# Nie straszmy ale wspierajmy i aktywizujmy seniorów!




„Lęk, panika, izolacja, bezruch psychiczny i fizyczny jest i będzie dla seniorów o wiele groźniejszy niż sam wirus” - wielokrotnie apelowali eksperci Głosu Seniora, m.in. Przewodniczący Rady Programowej Głosu Seniora, geriatra i dyrektor Szpitala MSWiA w Krakowie, dr Krzysztof Czarnobilski i psychogeriatrzy, a wśród nich m.in. dr Małgorzata Ostrowska. Rozpoczyna się nowa epidemia chorób psychicznych i tych wynikających z zaniedbań spowodowanych pandemią. W związku z tym rośnie ilość nerwic, depresji przechodzonych udarów czy zawałów.

Nie możemy zatem straszyć seniorów! Nie możemy bombardować ich negatywnymi wiadomościami. Musimy dodawać sobie otuchy i wzajemnie się wspierać. Musimy aktywizować seniorów medialnie i drogą on-line, ale przede wszystkim kontaktem bezpośrednim, ponieważ jak wskazują liczne badania tylko 20% polskich seniorów korzysta z Internetu. Nie poddawajmy się panice i nie zaniedbujmy kontaktów! Aktywizujmy, edukujmy i wspierajmy seniorów! Możemy to robić między innymi poprzez zwykłą rozmowę odrywającą od tematyki pandemicznej, odkrywanie i pielęgnowanie swoich pasji czy angażowanie się w pomoc innym, wolontariat oraz pracę społeczną.

NIE STRASZMY, ALE WSPIERAJMY I AKTYWIZUJMY SENIORÓW!

Solidarni z Seniorami - Razem Damy Radę!

Apel popierają:

Łukasz Salwarowski – Prezes Stowarzyszenia MANKO-Głosu Seniora

Dr Krzysztof Czarnobilski – geriatra, dyr. Szpitala Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji w Krakowie

Dr Małgorzata Ostrowska – psychogeriatra Szpitala Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji w Krakowie

Dr Piotr Puc – Ordynator Szpitalnego Oddziału Ratunkowego w 5 Wojskowym Szpitalu Klinicznym w Krakowie

Dr Anna Boraczyńska (91 lat) – honorowa ambasadorka Głosu Seniora, Honorowy Senior UTW PK

Do pobrania
nie straszmy seniorów - apel Głosu Seniora.doc