



دبیرخانه شورای ملی سالمندان

# سالمندان در آینه رسانه‌ها

دبیرخانه شورای ملی سالمندان



وزارت تعاون کار و رفاه اجتماعی  
سازمان بهزیستی کشور  
شورای ملی سالمندان

[www.snceir](http://www.snceir)



دبیرخانه شورای ملی سالمندان

# سالمندان در آینه رسانه‌ها دبیرخانه شورای ملی سالمندان



[www.snceir](http://www.snceir)

# لیست سایتهای فعال خبری

مجموعه حاضر، حاصل جستجو در ۳۰ سایت فعال خبری به شرح ذیل است. این جستجو برای تمام کلید واژه های مرتبط با گروه های هدف و فعالیت های سازمان بهزیستی صورت گرفته است.

- ۱- واحد مرکزی خبر
- ۲- باشگاه خبرنگاران جوان
- ۳- خبرگزاری ایرنا (خبرگزاری جمهوری اسلامی ایران)
- ۴- خبرگزاری ایسنا (خبرگزاری دانشجویان ایران)
- ۵- خبرگزاری ایلنا (خبرگزاری کار)
- ۶- خبرگزاری مهر
- ۷- خبرگزاری فارس
- ۸- خبرگزاری آنا (خبرگزاری دانشگاه آزاد)
- ۹- خبرگزاری پانا (کانون دانش آموزی)
- ۱۰- خبرگزاری ایکنا (خبرگزاری قرآنی ایران)
- ۱۱- خبرگزاری موج
- ۱۲- خبرگزاری زنان
- ۱۳- حیات
- ۱۴- خبرگزاری شبستان
- ۱۵- عصر ایران
- ۱۶- تابناک
- ۱۷- دادنا
- ۱۸- فردا نیوز
- ۱۹- شبکه خبر دانشجوی
- ۲۰- آفتاب نیوز
- ۲۱- سایت خبری تحلیلی شهر
- ۲۲- رجانیوز
- ۲۳- امید نیوز
- ۲۴- پایگاه خبری الف
- ۲۵- خبر آنلاین
- ۲۶- خبرگزاری برنا
- ۲۷- خبرگزاری ایبنا
- ۲۸- جهان نیوز
- ۲۹- سلامت نیوز
- ۳۰- خبر خودرو
- ۳۱- پایگاه خبری قانون
- ۳۲- روزنامه ایران سپید
- ۳۳- پایگاه خبری مهرخانه
- ۳۴- خبرگزاری نسیم



دبیرخانه شورای ملی سالمندان

سالمندان در آینه رسانه‌ها



اخبار مرتبط با

ارگانهای عضو شورای ملی سالمندان

سازمان مدیریت و برنامه ریزی  
سازمان صدا و سیما  
سازمان تربیت بدنی  
سازمان بازنشستگی کشوری  
سازمان تأمین اجتماعی نیروهای مسلح  
سازمان تأمین اجتماعی  
(کمیته امداد امام خمینی (ره))

وزارت بهداشت، درمان  
سازمان بهزیستی کشور  
وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی  
وزارت مسکن و شهرسازی  
وزارت امور اقتصادی و دارایی  
وزارت کشور  
وزارت بازرگانی  
وزارت جهاد کشاورزی

[www.snceir](http://www.snceir)

## جزئیات افزایش سالانه حقوق مستمری بگیران / افزایش مستمری بازنشستگان منوط به تصویب هیئت وزیران

مدیرکل مستمری بگیران سازمان تامین اجتماعی با اشاره به اینکه تناسبی میان افزایش حقوق بازنشستگان و کارگران وجود ندارد، گفت: افزایش مستمری بازنشستگان باید به تصویب هیئت وزیران برسد.

منصور آتشی در گفتگو با خبرنگار مهر در خصوص مستمری بازنشستگان تحت پوشش این سازمان گفت: مستمری بازنشستگان متأثر از دو عامل سابقه و پرداخت حق بیمه بر اساس آخرین دستمزد است که بر این اساس هر چقدر دستمزد این افراد بیشتر و سابقه آنها نیز بالا باشد، به طبع مستمری بیشتری نیز دریافت می کنند.

وی با اشاره به اینکه مستمری بازنشستگان طی ۵ سال گذشته از افزایش نسبی برخوردار بوده است، افزود: در سال ۸۸، ۲۰ درصد، ۸۹، ۶ درصد، ۹۰، ۱۰ درصد، ۹۱، ۱۸ و در سال ۹۲ نیز مستمری ها ۲۵ درصد افزایش یافته است و هنگامیکه میزان حداقل دستمزد کارگر عادی افزایش پیدا کند، متناسب با آن مستمری بازنشستگان نیز زیاد می شود.

به گفته مدیرکل مستمری بگیران سازمان تامین اجتماعی، مشکلی که در این خصوص وجود دارد این است که افرادی که مشارکت کمی دارند یعنی حق بیمه کمتری بر اساس آخرین دستمزدشان پرداخت کرده اند، حداقل حقوق را دریافت می کنند و افرادی که مشارکت بیشتری داشته اند دستمزد بالاتری می گیرند و در مجموع ۲۵ درصد در سال جاری مبلغ مستمری ها افزایش پیدا کرده است.

آتشی بیان کرد: زمانیکه در میزان افزایش مستمری و دستمزد کارگران اختلاف وجود دارد، مشکلاتی ایجاد می شود بطوریکه در سال ۸۹ افزایش حداقل دستمزد کارگری ۱۵ درصد اما همان سال مستمری بگیران ۶ درصد فقط از افزایش حقوق برخوردار شدند که این امر نشان می دهد که آن بخشی از جامعه که به دلیل کمبود مشارکت حداقل مستمری را دریافت می کنند استحقاق قانونی آنان حداقل نیست، اما در اینجا ماده ۱۱۱ قانون تامین اجتماعی به کمک آنها می آید و مستمری شان به حداقل می رسد.

وی با اشاره به اینکه تفاوت در افزایش مستمری کارگران و بازنشستگان مشکلاتی ایجاد می کند، گفت: با این تفاوت موازنه بهم می خورد و چنانچه این اتفاق طی چهار پنج سال متوالی رخ دهد، افرادی که استحقاق کمتری دارند مستمری کمتری دریافت می کنند که این موضوع خوشایند نیست.

مدیرکل مستمری بگیران سازمان تامین اجتماعی در پاسخ به اینکه چرا حداقل افزایش مستمری بازنشستگان مطابق با نرخ تورم نیست، گفت: نرخ تورم باید از سوی بانک مرکزی انجام شود، ولی همه عوامل باید تابع آن باشند.

آتشی تصریح کرد: در حال حاضر حق بیمه ای که از کارگر و کارفرما دریافت می شود، ۳۰ درصد است و اگر قرار باشد نرخ تورم در سال جاری به عنوان مثال ۳۰ درصد اعلام شود و ما بخواهیم مستمری ها را نیز به همین میزان افزایش دهیم لازمه آن این است که افزایش حداقل دستمزد کارگران را نیز ۳۰ درصد افزایش دهیم.

وی با اشاره به اینکه مهمترین منبع ورودی و درآمد سازمان حق بیمه است، اضافه کرد: چنانچه شورای عالی کار دستمزد کارگران را به عنوان مثال ۱۰ درصد زیاد کند و ما نیز مستمری ها را نیز ۴۰ درصد افزایش دهیم در این شرایط تناسب بهم می خورد و اگر محاسبات بیمه ای بهم بخورد صندوقها دیگر قادر به ادامه حیات نیستند.

آتشی به ماده ۹۶ قانون تامین اجتماعی اشاره کرد و گفت: در ماده ۹۶ در خصوص افزایش دستمزد آمده است که سازمان تامین اجتماعی مکلف است متناسب با افزایش هزینه های زندگی، دستمزدها را تعیین کند و اینجا تورم قید نشده و در ادامه عنوان شده که این ماده باید به تصویب هیئت وزیران برسد.

مدیرکل مستمریهای سازمان تامین اجتماعی با اشاره به اینکه در بحث افزایش مستمری ها مهمترین نکته تصویب هیئت دولت است، تاکید کرد: تمامی صندوقهای بیمه ای برای اجرای افزایش مستمری متأثر از ابلاغ این نرخ از سوی هیئت دولت هستند ولی در مجموع افزایشها باید متناسب با وضعیت ورودی های سازمان باشد.

آتشی در مورد عدم تناسب میان افزایش سالانه مستمری بازنشستگان و دستمزد کارگران، گفت: این موضوع را شورای عالی کار باید پاسخ دهد، اما در مجموع می توان گفت که شاید یکی از دلایل آنان در عدم تناسب میان افزایش مستمری بازنشستگان و دستمزد کارگران، این باشد که اگر دستمزد کارگران نیز افزایش زیادی داشته باشد به تناسب کارفرما باید حق بیمه بیشتر و حقوق بیشتری پرداخت کند که در این صورت هزینه های تولید بالا رفته و ورودی ها و خروجی های آنها نیز بر هم می خورد و مبادرت به اخراج کارگر خواهند کرد و بر همین اساس است که سالانه این دو افزایش متناسب با یکدیگر نیست و فقط به نرخ تورم نگاه نمی شود.

به گفته وی، در صورتیکه فقط به تورم نگاه شود آثار سوء این موضوع بر پیکره اقتصادی جامعه بیشتر خواهد بود که یکی از این آثار افزایش نرخ بیکاری است.

کد خبر: ۲۲۱۲۸۰۰

## عیدی بازنشستگان تامین اجتماعی یک ماه زودتر پرداخت می شود

مدیرعامل سازمان تامین اجتماعی گفت: براساس برنامه ریزی های صورت گرفته، امسال عیدی نزدیک به ۲ میلیون بازنشسته و مستمری بگير یک ماه زودتر پرداخت خواهد شد.

به گزارش خبرگزاری مهر، دکتر سیدتقی نوربخش افزود: هنوز رقم عیدی مستمری بگيران و بازنشستگان تامین اجتماعی تعیین نشده است اما سازمان تامین اجتماعی این آمادگی را دارد که پس از تعیین شدن مبلغ عیدی، پرداخت آن را براساس نوبت بندی حروف الفبا از بهمن ماه جاری آغاز کند.

مدیرعامل سازمان تامین اجتماعی در بازدید از روزنامه ایران سپید گفت: انتشار روزنامه ایران سپید برای جامعه نابینایان کشور اقدام ارزشمند و ماندگاری است که مؤسسه فرهنگی مطبوعاتی ایران در حوزه فعالیت های فرهنگی انجام می دهد. دکتر سیدتقی نوربخش حمایت از معلولان و توجه به نیازهای فرهنگی، اجتماعی آنان را از جمله برنامه های دولت عنوان کرد.

نوربخش اظهار داشت: تمامی نابینایان تحت پوشش سازمان تامین اجتماعی به طور رایگان مشترک روزنامه ایران سپید می شوند و هزینه اشتراک سالانه این روزنامه از سوی سازمان تامین اجتماعی پرداخت خواهد شد.

وی ضمن تشریح فعالیت های این سازمان گفت: سازمان تامین اجتماعی حدود ۱۲ میلیون و ۸۰۰ هزار بیمه شده اصلی دارد که با جمع تعداد بیمه شدگان تبعی حدود ۳۷ میلیون نفر را شامل می شود. همچنین حدود ۲ میلیون و ۱۰۰ هزار نفر مستمری بگير سازمان هستند و در کل ۱۴ میلیون از ۲۵ میلیون خانوار ایرانی تحت پوشش سازمان تامین اجتماعی هستند.

به گفته نوربخش متأسفانه سازمان تامین اجتماعی یکسری چالش های ذاتی دارد که به قانون های تأسیس سال ۵۴ مربوط می شود و به کرات هم نقض شده است. امروز با توجه به اینکه ۳۸ سال از این قانون می گذرد تنها یک بار محاسبات بیمه ای سازمان انجام شده که موجب بی تعادلی بین منابع و مصارف شده است.

وی با اشاره به مشکلات ایجاد شده برای سازمان تأمین اجتماعی در دولت پیشین گفت: بخشی از مشکلات سازمان به ۸ سال گذشته برمی‌گردد که یکی از دلایل آن تحمیل وظایف حمایتی به این سازمان بیمه‌ای بود چنانچه در بودجه ۱۱ هزار میلیارد تومانی سازمان، سهم دولت هزار میلیارد تومان بود که در بودجه امسال سازمان نیز این سهم به ۱۵ هزار میلیارد تومان رسید و موجب شد وصولی ما به ۲۳ هزار میلیارد تومان برسد.

مدیرعامل سازمان تأمین اجتماعی با بیان اینکه سرنوشت دو سال اخیر سازمان موضوعی است که چالش‌هایی را برای سازمان ایجاد و تشدید کرده است، گفت: بخشی از این چالش‌ها بعد از روی کار آمدن دولت تدبیر و امید رفع شد و بخش دیگری که آثار جدی در ساختار مالی سازمان ایجاد کرده بود باید به تدریج حل شود. به اعتقاد نوری بخش سازمان تأمین اجتماعی باید به مأموریت اصلی خود که مأموریت و کاری حرفه‌ای است برگردد و از حاشیه‌ها به دور باشد چون یکی از پرحاشیه‌ترین سازمان‌ها در طول یک سال گذشته سازمان تأمین اجتماعی بوده است. وی یادآور شد: در ۸ سال گذشته، ۸ مدیرعامل برای این سازمان تعریف شد در حالی که دولت همان بود و این نشان دهنده این است که حاشیه بر آن تحمیل شده بود. در حال حاضر باید در دولت تدبیر و امید به سمتی پیش رویم که سازمان کار حیاتی و سرنوشت‌ساز و حرفه‌ای خود را انجام دهد و در واقع قانونمداری و برنامه محوری بر آن حاکم شود و پاسخگو باشد.

وی به برنامه‌ها و فعالیت‌های سازمان بعد از دولت تدبیر و امید اشاره کرد و گفت: از ابتدای شروع کار دولت تدبیر و امید گروه‌های راهبردی ۱۰گانه در سازمان تشکیل شد تا بتوانند جدا از حاشیه‌ها برنامه‌های راهبردی تدوین کنند. نخستین برنامه سازمان بحث IT بود که با توجه به اینکه در سازمان تأمین اجتماعی حجم وسیعی از دیتا تولید می‌شود و یک سازمان خدماتی است باید بخشی از خدمات آن نیز به صورت غیرحضوری ارائه شود. چنانچه ما در این مدت کم شاهد فعالیت‌های جدی مثل راه‌اندازی دیتا سنتر سازمان بودیم. همچنین برخی از خدمات غیرحضوری مثل تحویل لیست پرداخت حق بیمه کارفرمایان که در ۶۰ شعبه انجام می‌شود افزایش یافت.

وی به بخش درمان اشاره کرد و گفت: در این بخش فعالیت‌های گسترده‌ای انجام شد که نخستین فعالیت بحث دارو بود. در مقایسه با ۶ ماه گذشته که چالش‌های جدی وجود داشت در حال حاضر علی‌رغم مشکلات خیلی تخفیف پیدا کرده. باید گفت که سازمان با تزریق نقدینگی به بخش خصوصی کشور نقش مهمی را در این زمینه ایفا کرد. همچنین با زیر پوشش بردن ۱۷۰ قلم دارو و برگرداندن نرخ آن‌ها به قبل از افزایش قیمت ارز و تحت پوشش قرار دادن بیماران مثل هموفیلی، تالاسمی و غیره مشارکت جدی از خود نشان داد. چنانچه امروز هیچ داروخانه‌ای از سازمان طلب ندارد.

نوربخش یادآور شد: طرح ۵ بیمارستان جامع در برنامه بودجه پیش‌بینی شده است که این بیمارستان‌ها به صورت پایلوت و هیأت مدیره‌ای فعالیت می‌کنند. همچنین بحث نظام ارجاع داخلی در درمان مستقیم در بودجه پیش‌بینی شده است که براساس آن هر مستمری‌بگیر سازمان از همان ابتدای برقراری مستمری یک پرونده الکترونیک خواهد داشت و در مسائلی مثل اورژانس یا بستری به شبکه داخلی سازمان هدایت می‌شود.

کد خبر: ۲۲۱۳۳۶۶

تاریخ مخابره: ۱۳۹۲/۱۰/۲۳ - ۱۰:۳۸



## طرح تحقیقاتی بررسی وضعیت سلامت سالمندان خراسان جنوبی اجرا می شود

بیرجند - ایرنا - معاون توانبخشی اداره کل بهزیستی خراسان جنوبی از اجرای طرح تحقیقاتی بررسی وضعیت سلامت سالمندان استان در آینده نزدیک خبر داد.

کد خبر: ۸۰۹۹۰۷۷۷ | تاریخ خبر: ۱۳۹۲/۱۰/۲۲ - ۱۱:۲

'عبدالله عباس آبادی' روز یکشنبه در گفت و گو با خبرگزاری جمهوری اسلامی افزود: این طرح با همکاری استانداری، دانشگاه علوم پزشکی، کمیته امداد امام خمینی(ره)، بهزیستی و سایر دستگاه های عضو شورای سالمندان اجرایی می شود.

وی ادامه داد: در صورت تامین اعتبار ۵۰۰ میلیون ریالی این طرح، فاز نخست آن به زودی اجرا می شود.

وی با بیان اینکه خراسان جنوبی دومین استان سالمند کشور است یادآور شد: پیرترین سالمند استان بنا بر سرشماری سال ۹۰، صد سال سن دارد.

وی جمعیت سالمندان خراسان جنوبی را حدود ۷۰ هزار نفر اعلام کرد و گفت: نرخ سالمندی در این استان طبق سرشماری سال ۸۵ به میزان ۹/۴۹ درصد بود که هم اکنون به ۹/۵۱ درصد افزایش یافته است.

وی با بیان اینکه نشستهایی برای تامین اعتبار اجرای طرح بررسی وضعیت سلامت سالمندان استان برگزار شده افزود: در این طرح اطلاعات کشوری در زمینه رفاهی و معیشتی، کار و اشتغال، اسکان، نیازهای مرتبط با سلامت و مشکلات روحی و روانی سالمندان، بومی سازی می شود.

معاون توانبخشی اداره کل بهزیستی خراسان جنوبی، کسب اطلاعات دقیق و چشم اندازی که در مورد سالمندان استان وجود دارد را از اهداف اجرای این طرح ذکر کرد و افزود: در این طرح تفاوت های سالمندان استان با کشور در زمینه ها مختلف از جمله درآمدی، دسترسی به خدمات دارویی، پزشکی و توانبخشی و جمعیت سالمندان استان شناسایی می شود.

عباس آبادی یادآور شد: شورای ملی سالمندان با بسیج دستگاه های مرتبط در امر خدمات رسانی به سالمندان تلاش می کند با سیاستگذاری و ایجاد سیستم یکپارچه و منسجم ، خدمات جامع سالمندی را در کشورمان گسترش دهد و از این طریق به افزایش سطح کیفیت سالمندان و رعایت تکریم و جایگاه اجتماعی آنها کمک کند.

وی گفت: اطلاعات مربوط به موارد بیماری که از سوی سازمان جهانی بهداشت در کشورهای منطقه مدیترانه جمع آوری شده نشان می دهد که شایعترین اختلالات در سالمندان، فشار خون بالا، بیماریهای قلبی، سکته، دیابت، کاهش بینایی، شنوایی و بیماریهای جسمانی و روانی می باشد.

وی گفت: سالمندان نیاز به فعالیت جسمانی، ورزش ، پیروی از رژیم غذایی توصیه شده ، عینک برای مطالعه و سمعک برای شنوایی دارند که این موارد هزینه هایی زیادی را بر آنان تحمیل می کند در حالی که میزان درآمدها به دنبال بازنشستگی کاهش می یابد.

وی افزود: در نظر گرفتن حقوق اجتماعی و سایر امکانات رفاهی برای سالمندان تاثیر بسزایی در افزایش کیفیت زندگی و طول عمر آنان داشته و نشان از توزیع عادلانه خدمات درمانی و آموزشی خواهد داشت. ۱۱۰/۶۶۵



دفترخانه شورای ملی سالمندان

سالمندان در آینه رسانه‌ها

اخبار مرتبط با

اخبار متفرقه مرتبط با سالمندان



WWW.SNCE.IR

دفترخانه شورای ملی سالمندان



www.snce.ir

## راه حلی جدید برای پیشگیری از "آلزایمر"

بیمارانی که دچار علائمی از آلزایمر هستند و شروع علائم خفیف بیماری را دارند مصرف ویتامین E می‌تواند سیر بیماری را کندتر کند.

کد خبر: ۴۷۰۳۷۸۲

تاریخ: ۲۳ دی ۱۳۹۲ - ۰۶:۱۳

دکتر محمدرضا معتمد متخصص بیماری‌های مغز و اعصاب و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران در گفتگو با خبرنگار بهداشت و درمان باشگاه خبرنگاران؛ درخصوص تأثیر ویتامین E بر بیماران آلزایمر گفت: در چندین مطالعه و تحقیقات دیده شده است که مکمل‌های غذایی و دارویی از جمله ویتامین‌ها و بین آن‌ها ویتامین E به عنوان یک عامل در کاهش علائم بیماری موثر است.

وی اظهار داشت: مصرف این ویتامین در واقع نقش پیشگیری کننده در پیشرفت آلزایمر دارد.

وی در ادامه گفت: بیمارانی که دچار علائمی از آلزایمر هستند و شروع علائم خفیف بیماری را دارند مصرف ویتامین E می‌تواند سیر بیماری را کاهش دهد و کسی که کمبود این ویتامین را نداشته باشد شانس ابتلا به آلزایمر در او کمتر است.

این متخصص مغز و اعصاب گفت: این موضوع به آن منظور نیست که مصرف ویتامین E اضافه بر میزان نیاز بدن، بتواند از پیشرفت یا ابتلاء به بیماری آلزایمر جلوگیری کند.

وی در پایان گفت: تحقیقات هنوز درخصوص میزان تأثیر ویتامین E بر بیماران آلزایمر ادامه دارد.

انتهای پیام/

## ۷ خوراکی که "پیرتان" می کند!

روغن‌های صنعتی که در تهیه چیپس‌ها و سایر اسنک‌ها کاربرد دارند، سبب درد شکم و سایر مشکلات گوارشی می‌شود و مصرف آنها باعث می‌شود که افراد کمتر به سوی خوردن میوه و سبزی که پوست را شاداب می‌کنند، بروند.

کد خبر: ۴۷۰۴۱۱۷

تاریخ: ۲۳ دی ۱۳۹۲ - ۰۶:۳۰

به گزارش خبرنگار کلینیک باشگاه خبرنگاران؛ متخصصان تغذیه می‌گویند ۷ غذا وجود دارد که حتما باید از مصرف آنها اجتناب کرد و مخصوصا سالمندان باید از مصرف آنها خودداری کنند

فست فود : لازم نیست در مورد "غذاهای آماده" زیاد صحبت کنیم، چرا که بیشتر افراد در مورد مضرات آنها زیاد شنیده‌اند. تنها یک جمله کافی است. فست‌فود نخورید.

روغن‌های اشباع : از خریدن و خوردن کلوچه‌ها، شیرینی‌ها، فست‌فود و یا هر غذایی که با "روغن‌های اشباع" تهیه شده خودداری کنید تا هم جلوی "بیماری قلبی" را بگیرید، هم جلوی پیری را.

روغن‌های صنعتی : روغن‌های صنعتی که در تهیه چیپس‌ها و سایر اسنک‌ها کاربرد دارند، سبب درد شکم و سایر "مشکلات گوارشی" می‌شود و مصرف آنها باعث می‌شود که افراد کمتر به سوی خوردن میوه و سبزی که پوست را شاداب می‌کنند، بروند.

نیترات‌ها : نیترات‌ها که به میزان زیاد در هات‌داگ‌ها و گوشت‌های نمک‌سود وجود دارند، سرطان‌زا هستند و توصیه می‌شود اگر غذایی که حاوی نیترات‌هاست، مصرف می‌کنید، حداقل از "ویتامین C" بیشتری استفاده کنید تا از تاثیر این مواد روی معده شما کاسته شود.

چربی‌های اشباع حیوانی : این چربی اشباع درون برخی گوشت‌های قرمز پرچرب، پوست مرغ و همچنین در "لبنیات پرچرب" موجود است و بهتر است در مصرف آنها حد تعادل رعایت شود.

میان وعده‌های شور : مصرف میان وعده‌های شور باعث افزایش فشار خون شده و تحقیقات نشان داده مصرف زیاد مواد شور و چرب باعث ابتلا به برخی بیماری‌های مزمن و همچنین پیری پوست می‌شود.

غذاهای فریز شده : این غذاها به طور طبیعی برای سلامت بدن مضر نیستند البته اگر به طور مناسب فریز شوند. اما اگر می‌توانید غذاهای تازه مصرف کنید، خوردن گوشت، غلات و "فیبرها" به صورت تازه که حاوی مقدار بیشتری آنتی‌اکسیدان‌های ضد پیری است، توصیه می‌شود.

منبع : [salamat.ir](http://salamat.ir)

انتهای پیام /

## رئیس کمیسیون اجتماعی مجلس:

### خطر پیر شدن جمعیت در کشور را جدی بگیریم

تهران-ایرنا- رئیس کمیسیون اجتماعی مجلس شورای اسلامی با اشاره به روند رو به رشد پیری در جمهوری اسلامی ایران، گفت: هم اینک ۶ تا هفت درصد جمعیت کشور را افراد بالای ۶۵ سال یعنی حدود هفت میلیون نفر تشکیل می دهند.

کد خبر: ۸۰۹۹۲۱۲۱ | تاریخ خبر: ۱۳۹۲/۱۰/۲۳ - ۸:۳۹

«عبدالرضا عزیزی» روزدوشنبه در گفت و گوی اختصاصی با خبرنگار ایرنا با اشاره به این که افزایش جمعیت سالمندان کشورنگران کننده است، خاطرنشان کرد: اگر این رشد فزآینده با همین روند حرکت کند در سال ۱۴۱۵، ۱۴ درصد جمعیت کشور را سالمندان و افراد بالای ۶۵ سال تشکیل می دهند که این یک هشدار جدی است.

عزیزی افزود: در صورت بی توجهی نسبت به خطرات کاهش جمعیت، قطعاً در سال ۱۴۲۵، ۲۲ درصد مردم ایران بالای ۶۵ سال خواهند بود که به این معناست که جمعیت کشور به سوی سالخوردگی خواهد رفت و از هر چهار نفر یک نفر بالای ۶۵ سال خواهیم داشت که این مسأله یک تهدید جدی و بزرگ است.

**\*\*نیروی انسانی یکی از شاخص های توسعه در هر کشور است**

نماینده مردم شیروان در مجلس شورای اسلامی یکی از شاخص های توسعه در هر کشور را نیروی انسانی آن دانست و افزود: مقام معظم رهبری همواره بر اجرای سیاست های افزایش جمعیت در کشور تاکید دارند و موضوع تهدید نسل و عواقب آن را گوشزد می کنند و در قبال آن بحث ازدیاد نسل و راهکارهای افزایش جمعیت را مطرح می کنند.

عزیزی افزود: پس از این که مقام معظم رهبری بحث تهدید نسل در کشور را مطرح کردند، بلافاصله نمایندگان مجلس در کمیسیون اجتماعی، کمیته تنظیم خانواده را به کمیته حمایت از خانواده تغییر دادند و در حال حاضر نیز در تلاش هستیم که در راستای تحقق افزایش جمعیت و جلوگیری از خطر پیری و سالمندی که یکی از تأکیدات رهبر معظم انقلاب است، اقدامات موثری انجام دهیم.

وی خاطرنشان کرد: بحث تهدید نسل و کاهش جمعیت یکی از خطرات جدی است که اگر توجه ای به آن نشود، خسارات جبران ناپذیری به کشور وارد خواهد آمد.

عزیزی با اشاره به دغدغه های مقام معظم رهبری نسبت به جمعیت کشور گفت: قوه مقننه و مجریه در راستای منویات مقام معظم رهبری در خصوص موضوع ازدیاد جمعیت باید اقدامات جدی تری انجام دهند.

**\*\*تسهیل ازدواج انگیزه ایجاد زندگی مشترک را افزایش می دهد**

عزیزی، آسان کردن زمینه ازدواج جوانان و پرداخت به موقع وام ازدواج به زوجین را از راهکارهای ترغیب جوانان به شروع زندگی مشترک عنوان کرد.

وی گفت: وقتی جوانان ما به طور مثال سه سال در نوبت وام ازدواج قرار دارند، طبیعی است که رغبت و انگیزه برای تشکیل زندگی مشترک از سوی آنها کم رنگ می شود.

رئیس کمیسیون اجتماعی مجلس شورای اسلامی با انتقاد شدید از مصوبه دولت مبنی بر این که هر فردی که ازدواج کند، ۵۰ میلیون تومان وام مسکن به وی تعلق می گیرد، اظهار داشت: 'افرادی هستند که دو سال در نوبت وام ازدواج و وام مسکن بوده اند و هنوز خبری از وام آنها نشده است'.

عزیزی افزود: 'بجای این مصوبه ها دولت باید ابتدا به وعده های قبلی خود عمل کند و وام های در انتظار مانده را محقق کند، سپس به فکراعطای وام مسکن ۵۰ میلیون تومانی باشد؛ البته نمایندگان مجلس در این خصوص تذکرات لازم را خواهند داد'.

وی گفت: سال گذشته با امضای ۵۰ تن از نمایندگان مجلس، طرح دوفوریتی را به مجلس آوردیم تا مبلغ هزارمیلیارد تومان به صورت قرض جهت اعطای وام ازدواج در اختیار صندوق مهر امام رضا(ع) قرار گیرد اما متأسفانه این طرح به کمیسیون برنامه و بودجه رفت و به سختی کلیات آن تصویب شد و از آن زمان تاکنون خبری در این زمینه نشده است.



عزیزی با اشاره به این که جوانان کشورمان همواره در پیچ و خم های انقلاب اسلامی در صحنه های جنگ، علم و دانش و حماسه سیاسی، نقش آفرینی های گسترده ای انجام داده اند، خاطرنشان کرد: متأسفانه وقتی صحبت از اشتغال، ازدواج و مسکن جوانان می شود، فقط شعار می دهیم بدون آن که به آن عمل کنیم.

وی با اشاره به بودجه ۱۹۷ هزارمیلیارد تومانی دولت اظهار داشت: در کمیسیون اجتماعی مجلس مصوب کردیم برای وام ازدواج جوانان مبلغ سه هزار میلیارد تومان در نظر بگیرند که آن را به کمیسیون تلفیق داده ایم.

عزیزی با ابراز امیدواری برای تأیید این مصوبه، گفت: این موضوع، حداقل کاری است که می توان در راستای تحقق فرمایشات رهبر معظم انقلاب انجام داد.

وی، اظهار داشت: اگر ما نسبت به آنچه شعار می دهیم، عمل کنیم و ۳۰ درصد از مطالبات مقام معظم رهبری را در امور مختلف جامع عمل ببوشانیم، بسیاری از مشکلات کشور برطرف خواهد شد.

عزیزی گفت: باید با فراهم کردن بسترهای لازم و اعمال سیاست های تشویقی افزایش جمعیت، جوانان را ترغیب به ازدواج و فرزندآوری کنیم.

رئیس کمیسیون اجتماعی مجلس شورای اسلامی، امنیت شغلی و درآمد مکفی را یکی از راهکارهای ترغیب خانواده ها به ازدواج و فرزندآوری بیشتر عنوان کرد و گفت: در صورتی که بسترهای اقتصادی و شغلی مردم فراهم شود، قطعاً خانواده ها نسبت به فرزندآوری روی خوشی نشان می دهند.

عزیزی در ادامه بر لزوم آگاه کردن خانواده ها نسبت به عواقب و خطرات تک فرزندی تأکید کرد.

وی گفت: باید به خانواده ها هشدار داد که با آلودگی هوا، زندگی صنعتی، افزایش مرگ و میر ناشی از تصادفات، بیماری ها و سرطان، در حال حاضر نمی شود به یک یا دو فرزند اکتفا کرد؛ ضمن این که افزایش تک فرزندی در خانواده ها سبب می شود فرزندان از داشتن عمه، خاله، دایی و عمو محروم بمانند که این کمبود در آینده تأثیرات منفی روانی بر افراد خواهد گذاشت.

## کنترل بیماری‌ها نقش مهمی در ارتقا کیفیت زندگی سالمندان دارد

ایلام-ایرنا- کارشناس بهداشت خانواده مرکز بهداشت شهرستان ایلام گفت: کنترل بیماری‌ها نقش مهمی در افزایش کیفیت زندگی افراد سالمند دارد.

کد خبر: ۸۰۹۹۲۱۶۰ | تاریخ خبر: ۱۳۹۲/۱۰/۲۳ - ۹:۵

'کلثوم مومنی' روز دوشنبه در گفت و گو با خبرنگار ایرنا اظهار کرد: حفظ سلامت روان سالمندان در دنیای مدرن امری یکی از امور مهم و اساسی است.

وی افزود: دنیا در حال پیرشدن است و کشورهای پیشرفته با کنترل موالید و ارتقا سطح بهداشت جامعه خود سال‌هاست که با این پدیده آشنا هستند.

وی ادامه داد: سلامت روان در سالمندی بستگی به چگونگی مواجهه با تغییرات بدن در این دوران دارد.

مومنی گفت: این بدان معنا نیست که افراد مسن هیچ بیماری یا مشکلی را تجربه نمی‌کنند بلکه منظور آن است که کنترل و درمان به موقع علائم و بیماری‌ها منجر به افزایش کیفیت زندگی خواهد شد.

وی افزود: بیماری‌های روانشناختی به گروهی از حالات روانی اطلاق می‌شود که باعث اختلال در تفکر و احساس فرد و کاهش سازگاری او با تغییرات و استرس‌های زندگی می‌شود.

وی ادامه داد: بیماری‌های ذهنی و روانی، هر فرد با هر سن و با هر موقعیت اجتماعی را می‌تواند درگیر کند.

وی، اضطراب و افسردگی، نبود تغذیه مناسب، مصرف دخانیات و الکل، برخی از داروهای مورد استفاده به علت مشکلات جسمی در سالمندان، تداخل داروهای تجویز شده توسط پزشک‌های متعدد و نبود فعالیت و تحرک کافی را از جمله مشکلات دوران سالمندی برشمرد.

مومنی گفت: همچنین استرس و ناراحتی ناشی از مرگ عزیزان و تنهایی ناشی از آن و بیماری جسمانی از دیگر عواملی هستند که در روحیه افراد سالمند تاثیر منفی می گذارند.

وی افزود: سالمندان برای ارتقا کیفیت زندگی خود باید به اندازه کافی استراحت کنند تا ذهنی آرام داشته باشند.

وی ادامه داد: افراد جامعه باید بدانند که روزی سالمند خواهند شد به همین دلیل باید هر چه زودتر ورزش منظم را آغاز کنند زیرا ورزش کردن باعث کاهش بیماری های مزمن مثل تصلب شرایین، فشارخون، چربی خون و... می شود.

مومنی گفت: مقداری از حواس پرتی ها در سنین پیری، طبیعی قلمداد می شوند، فشار عصبی و اضطراب و زندگی پر مشغله هم می تواند در حافظه و تمرکز حواس شما اختلال ایجاد کند.

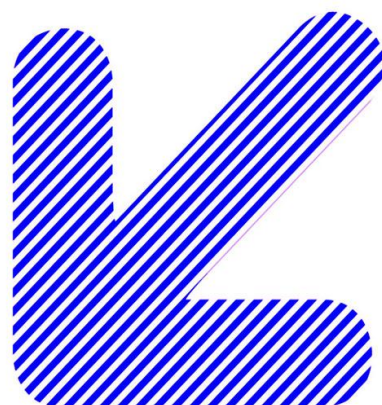
وی ادامه داد: ذهنیتان را با حل کردن انواع جداول و معماها درگیر کنید و اطلاعات عمومی خود را با خواندن کتاب های متعدد افزایش دهید.

وی اظهار کرد: برای فرزندان و نوه های خود قصه بخوانید و در فعالیت های اجتماعی مختلف شرکت کنید و خاطرات گذشته خود را برای فرزندان و نوه ها تعریف کنید.

وی ادامه داد: برای بهبود کیفیت زندگی، سلامت جسمی خود را به طور منظم و با مراجعه به پزشک کنترل کنید. ک/۳

۵۳۴/۷۱۷۷

انتهای پیام



W W W  
SNICE  
IR

آخرین اخبار، اطلاعات و  
خدمات دبیرخانه شورای  
ملی سالمندان را به طور  
آنلاین دریافت نمایید.