

Мероприятие, посвященное Международному ДНЮ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ



Подготовила
старший воспитатель
Филиппова А.Л.

Отмечать «День престарелых» предложил в 1947 году Масао Кадоваки, староста небольшой деревни.

Собрали совет старейшин и утвердили: «Улучшим жизнь в деревне, учась мудрости у стариков, уважая их и перенимая их опыт».

С 1964 года название было изменено на «День пожилых людей». А с 1966 года день стал национальным праздником – Днем почитания пожилых людей



**14 декабря 1990 года
Генеральная Ассамблея
ООН постановила считать**

1 октября

**Международным днём
пожилых людей**

С 1 июня 1992 года –

1 октября

**День пожилых людей в
России**





1 октября проходят различные фестивали в защиту прав пожилых людей, конференции и конгрессы, посвященные их правам и их роли в обществе. Общественные организации и фонды устраивают в этот день различные благотворительные акции

Геронтология

- (от др.-греч. γέρων — «старик» и λόγος — «знание, слово, учение») — наука, изучающая биологические, социальные и психологические аспекты старения человека, его причины и способы борьбы с ним (омоложение). Возникла около века назад.



ДОЛГОЖИТЕЛИ РОССИИ

«В России живут 37 тысяч человек старше 100 лет, более 700 тысяч – старше 90, 34 миллиона людей старше 60 лет... Почти 7 миллионов людей старше 80 лет» - сообщила главный внештатный гериатр Минздрава, директор Российского геронтологического научно-клинического центра РНИМУ имени Н.И. Пирогова, член-корреспондент РАН Ольга Ткачева в ходе круглого стола в Совете Федерации



Телеграфистка Вера Лунева – 100 лет.
Фото – сайт администрации г. Пятигорска

ДОЛГОЖИТЕЛИ РОССИИ



Нану Шаова – 127 лет

По официальным сведениям, старейшая жительница РФ проживает в Баксанском районе Кабардино-Балкарской Республики. В этом году она праздновала свое 127-летие. Вся ее жизнь прошла в селе Заюково, в переводе с кабардино-черкесского языка означающее «кизиловая долина»

ДОЛГОЖИТЕЛИ РОССИИ

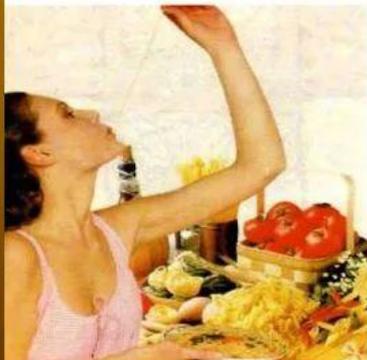


Жительница Выборга получила в 2005 году звание самой пожилой россиянки. Мария Петровна Стрельникова родилась во времена Александра III и прожила долгие 115 лет. 81 год из них она работала официально, при этом поставив на ноги семерых собственных детей

СЕКРЕТ ДОЛГОЛЕТИЯ

Рациональное питание

- пища, сбалансированная по макро- и микроэлементам
- правильный баланс в рационе питания растительной и животной пищи
- необходимость пищевых волокон
- регулярность и своевременность питания
- восполнение недостатка макро- и микроэлементов



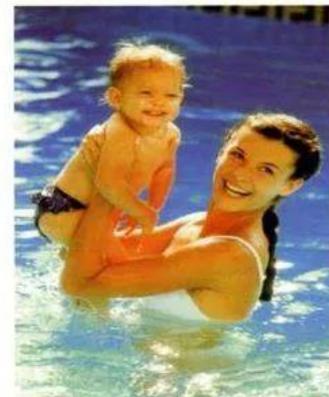
Преодоление вредных привычек

- алкоголизм
- наркомания
- токсикомания
- курение
- азартные (игровые автоматы) и компьютерные игры



Повышение защитных сил организма

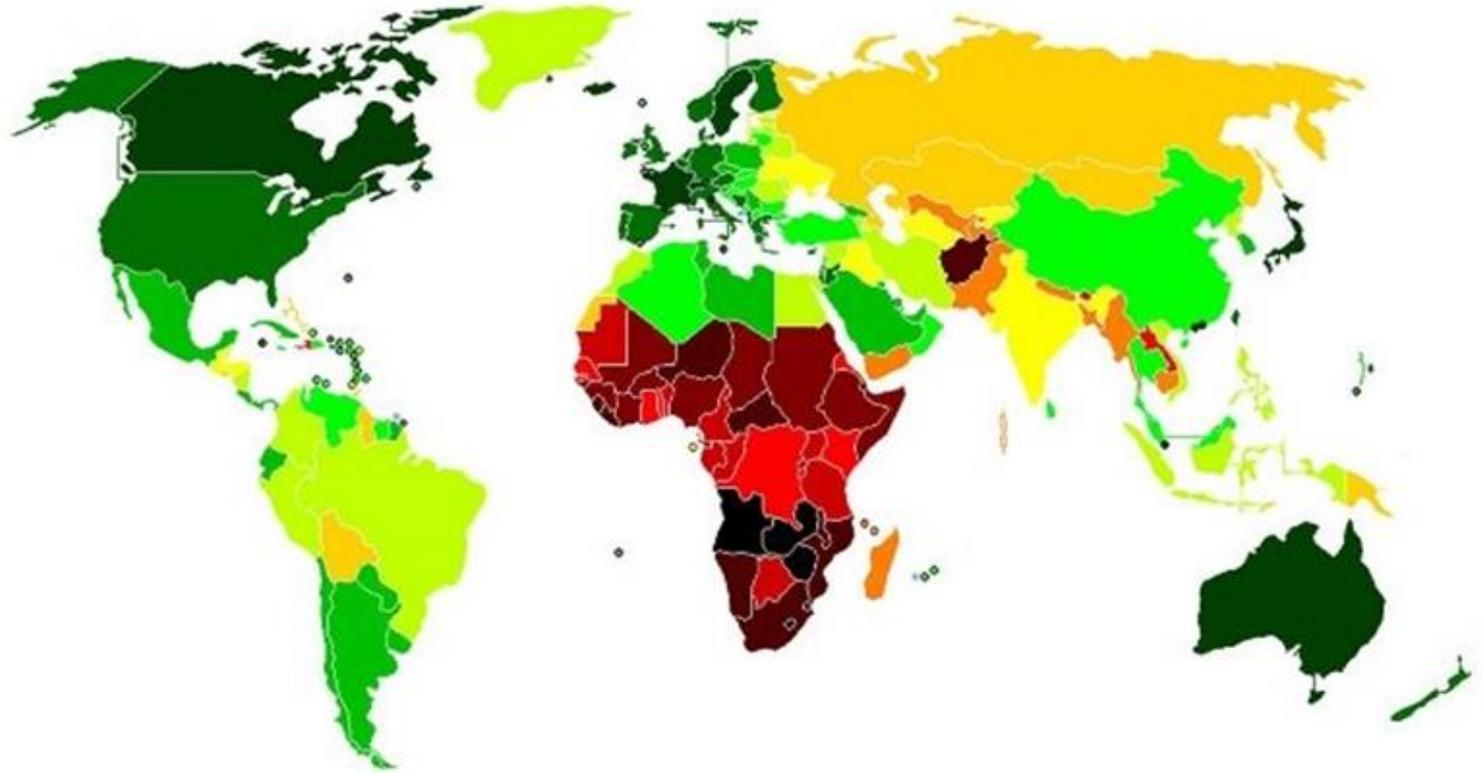
- закаливание, солнечные ванны, водные и воздушные процедуры, сауна
- массаж
- применение витаминов, адаптогенов, иммуностимуляторов



СРЕДНЯЯ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЖИЗНИ В РАЗНЫХ СТРАНАХ

Карта ожидаемой продолжительности жизни в государствах членах ООН по состоянию на

■ более 80	■ 60 - 65
■ 77.5 - 80	■ 55 - 60
■ 75 - 77.5	■ 50 - 55
■ 72.5 - 75	■ 45 - 50
■ 70 - 72.5	■ 40 - 45
■ 67.5 - 70	■ менее 40
■ 65 - 67.5	■ нет данных



ПРАЗДНИЧНЫЙ КОНЦЕРТ

В Международный день пожилых людей все внимание обращено к людям старшего поколения: бабушкам и дедушкам, возрастным соседям по дому, старшим коллегам по работе. Этот день напоминает нам о том, что старшим нужно помогать и уважать их. Не зря его второе название – День добра и уважения.

В ОДОД ГБОУ № 18 Санкт-Петербурга в честь Дня пожилых людей воспитателем средней группы Лыуровой С.И. была проведена беседа с детьми, дошкольники охотно делились историями о своих бабушках и дедушках. Дети старшей и подготовительной групп под руководством воспитателей Филипповой А.Л., Пузанской М.М., Фомченковой Е.С. и музыкального руководителя Журавлевой О.Г. подготовили для старшего поколения замечательный праздничный концерт



*Дети старшей и подготовительной групп
ОДОД ГБОУ средняя школа №18*

*Санкт-Петербурга с приглашенными бабушками и дедушками на
праздничный концерт, посвященный Международному дню пожилых
людей*



- Вы заслужили уважение,
И до земли вам всем поклон,
Всех пожилых мы поздравляем
С прекрасным светлым этим днем!
Желаем счастья вам, здоровья,
И в жизни долгих-долгих лет,
Не знать печали вам и горя,
Счастливо жить, не зная бед!



**Спасибо за
внимание!**

