bila ta da čitana djela budu zabavna te su nastavljeni odabiri humorističnih tekstova s pozitivnim prizvukom, pri čemu su se najuspješnijima pokazali kraći romani Marije Jurić Zagorke (poput *Male revolucionarke* i *Vragoljanke s Trešnjevke*) koji su sadržavali sve što je bilo potrebno za lakšu recepciju. Radnja se odvijala na poznatom terenu (Zagreb, Hrvatska), u vrijeme koje nije vrijeme njihove mladosti, ali im je djelomično blisko (prva polovica 20. stoljeća), sa sjevremenskim ljubavnim zapletom te prožeto britkim, a opet jednostavnim humorom. Osim humorističnih romana, slušatelji su pokazali i sklonost putopisima i biografijama. Nakon svakog pročitanog romana uloženo je dodatno vrijeme i trud kako bi se potaknuo dijalog postavljanjem pitanja vezanih za razumijevanje i doživljaj teksta, ali i mogućnost povezivanja s vlastitim životom.

Program *Književna šetnja iz naslonjača* prekinut je zbog pandemije, a kako su štićenici

domova za starije osobe upravo najosjetljivija skupina stanovništva, ograničavanje dolazaka i posebne mjere zaštite najdulje su se zadržale upravo tamo. Zbog daljine doma u kojem je program dotad proveden i nemogućnosti njegova usklađivanja s osnovnim radnim obvezama knjižničarki, krajem 2023. godine pristupilo se pokušaju ponovnog pokretanja programa s domom za starije i nemoćne u neposrednoj blizini Knjižnice Gajnice. Međutim, zasad nije izazvao interes djelatnika doma.

5. Zaključak

Vrlo stare osobe, odnosno one starije od 80 godina, populacija su čiji se broj u većini zemalja svijeta najbrže povećava (*Smjernice za knjižnične usluge za bolničke pacijente, starije osobe i osobe s posebnim potrebama u ustanovama za trajnu skrb i smještaj*, 2009: 47). S obzirom na pojavu demografskog starenja stanovništva, neizbježno je ulaganje u socijalne, ali i obrazovne programe namijenjene starijim osobama (Stolfa, 2020: 256). Knjižnice tu svakako moraju prepoznati svoju ulogu i funkciju i nastaviti s mnogobrojnim primjerima dobre prakse. Kako je navedeno u *Smjernicama za knjižnične usluge za bolničke pacijente, starije osobe i osobe s posebnim potrebama u ustanovama za trajnu skrb i smještaj* (2009: 47), „osnovno pravilo za pružanje smislenih knjižničnih usluga starijim osobama jest uočavanje činjenice da većina tih osoba predstavljaju pojedince kakvi su bili tijekom cijeloga svoga životnoga vijeka“. Upravo zbog toga, starijim osobama, kako se dalje navodi, valja pružiti čitateljsku i ostalu građu koja „potiče i podržava osobne interese, služi kao nadoknada tjelesnim i duševnim ograničenjima, nadopunjuje specifične terapije i aktivnosti i pruža mogućnosti za različite razine čitateljske sposobnosti“ (ibid.: 48). I ovdje je naglasak stavljen na aktivno starenje kako bi, osim cjeloživotnog obrazovanja, starije osobe i dalje imale pristup svim potrebnim informacijama. Upravo je dostupnost usluga knjižnice svima jedno od iznimno važnih načela kojim se i sami vodimo tijekom poslovanja. Ovim specifičnim oblikom programa *Knjigom do vrata* štićenicima domova za starije i nemoćne omogućeno je da „prošeću iz naslonjača“ i u mislima otputuju u neke druge književne svjetove. Osim što je poslužilo kao razonoda, može se pretpostaviti da je slušanje prilagođenih djela moglo pozitivno utjecati i na njihovu koncentraciju i pamćenje. Svjetska zdravstvena organizacija kao jedno od stanja s kojima se starije osobe uobičajeno susreću navodi i depresiju (Ageing and health, 2022), te je upravo odabir „laganije“ građe duhovitog i optimističnog sadržaja bio vrlo važan kriterij izbora knjiga. Pripremom za susrete i prilagodbom odabranih djela te njihovim čitanjem osobama starije životne dobi još je jednom istaknuta važnost čitane i slušane riječi, uloga književnosti u svim razdobljima života te nužnost i vrijednost empatije, solidarnosti, razumijevanja i strpljenja u suodnosu s korisnicima, posebice onima koji pripadaju osjetljivim skupinama.

Prilog 1.

Baretić, R. (2003) *Osmi povjerenik*. Zagreb: AGM.

Bucay, J. (2013) *Priče za razmišljanje*. Zaprešić: Fraktura.

Doljak, M. (2017) *Moj Camino: šetnja u dubine sebe*. Šenkovec: Ustanova Aromara Centar.

Gavran, M. (1996) *Šaljivi komadi: komedije, skečevi, monodrame*. Zagreb: Hrvatski centar ITI.

Grgić, M. (1996) *Mir u kući: humoristične priče*. Zagreb: DoNeHa.

Jonasson, J. (2013) *Stogodišnjak koji se spustio kroz prozor i nestao*. Zagreb: Fokus komunikacije.

Leonard, D. (2019) *U potrazi za Gobi: maleni pas velikoga srca*. Zagreb: Koncept izdavaštvo.

Maixner, F. (1994) *Bobi i Rudi*. Zagreb: Naklada Zadro.

Melem za dušu 4: Još 75 priča koje će vas dirnuti u srce i razgaliti vam dušu (2000) Zagreb: Mozaik knjiga.

Opačić, N. (2015) *Malena mjesta srca moga*. Zagreb: Alfa.

Simmel, J. M. (2009) *Čovjek koji je slikao bademova drvca*. Zagreb: Mozaik knjiga.

Tribuson, G. (2017) *Vrijeme ljubavi*. Zagreb: Mozaik knjiga.

Ugrešić, D. (1981) *Štefica Cvek u raljama života: patchwork story*. Zagreb: Grafički zavod Hrvatske.

Wolsperger Danilovski, K. (2013) *Danci i stranci*. Split: Redak.

Zagorka, M. J. (2014) *Mala revolucionarka; Roblje*. Zagreb: EPH Media.

Zagorka, M. J. (2015) *Vladko Šaretić; Pustolovine novorođenog Petrice Kerempuha; Zagrebačke silhouette; Razvrgnute zaruke*. Zagreb: EPH Media.

Zagorka, M. J. (2015) *Vragoljanka s Trešnjevke*. Zagreb: EPH Media.

Zevin, G. (2015) *A. J. Fikry: put do sreće: [roman]*. Zagreb: Lumen izdavaštvo.

Literatura

1. *65 plus – Aktivnosti* (n. d.) Knjižnice grada Zagreba. Dostupno na: <https://www.kgz.hr/hr/65-plus-1296/65-plus-aktivnosti/56846> [14.02.2024.]
2. *65 plus – O projektu* (n. d.) Knjižnice grada Zagreba. Dostupno na: <https://www.kgz.hr/hr/65-plus-1296/65-plus-o-projektu/56845> [14.02.2024.]

3. *Ageing and health* (2022) World Health Organization. Dostupno na: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health> [14.05.2024.]
4. Bašić, I. (2021) *Biblioterapija i poetska terapija*. Zagreb: Školska knjiga.
5. *Objavljeni konačni rezultati Popisa 2021*. (2022). Državni zavod za statistiku. <https://dzs.gov.hr/vijesti/objavljeni-konacni-rezultati-popisa-2021/1270> [20.05.2024.]
6. Piskač, D. (2018) *O književnosti i životu: primjena načela literarne biblioterapije u čitateljskoj praksi*. Zagreb: Hrvatski studiji Sveučilišta u Zagrebu.
7. *Political Declaration and Madrid International Plan of Action on Ageing* (2002) United Nations. Dostupno na: <https://www.un.org/esa/socdev/documents/ageing/MIPAA/political-declaration-en.pdf> [15.05.2024.]
8. *Report of the world assembly on aging* (1982) United Nations. Dostupno na: <https://www.un.org/esa/socdev/ageing/documents/Resources/VIPEE-English.pdf> [14.05.2024.]
9. Rusac, S. et al. (2016) *Narativi o dostojanstvu u starijoj životnoj dobi*. Zagreb: Zajednički put. Dostupno na: <https://zajednickiput.hr/index.php/istrazivacki-i-strucan-rad/ispitivanja/istrazivanja/narativi-o-dostojanstvu-u-starijoj-zivotnoj-dobi> [26.03.2024.]
10. *Smjernice za knjižnične usluge za bolničke pacijente, starije osobe i osobe s posebnim potrebama u ustanovama za trajnu skrb i smještaj* (2009) Zagreb: Hrvatsko knjižničarsko društvo.
11. Stojanović, J. i Radovančević, Lj. (2022) *Mentalna i fizička starost*. Zagreb: Nova knjiga Rast.
12. Stolfa, G. (2020) Obiteljska i društvena podrška starijim osobama – izazovi obitelji i institucionalnoj skrbi. U: Zloković, J. i Zovko, A. (ur.) *Gerontologija: izazovi i perspektive*. Zagreb: Hrvatska sveučilišna naklada; Rijeka: Sveučilište u Rijeci, Filozofski fakultet u Rijeci. Str. 253–258.
13. *World report on ageing and health* (2015) World Health Organization. Dostupno na: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186463/9789240694811_eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y [23.02.2023.]