

# Międzynarodowy Dzień Osób Starszych

Data publikacji: 1.10.2023 15:40

„Starzy ludzie i dzieci wiedzą, jak żyć. Ci, którzy stoją na początku i na końcu drogi, bawią się najlepiej. Mają w nosie, co myślą inni. Albo są za młodzi, żeby wiedzieć, że powinni się tym przejmować, albo za starzy, żeby ich to obchodziło.” Regina Brett

Fot: ilustracyjne /pixabay.com

14 grudnia 1990 roku Zgromadzenie Ogólne Organizacji Narodów Zjednoczonych (ONZ) uchwaliło obchody Międzynarodowego Dnia Osób Starszych na dzień 1 października każdego roku. Celem święta jest przełamanie różnych stereotypów dotyczących ludzi starszych i starzenia się, a także wyeliminowanie dyskryminacji seniorów w pracy, placówkach medycznych itp.

Jak możemy przeczytać w Wikipedii: „Pojęcie starości w znaczeniu medycznym to ogół zmian biologicznych zachodzących w ciele człowieka (głównie zużycie narządów i zmniejszona regeneracja komórek) w wieku starszym (tzw. trzeci wiek) czyli po 60–65 roku życia. W okresie starości ustaje intensywne odbudowywanie komórek, organizm jest mniej odporny na choroby, a układ nerwowy jest mniej aktywny. Tkanki ludzkie stają się odwodnione i mniej elastyczne. Obecnie w rozwiniętych społeczeństwach ludzie przeżywają 70–90 lat, rekordziści dożywają 120 lat, przy czym statystycznie dłużej żyją kobiety.”

Międzynarodowy Dzień Osób Starszych to wyjątkowy symbol pamięci i wdzięczności kierowany do ludzi, którzy pamiętają urok wielu lat, którego celem jest integracja środowiska senioralnego oraz umocnienie więzi międzypokoleniowych. Obchody Międzynarodowego Dnia Osób Starszych to głównie Działania mające na celu zwrócenie uwagi na szeroko pojęte zdrowie ludzi starszych, podniesienie jakości życia seniorów i zwrócenie uwagi na problemy ich dotyczące oraz podejmowania przy tej okazji próby wzmocnienia więzi pokoleniowych, jak i integrowania środowiska seniorów.

1 października obchodzimy Międzynarodowy Dzień Osób Starszych, 20 października obchodzimy Europejski Dzień Seniora, a 14 listopada przypada Światowy Dzień Seniora.

Osoby starsze, których w naszym środowisku żyje wiele powinny zasługiwać na pamięć nie tylko w te trzy dni w roku ale każdego dnia. Pamiętajmy o nich i ich rodzinach.

AK