

Vappu Taipale

VANHA JA VIREÄ

Virkistyskirja vanhoille naisille

Vappu Taipaleen *Vanha ja vireä* kannustaa vanhoja naisia nauttimaan elämästä ja rohkaisee heitä valitsemaan omansa näköisen elämän roolimalleihin suostumatta.

*Ikä antaa ymmärrystä.
Ikä lisää huumorintajua.
Ikä antaa anteeksi.
Ikä tuo suhteellisuutta elämään.
Ikä antaa perspektiiviä.
Ikä huomaa ilon aiheet läheltä.
Ikä luo sallivuutta.
Ikä antaa pilkettä silmään.
Ikä tuo viisautta.*



“On aika muuttaa julkinen kuva meistä – ja ennen kaikkea oma sisäinen maailmamme.”

Millainen on hyvä vanhuus? Siihen ei ole yhtä ainoaa mallia. Juuri vanhat ihmiset ovat kaikkein monimuotoisin, keskenään erilaisin ikäryhmä. Onnellisinta on elää omannäköisensä, itselleen sopiva elämä. *Vanha ja vireä* kertoo vanhenemiseen liittyvistä fyysisistä ja psyykkisistä muutoksista antaa ajatuksia hyvinvoinnin lisäämiseen. Tietoja taustoittaa ajankohtainen kansainvälinen tutkimus.

Vanhojen ihmisten arkielämästä tiedetään hämmästyttävän vähän: on kuin musta aukko olisi imaissut heidät. Erityisesti vanhat naiset ovat näkymättömissä, sukupuoletomia, värittömiä ja äänettömiä. Vanha nainen, niin äiti, mummo, anoppi, täti, käly, jokainen nainen joskus, on yhteiskunnan voimavara eikä kuluerä.

“Korkeatasoisen, laaja-alaisen vanhuspolitiikan vaade ei ole ylellisyyttä eikä edellytä rikkautta. Se on eettinen velvoite, joka voidaan toteuttaa niukoissakin taloudellisissa oloissa yhteisvastuullisesti”, kirjoittaa Vappu Taipale kirjassaan.

Vappu Taipale (s. 1940) on koulutukseltaan lääketieteen ja kirurgian tohtori. Ennen eläkkeelle siirtymistään hän työskenteli Stakesin (nykyisen Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen) pääjohtajana. Hän on toiminut mm. sosiaali- ja terveysministerinä ja monissa kansainvälisissä tehtävissä, jotka nykyään liittyvät erityisesti ikääntymiseen. Taipale on Vanhus- ja lähimmäispalvelun liiton Valli ry:n puheenjohtaja.