بسمه تعالی

برنامه مرکز جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس

گروه بهداشت سالمندان

روزجهانی و هفته ملی سالمند مهر ۱۴۰۴

**شعار ملی**

**« حفظ کرامت، ارتقا سلامت و کیفیت زندگی سالمندان با گام های محله محور »**

**۸-۱۴ مهر ۱۴۰۴**

|  |  |
| --- | --- |
| روز شمار | عنوان |
| روز اول: سه شنبه ۸ مهر  | سالمند و منزلت اجتماعی |
| روز دوم: چهارشنبه ۹ مهر | سالمند و سلامت جسمی |
| روز سوم: پنج شنبه ۱۰ مهر | سالمند و سلامت روان |
| روز چهارم: جمعه ۱۱ مهر | سالمند و خانواده |
| روز پنجم: شنبه ۱۲ مهر | سالمند و مشارکت اجتماعی |
| روز ششم: یکشنبه ۱۳ مهر | سالمند و حمایت اجتماعی |
| روز هفتم: دوشنبه ۱۴ مهر | سالمند، معنویت و امید به زندگی |

در راستای اسناد بالادستی:

1. **بند 7 سیاست های کلی جمعیت ابلاغی مقام معظم رهبری " فرهنگ سازی برای احترام و تکریم سالمندان و ایجاد شرایط لازم برای تامین سلامت و نگهداری آنان در خانواده و پیش بینی ساز و کار لازم برای بهره مندی از تجارب و توانمندی های سالمندان در عرصه های مناسب"**
2. **بند 15سیاست های خانواده ابلاغی از سوی مقام معظم رهبری "اتخاذ روش‌های حمایتی و تشویقی مناسب برای تکریم سالمندان در خانواده و تقویت مراقبت‌های جسمی و روحی و عاطفی از آنان"**
3. **برنامه هفتم پیشرفت ماده 7۰ بند چ "ارتقای مستمر کیفیت مراقبت ها وخدمات سلامت، افزایش اثر بخشی و کارآیی و استفاده از امکانات بهداشتی، درمانی و توانبخشی کشور"**
4. **اهداف دوم و سوم سند ملی سالمندان کشور "توانمند سازی سالمندان و حفظ و ارتقای سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی سالمندان"**
5. **هدف کلان معاونت بهداشت و مرکز جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس "ارتقای مستمر کیفیت مراقبت ها، خدمات و سواد سلامت"**

هدف اصلی:

**" حفظ کرامت، بهبود کیفیت زندگی سالمندان و سالمندی سالم و فعال و پویا"**

برنامه ها:

**همزمان با روز جهانی سالمند (اول اکتبر برابر 9 مهرماه) و هفته ملی سالمندان(۸-۱۴ مهرماه)، در سطح ستاد وزارت و دانشگاه / دانشکده ها، برنامه هایی حول محور های اصلی زیر برگزار می شود:**

* **نقش جوانی جمعیت در حفظ و ارتقاء سلامت و کرامت سالمندان**
* **ارتقاء آگاهی در رابطه با شیوه زندگی سالم در سالمندی**
* **حفظ و ارتقاء سلامت جسمی، روانی، اجتماعی سالمندان**
* **معرفی خدمات واحدهای ارائه دهنده خدمات بهداشتی**

اهداف اختصاصی

**۱-آموزش و آگاهی بخشی به سالمندان و جامعه**

* **برگزاری وبینارها و کارگاههای آموزشی، تولید پوستر و رسانه آموزشی با موضوعات:**

-رعایت کرامت سالمندان(سالمند، مراقب سالمند، مراقبین سلامت، خانواده، جامعه)

- آموزش شیوه زندگی سالم

- آموزش پیشگیری از سندرم های شایع سالمندی

- غربالگری بیماریهای مزمن (دیابت، فشار خون و...)

- نقش و تاثیر جوانی جمعیت در حفظ و ارتقاء سلامت و کرامت سالمندان

- نقش و اثر گذاری سالمندان در ازدواج به هنگام جوانان

- نقش و اثر گذاری سالمندان در فرزند آوری به هنگام جوانان

- نقش و اثر گذاری سالمندان در ارتباط بین نسلی

- معرفی بسته خدمات مراقبتی سالمندان در واحدهای ارائه دهنده خدمات بهداشتی

- حساس سازی ضرورت سنجش بینایی و شنوایی و تقویت حافظه سالمندان

- کمپین های رسانه ای با هشتک هایی مثل کرامت سالمند، عمر\_با\_کیفیت و.....

**۲-تکریم و مشارکت اجتماعی سالمندان**

- برگزاری برنامه‌های اجتماعی و فرهنگی ویژه سالمندان در راستای ارتقا سلامت سالمندان در چارچوب همکاری های بین بخشی:

- فراهم سازی اجرای برنامه، سخنرانی، ارائه مشاوره و...توسط سالمندان، جهت انتقال تجربیات در خصوص فواید ازدواج به هنگام و داشتن خانواده باشکوه

- برنامه های در ارتباط با تشویق خانواده ها به ارتباط مستمر با سالمند و مراقبت عاطفی

- تهیه مستند یا گزارش های تلویزیونی از زندگی سالمندان موفق (سالم و پویا، مولد و ... در عرصه های زندگی خانوادگی (داشتن خانواده باشکوه و خوش جمعیت موفق) و اجتماعی و منطقه ای و ملی

- برگزاری جشنواره های محلی با حضور سالمندان (مسابقات شعر، خاطره گویی، آشپزی و...)

- دیدار با سالمندان تنها (برنامه های همدلی توسط جوانان، دانش آموزان یا داوطلبین سلامت، سفیران سلامت، مساجد، بسیج مردمی و ...)

- دیدار و تقدیر از سالمندان فعال و موفق از پیشکسوتان علمی، بالینی، ارائه خدمت و دارای خانواده باشکوه و خوش جمعیت، فعال در عرصه جوانی جمعیت،سالمند عضو خانواده شهدا)

- برگزاری فعالیت های ورزشی سبک (یوگا، پیاده روی گروهی)

- برگزاری تورهای زیارتی برای سالمندان داوطلب سلامت

- برگزاری مسابقات غیر رقابتی مانند دارت، شطرنج و ...

- برپایی نمایشگاه های هنری (نقاشی، صنایع دستی و عکسهای قدیمی توسط سالمندان).

- اجرای موسیقی و تئاتر با حضور گروه های سالمند و یا درباره زندگی آنها با تاکید بر آثار خانواده خوش جمعیت.

- کتاب خوانی جمعی یا معرفی کتابهای نوشته شده توسط سالمندان

- برپایی گردهمایی سالمندان در فضای پارکها و فضاهای عمومی و به اشتراک گذاشتن تجربیات زندگی مشترک، داشتن نوه و فرزند آوری برای نسل جوان

**۳- حفظ و ارتقاء سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و سالمندان**

- حساس سازی مسئولین در زمینه شناسایی سالمندان نیازمند به کمک های درمانی، دارویی، اقلام کمک حرکتی و توانبخشی مانند عصا، واکر، عینک، سمعک، ویلچر، تخت، زانو بند، کمربند، توالت فرنگی سیار و.... و کمک به تامین نیازمندی های آنان به صورت محله محور

- انجام ویزیت رایگان سالمندان ساکن مراکز شبانه روزی و خانه های سالمندان

- برپایی ایستگاه های ثابت یا سیار خدمات رایگان مانند: ویزیت پزشکی، دندانپزشکی، مشاوره روانشناسی، غربالگری قند خون، فشار خون، چربی خون