

## معرفی کانون شهروند ارشد ( کانون دوستدار سالمند)

پیری فرایندی است که متوقف نمی شود و تنها با داشتن زندگی سالم و مراقبت های ویژه می توان این دوران را به دوران مطلوب و لذت بخش، توأم با سلامتی تبدیل کرد. سلامت سالمندان یکی از مسائل و مشکلات بهداشتی در اکثر جوامع است و مقابله با این مشکلات نیازمند سیاستگذاری و برنامه ریزی های دقیق و صحیح می باشد. مسلماً اکثر کشور های در حال توسعه که برنامه فراگیر در این زمینه ندارند با مشکلات زیادی مواجه هستند. نیازهای جسمانی در سنین پیری از اهمیت فراوانی برخوردار هستند و مسائل روانی ناشی از سالمندی نیز تحولات بسیاری در روش زندگی این گروه بوجود می آورد. در دوره سالمندی شخص ممکن است بدلیل محدودیت های مربوط به تغییرات پیری برای بدست آوردن نیازهای اساسی به کمک دیگران نیاز داشته باشد. لذا آموزش بهداشت و شیوه زندگی سالم به سالمندان و افراد خانواده آنان امر مهمی است که می تواند بسیاری از مشکلات ناشی از تغییرات پیری را کنترل و یا به تعویق انداخته و سلامتی سالمندان را حفظ نماید. فعالیتهای فرایند سالمندان در راستای ایجاد حساسیت و بالا بردن آگاهی عموم در زمینه مراقبتهای مرتبط با سالمندی می باشد. در همین راستا تشکیل کانون های دوستدار سالمند در سرلوحه فعالیت های شبکه های بهداشت قرار گرفته است.

### هدف کلی از تشکیل کانون شهروند ارشد: ( دوستدار سالمند)

این کانون با هدف تامین حفظ و ارتقای سلامت جسمی، روانی و معنوی سالمندان (گروههای سنی ۶۰ سال به بالا) به منظور بهره مندی آنان از کیفیت زندگی بهتر ایجاد شده و فراهم ساختن امکان تداوم حضور سالمندان در جامعه، فراهم ساختن امکان مشارکت موثر و کارآمد سالمندان در برنامه های مربوط به این گروه جمعیتی، امکان انتقال مهارت حل مسائل و مشکلات سلامت سالمندان به همسالان در زمینه تغذیه، ورزش و در کل بهبود شیوه زندگی، استفاده از کامپیوتر و ثبت اطلاعات شخصی، استفاده از کارتهای اینترنتی، فعالیتهای فرهنگی، ایجاد شرایط توانبخشی برای سالمندان با مشارکت بین بخشی، ارائه مراقبت ها و آموزشهای لازم، تقویت روحیه خود باروری و اعتماد به نفس و... ایجاد شده است.

**\* افراد بالای ۶۰ سال ( آقایان و خانم ها ) می توانند در صورت تمایل به محل کانون مراجعه نموده و بصورت رایگان از خدمات آموزشی ، ورزشی ، فرهنگی ، تفریحی و برنامه های مربوط به مناسبت ها و بزرگداشت روز جهانی سالمندو.. استفاده نمایند .**

### شرح وظایف :

- الف- ایجاد بستر مناسب برای جلب مشارکت افراد سالمند
- ب- برنامه ریزی، سازماندهی، حمایت، هدایت و مشارکت در اجرای طرحهای مختلف فرهنگی، هنری، اجتماعی، ورزشی و آموزشی در کانون
- ج- فراهم آوردن فرصت ها و امکانات، ایجاد مشارکت و گردآوری نظرات اعضاء در مورد طرح ها، برنامه ها و مسایل مربوطه
- د- استفاده از توان علمی، تخصصی و آموزشی سالمندان در ارتقای سطح سلامت خود و گروه سالمندان
- ه- نهادینه نمودن و برقراری ارتباط مستمر مردمی و مشارکت جمعی با متولیان مدیریت شهری و ...
- و- ارتقای سطح آگاهی و توانایی سالمندان به منظور بهبود بخشیدن شیوه زندگی
- ز- آشنایی و آموزش خانواده های دارای سالمند با مشکلات دوران سالمندی و مراقبت از آنها. شرایط

آدرس: خیابان آتش نشانی روبروی آتش نشانی مرکز سلامت شهید باهنر - کانون شهروند ارشد ( کانون

دوستدار سالمند )

تلفن: ۵۲۲۳۹۰۷۸



تمام شهروندان ارشد (افراد بالای ۶۰ سال آقا و خانم) جمعیت تحت پوشش شهرستان میانه می توانند در صورت تمایل به محل کانون مراجعه نموده و ثبت نام نمایند و از خدمات آموزشی و تفریحی، فرهنگی و برنامه های مربوط به مناسبت ها و بزرگداشت روز جهانی سالمند و.. بصورت رایگان استفاده نمایند. حضور هریک از اعضای خانواده در کنار سالمند ان خود در این جلسات بلامانع می باشد.