

Program "Senior w roli głównej"

„Senior w roli głównej” to autorski program Głównego Inspektoratu Sanitarnego, który jest kompleksową odpowiedzią na wyzwania zdrowotne związane ze starzeniem się społeczeństwa.

Na podstawie analizy sytuacji demograficznej i epidemiologicznej program identyfikuje priorytetowe obszary wymagające interwencji oraz proponuje działania ukierunkowane na poprawę jakości życia osób starszych.

Cele programu:

- ✓ Wzmacnianie zdrowia i sprawności seniorów.
- ✓ Budowanie świadomości zdrowotnej.
- ✓ Przeciwdziałanie dezinformacji zdrowotnej.
- ✓ Wspieranie samodzielności i poczucia bezpieczeństwa.

Program kładzie nacisk na najważniejsze aspekty zdrowego stylu życia obejmujące m.in.:

- zdrowe odżywianie,
- aktywność fizyczną dostosowaną do wieku i możliwości,
- wspieranie zdrowia psychicznego,
- szczepienia ochronne i badania profilaktyczne.

Realizując program „Senior w roli głównej” chcemy zwiększyć poziom kompetencji zdrowotnych seniorów poprzez dostarczenie wiedzy opartej na dowodach naukowych.

Ufamy, że nasz program może realnie przyczynić się do wzmocnienia samodzielności, sprawczości, a także dobrostanu osób starszych. Co ważne, będzie wspierał zdrowe i odpowiedzialne społeczeństwo, w którym seniorzy odgrywają istotną rolę.

Naszą ambicją jest dotarcie z wiedzą do jak największej grupy seniorów i zaktywizowanie ich do działania na rzecz wzmocnienia swojego zdrowia – fizycznego i psychicznego.

Program jest adresowany do osób w wieku 60+, niezależnie od miejsca zamieszkania, poziomu wykształcenia czy statusu społecznego.

Program „Senior w roli głównej” podkreśla, że osoby starsze odgrywają niezwykle ważną rolę w rodzinie i społeczeństwie, dlatego zasługują na szczególną troskę, wsparcie i dostęp do sprawdzonych informacji. Zachęcamy do udziału w programie wszystkie grupy seniorskie

Strona internetowa programu:

<https://www.gov.pl/web/gis/senior-w-roli-glownej>