

## دانشگاه سومین نسل سنی (U3A) معروف به دانشگاه سالمندان

توانمند سازی سالمندان یکی از مداخلات موثر و مهم در بهبود وضعیت سلامت و کیفیت زندگی آنان است. از راهکارهای جهانی موفق در توانمندسازی سالمندان، تاسیس مراکز و دانشگاههای آموزشی ویژه سالمندان است. این مراکز تحت عنوان **دانشگاه سومین نسل سنی (U3A) معروف به دانشگاه سالمندان** مشغول فعالیت هستند. گروه هدف این مراکز، افراد گروه سنی حوالی ۶۰ سال و بالاتر می باشد. در همین راستا اداره سالمندان وزارت متبوع، راه اندازی **مدل بومی U3A** در کشور را در دستور کار قرار داده است که از جمله اهداف آن ارائه آموزش ها در حوزه های منتخب ( تغذیه، سلامت روان، سلامت ذهن، فعالیت بدنی، مشکلات شایع سالمندی ) توسط اساتید مجرب در حوزه ی سالمندیمی باشد.

نظر به هماهنگی به عمل آمده با دانشگاه علوم پزشکی مجازی، این آموزش ها از ۷ مهر ماه با تواتر هفته ای یکبار، از ساعت ۱۸ لغایت ۱۸/۳۰ روزهای پنجشنبه از طریق لینک اختصاصی <https://vc1.vums.ac.ir/salmand> برگزار خواهد شد. لذا بدینوسیله مراتب به نحو مقتضی به اطلاع کلیه سالمندان بزرگوار و ارائه دهندگان محترم خدمات تحت پوشش این شهرستان رسانده می شود.