



ЦЭНТРАЛІЗАВАНАЯ СІСТЭМА ДЗЯРЖАЎНЫХ ПУБЛІЧНЫХ БІБЛІЯТЭК

Г. МІНСКА

СЕКТАР ІНФАРМАЦЫЙНА-БІБЛІЯГРАФІЧНАЙ РАБОТЫ

«Актыўнае даўгалецце»



рэкамендацыйны бібліяграфічны спіс

Мінск 2023

Сталасць – не старасць!

Старэнне насельніцтва агульнапрызнанае адным з асноўных глабальных выклікаў сацыяльна-эканамічнаму развіццю. Адначасова ў апошнія дзесяцігоддзі ў свеце адбываецца трансфармацыя ўспрымання старэння - ад востра негатыўнага да ўзважанага, які ўлічвае не толькі праблемы, якія вынікаюць са змены ўзроставай структуры насельніцтва, але і магчымасці, якія адкрываюцца ў сферах спажывання, ладу і якасці жыцця, эканамічнай, сацыяльнай і палітычнай актыўнасці, а таксама адукацыі.

Палітыка актыўнага даўгалецця накіравана на развіццё і рэалізацыю патэнцыялу чалавека, у аснове якога ляжыць павелічэнне працягласці жыцця. Мэта палітыкі актыўнага даўгалецця заключаецца ў забеспячэнні ўмоў для прадаўжэння прадукцыйнага і незалежнага жыцця ўсімі грамадзянамі пры адначасовай мабілізацыі патэнцыялу старэючага грамадства для яго бесперапыннага ўстойлівага развіцця.

Рэкамендацыйны бібліяграфічны спіс «Актыўнае даўгалецце» пазнаёміць з матэрыяламі, якія знаходзяцца ў фондах дзяржаўнай установы «Цэнтралізаваная сістэма дзяржаўных публічных бібліятэк г. Мінска». Паказальнік змяшчае кнігі, артыкулы з перыядычных выданняў. Матэрыял размешчаны — кнігі ў алфавіце, артыкулы ў зваротна-храналагічным парадку.

О Национальной стратегии Республики Беларусь "Активное долголетие — 2030"

[Электронный ресурс] : постановление Совета Министров Республики Беларусь, 3 декабря 2020 г., № 693 // ЭТАЛОН. Законодательство Республики Беларусь / Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. — Минск, 2023.

Аксенов, А. П. О духовном здоровье и физическом долголетии : [о духовных возможностях человека, об источниках его счастливой жизни] / А. П. Аксенов. — Москва : АСТ, 2003. — 287 с. — (Я — не колдун, я — Знахарь).

Амосов, Н. М. Эксперимент по преодолению старости / Н. М. Амосов. — Москва : АСТ, 2003. — 123 с. — (Рецепты здоровья).

Аткинс, Р. Омолаживающее питание : [перевод с английского] / Роберт Аткинс, Шейла Бафф. — Минск : Попурри, 2012. — 426, [3] с.

Болотов, Б. В. Шаги к долголетию / Борис Болотов. — Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2012. — 121, [1] с. — (Жизнь по Болотову).

Брэгг, П. Система Брэгга для здоровья и долголетия / Поль Брэгг. — Санкт-Петербург : Вектор, 2013. — 158, [1] с. — (Классика оздоровления).

Бубновский, С. М. 100 лет активной жизни, или Секреты здорового долголетия / Сергей Бубновский. — Москва : Э, 2016. — 186, [2] с. — (Оздоровление по системе доктора Бубновского).

Бюттнер, Д. Правила долголетия : результаты крупнейшего исследования долгожителей / Дэн Бюттнер ; перевод с английского Екатерины Бакушевой. — Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2012. — 253, [1] с.

В лучшем виде : 30 историй людей, которые доказали, что после пятидесяти можно не только выглядеть отлично, но и чувствовать себя намного увереннее, чем когда-либо в жизни / [составитель] Владимир Яковлев. — Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2015. — 216, [1] с.

Висьневска-Рошковска, К. Новая жизнь после шестидесяти. — Москва : Прогресс, 1989. — 259, [2] с.

Гиббс, Р. Если вам за 50 : [оздоровительные занятия людей пожилого возраста]: пер. с англ. — Москва : Физкультура и спорт, 1984. — 80 с. —(Физкультура и здоровье).

Грегор, О. Жить не старея : перевод с чешского / О. Грегор. — Москва : Физкультура и спорт, 1992. — 271 с.

Группы самопомощи в работе с пожилыми людьми / Фонд "Память, ответственность и будущее", Неправительственная организация "Немецко-русский обмен", Гомельское областное общественное объединение "Социальные проекты" ; [составитель Н. И. Кекух]. — Гомель : Барк, 2011. — 47 с.

Дик, Н. Ф. Как прожить долгую и здоровую жизнь / Н. Ф. Дик. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2010. — 316 с. — (Все обо всем).

Жизнь, здоровье, долголетие : советы профессоров / научный редактор В. С. Улащик. — Минск : Беларуская навука, 2000. — 622 с.

Здоровье пожилым : аудиокнига в формате mp3. — Москва : Добрые книжки, 2009. — (Школа трезвения).

Либинтов, М. А. Не спешите стареть! : советы специалиста / М. А. Либинтов. — Минск : Вышэйшая школа, 2013. — 190, [1] с.

Лифляндский, В. Г. Рацион долгожителя : питание для долголетия / [В. Г. Лифляндский]. — Санкт-Петербург : Амфора, 2012. — 47 с. — (Кладовая здоровья).

Малахов, Г. П. Укрепление здоровья в пожилом возрасте / Геннадий Малахов. — Санкт-Петербург : Невский проспект, 2007. — 188, [1] с. — (Целительные силы ; т.4).

Мечников, И. И. Система долголетия и здоровья : классика оздоровления: теория и практика / И. И. Мечников. — Санкт-Петербург : Вектор, 2010. — 126 с. — (Классика оздоровления).

Плоткин, Ф. Б. Старший возраст: новая жизнь и новые радости / Ф. Б. Плоткин. — Минск : Вышэйшая школа, 2022. — 398, [1] с.

Полетаева, А. Скандинавская ходьба. Секреты известного тренера / Анастасия Полетаева. — Санкт-Петербург [и др.] : Питер : Прогресс книга, 2015. — 124, [1] с.

Пристром, М. С. Средства сохранения здоровья и долголетия / М. С. Пристром, С. Л. Пристром. — Минск : Беларуская навука, 2009.— 184, [1] с.

Ресурсы организма — иммунитет, здоровье, долголетие / [Васильев А. и др.]. — Санкт-Петербург : Вита Нова, 2004. — 399 с.

Степанов, А. А. Дыхание по Фролову, вода и движение : тайна здорового долголетия раскрыта! / Александр Степанов. — Санкт-Петербург : Питер, 2007. — 186 с. — (Тропинка к здоровью).

Ушакова, С. А. Здоровье людей пожилого возраста / С. А. Ушакова. — Москва : Владос-пресс, 2005. — 254, [1] с. — (Искусство быть здоровым).

Физическая культура лиц пожилого и старческого возраста : методические рекомендации / [составители: Ю. М. Кабанов, В. В. Трущенко]. — Витебск : ВГУ им. П. М. Машерова, 2008. — 67 с.

Хандерсон, Р. 100 способов дожить до 100 : как прожить долгую и здоровую жизнь, сохраняя радость жизни : пер. с англ. / Роджер Хандерсон. — М. : АСТ : Астрель, 2004. — 236, [1] с.

Ханна, Т. Искусство не стареть : система развития подвижности и гибкости в любом возрасте : [перевод с английского] / Томас Ханна. — Санкт-Петербург : Питер, 2016. — 223 с.

Хейфлик, Л. Как и почему мы стареем? : советы специалиста : [перевод] / Л. Хейфлик. — Москва : Вече, 1999. — 430 [1] с. — (Ваше здоровье).

Христолюбова, В. Долгая жизнь без старости / Валерия Христолюбова. — Санкт-Петербург : Питер, 2004. — 157, [3] с. — (Исцели себя сам).

Щукина, Н. П. Институт взаимопомощи в системе социальной поддержки пожилых людей / Н. П. Щукина. — Москва : Дакшков и К, 2004. — 408, [1] с.

Поклонская, О. Наука помогать, или по закону бумеранга : О чем нужно помнить родителям и взрослым детям, чтобы заботясь друг о друге, не позволять манипулировать собой / Ольга Поклонская // Алеся. — 2023. — № 7. — С. 26—29.

Журкевич, А. А. Активное долголетие: формирование позитивного образа периода поздней зрелости : факторы, влияющие на удовлетворенность жизнью на разных этапах онтогенеза / А. А. Журкевич // Народная асвета. — 2023. — № 6. — С. 85—86.

Михайловская, С. В. Ставка на здоровье и долголетие : "Беларуская думка" узнала, как идет модернизация Минского областного клинического госпиталя инвалидов ВОВ имени П. М. Машерова / Снежана Михайловская // Беларуская думка. — 2023. — № 3. — С. 19—25.

Сергеева, Ю. И. Педагогический дизайн образовательного курса для лиц предпенсионного возраста / Ю. И. Сергеева // Адукацыя і выхаванне. — 2023. — № 1. — С. 54—59.

Яковлева, Д. Спорт для тех, кому за 40 / Диана Яковлева // Здоровый образ жизни. — 2022. — № 11. — С. 44—45.

Васильев, А. Острый ум вне возраста / Александр Васильев // Здоровый образ жизни. — 2022. — № 8. — С. 53.

Толкачёва, Е. Золотые правила питания для пожилых / Екатерина Толкачёва // Здоровый образ жизни. — 2022. — № 5. — С. 57.

Боброва, А. Г. Зарубежный опыт реализации политики активного долголетия / Боброва А. Г., Ребенок О. Ю., Калачикова О. Н. // Экономический бюллетень Научно-исследовательского экономического института Министерства экономики Республики Беларусь. — 2021. — № 4. — С. 27—37.

Фоменко, З. Слабости сильных : [наука о здоровье] / Злата Фоменко // Здоровый образ жизни. — 2021. — № 2. — С. 26—27.

Еремян, О. С. Совершенствование системы здравоохранения как фактора здорового долголетия / О. С. Еремян // Экономический бюллетень Научно-исследовательского экономического института Министерства экономики Республики Беларусь. — 2020. — № 5. — С. 39—45.

Михайловская, С. В. Красиво стареть надо уметь / Снежана Михайловская // Беларуская думка. — 2020. — № 11. — С. 14—18.

Меркулова, Е. Энергия Вата : [восточные практики] / Елена Меркулова // Здоровый образ жизни. — 2019. — № 9. — С. 44—45.

Цель — активное профессиональное долголетие / подготовил Ю. А. Бествицкий // Охрана труда и социальная защита. — 2019. — № 7. — С. 8—14.

Дылюк, А. Живая вода: 8 фактов : [секреты долголетия] / Анна Дылюк // Здоровый образ жизни. — 2019. — № 5. — С. 58—59.

Дылюк, А. Связные веков : [секреты долголетия] / Анна Дылюк // Здаровы лад жыцця. — 2019. — № 3. — С. 54—55.

Меркулова, Е. Дыхание — ключ к здоровью и долголетие : [восточные практики] / Елена Меркулова // Здаровы лад жыцця. — 2019. — № 1. — С. 42—43.