С 30 сентября по 6 октября проходит неделя пожилого человека (в честь Международного дня пожилого человека 1 октября).

⁣

Одной из национальных целей развития Российской Федерации является сохранения населения. Ключевой показатель – увеличение продолжительности жизни до 78 лет в период до 2030 года. Для достижения этих целей был разработан федеральный проект «Старшее поколение» национального проекта «Демография».

⁣

Очень важно сохранять здоровье и активность в пожилом возрасте. Многие вопросы, которые кажутся доступны только молодым, сегодня могут быть доступны и людям старших возрастов.

⁣

Особое внимание необходимо уделять вопросам профилактики остеопороза, снижения сенсорных функций (слух, зрение), когнитивных нарушений, снижения мышечной массы и падений пожилых и бытового травматизма.

⁣

1 октября отмечается Международный день пожилого человека. Сердечно поздравляя представителей старшего поколения с праздником, мы хотим напомнить о принципах активного долголетия.

