

ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ЗДОРОВЬЯ

Во всем мире этот праздник стали отмечать после официального провозглашения Генеральной Ассамблеей ООН 1 октября -Международный день пожилых людей.



Поэтому и в 2016 году этот праздник отмечают 1 октября.

Пожилыми называют людей, достигших пенсионного возраста. В России этот возраст для мужчин наступает в 60 лет, а для женщин – в 55. В нашей стране число людей пожилого возраста достигло около 20,7% от общего населения.

Выход на пенсию является сильнейшим стрессовым фактором для человека, ведь с этого момента его жизнь кардинально меняется. У него прекращается трудовая деятельность, в связи с чем он лишается возможности самореализации. Материальное положение резко ухудшается, ведь размер минимальной пенсии по старости в нашем государстве весьма низок.

Если человек здоров, бодр, полон сил, активно участвует в общественной, спортивной жизни, тогда старость для него – понятие условное. При желании даже в пожилом возрасте люди способны жить полноценно. И ни в коем случае нельзя прислушиваться к тем, кто говорит, что в вашем возрасте время уже упущено, «не делайте того-то, пусть молодые этим занимаются», «поберегите себя, вам же это вредно» и т.д.

Празднование Дня пожилого человека, традиции

Невозможно убежать от старости, но продлить счастливые годы жизни можно всегда. Некоторые чувствуют, что старость приближается уже в 40-50 лет, но всегда есть те, кто ощущают себя молодыми и в 80.

Только от нас самих, от наших установок и желаний зависит то, когда придет наша старость, и придет ли она вообще. Научиться правильному образу жизни можно в любом возрасте.

Празднование Дня пожилого человека очень важное событие для россиян. Оно помогает нам поддержать и поблагодарить пожилых людей, показать, что они нам очень дороги и мы ценим их за то, что они сделали для подрастающего поколения и то, что они делают для нас сейчас.



С выходом на пенсию жизнь не заканчивается, а лишь дает возможность наконец реализовать себя в том, на что раньше не хватало времени и с успехом применить свои таланты, мудрость и интеллект !

