



Zgromadzenie Ogólne Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) w 1948r. Obchodzone jest corocznie od 1950 w dniu **7 kwietnia**, w rocznicę powstania WHO. Jego celem jest zwrócenie szczególnej uwagi na najbardziej palące i zaniedbane problemy zdrowotne społeczeństw na świecie. Światowy Dzień Zdrowia odbywa się co roku pod innym hasłem.

Tematem Światowego Dnia Zdrowia w 2012 roku jest „Starzenie się i zdrowie”

Według szacunków WHO, na przestrzeni 2000-2050 roku populacja ludzi w wieku 60 lat i więcej potroi się z 600 milionów do 2 miliardów. Problem starzejących się społeczeństw dotyka wszystkie kraje, ale najbardziej jest widoczny w państwach słabo rozwiniętych – tam liczba ludzi starszych wzrośnie z 400 milionów do 1,7 miliarda. Ta zmiana demograficzna będzie miała znaczący wpływ na zdrowie publiczne. Dlatego też Światowy Dzień Zdrowia 2012 koncentruje się na „zdrowym starzeniu się” a inicjowane tego dnia przez WHO działania będą zwracać uwagę na bezcenny wkład osób starszych w funkcjonowanie społeczeństwa i gospodarkę oraz na związane z wiekiem problemy zdrowotne.

Cel operacyjny nr 9 Narodowego Programu Zdrowia zakłada „tworzenie warunków do zdrowia i aktywnego życia osób starszych” a jednym z priorytetów do osiągnięcia przed 2015 rokiem jest „zmniejszenie występowania niepełnosprawności, chorób przewlekłych i przedwczesnych zgonów w populacji osób powyżej 60 roku życia i zwiększenie liczby lat wolnych od niepełnosprawności” Realizacja powyższego celu jest zgodna z koncepcją starzejącego się społeczeństwa.

8 KROKÓW DO ZDROWEGO STARZENIA SIĘ

- **Dostosowana do wieku dieta**
- **Aktywność fizyczna**
- **Ciągle uczenie się**
- **Aktywny udział w życiu społecznym**
- **Praca w wolontariacie**
- **Korzystanie z nowych technologii**
- **Dostęp do usług zdrowotnych i socjalnych**
- **Życie w nie zanieczyszczonym środowisku**

LUDZIE AKTYWNI FIZYCZNIE I UMYSŁOWO DŁUGO POZOSTAJĄ MŁODZI.

