Suoraa puhetta vanhana elämisestä

27.8.2014

Suomessa on lähes puoli miljoonaa yli 75-vuotiasta. **Kirsti Ijäs** kirjoittaa vanhuuden loppuvuosia elävien arjesta ja ajatuksista kirjassaan **Valoa vanhuuteen**.

”Vanhojen ikäluokasta keskustellaan paljon, mutta monesti ulkopuolisin äänenpainoin. Meistä puhutaan ikään kuin olisimme yhtä harmaata massaa, joka vain kasvaa ja laajenee. Me vanhat olemme kuitenkin yksilöitä, meillä on oma historiamme ja omat toiveemme”, Ijäs huomauttaa. Keskustelua käyvät nuoret eivät vielä tiedä, mitä on olla vanha.

Kirsti Ijäs käsittelee konkreettisesti muutoksia, pelkoja sekä kehityshaasteita, joita korkea ikä tuo tullessaan. Viimeistään nyt on sovittava ristiriidat ja hoidettava käytännön asiat kuntoon. Usein vanhuuteen liittyy yksinäisyyttä ja sairautta, mutta toisaalta elämään voi virrata syvää kiitollisuutta.

Kirjailija kertoo uskon ja rukouksen merkityksestä ja lopuksi myös siitä, millaista on vanhuksen hyvä saattohoito: siihen kuuluu fyysisen huolenpidon lisäksi oikeus saada hengellistä tukea.

**Kirsti Ijäs** on Hämeenlinnassa asuva kirjailija, jonka tekstin perustana on pitkä työura uskonnon, filosofian ja psykologian opettajana, kouluttajana sekä perheneuvojana. Viimeksi ovat ilmestyneet teokset *Arvot asuvat kotona* (2009) ja *Sukupuu* (6. uud. p. 2012).

Kirsti Ijäs: *Valoa vanhuuteen.* 160 s. Kirjapaja 2014. KL 17.3/25.4. ISBN 978-952-288-103-8. Ovh. 27.90

**Lisätietoja ja haastattelupyynnöt:** Kirjapaja**/**Viestintä Marja-Liisa Saraste, [marja-liisa.saraste@kirjapaja.fi](mailto:marja-liisa.saraste@kirjapaja.fi); 09 6877 4568, ja Kirsti Ijäs, 040 7560 056.

**Arvostelukappaleet:** Minna Vatja, [minna.vatja@kirjapaja.fi](mailto:minna.vatja@kirjapaja.fi)

