Ngày Quốc tế người cao tuổi là gì, lịch sử, ý nghĩa như thế nào

 **Một năm chúng ta đón chào rất nhiều ngày Quốc tế lớn. Nhưng có lẽ nhiều người vẫn chưa biết đến ngày Quốc tế người cao tuổi. Cũng như các ngày lễ khác, người cao tuổi cũng có một ngày để được vinh danh và cả thế giới tri ân. Vậy vào ngày nào và những việc nên làm là gì?**

**1. Quốc tế người cao tuổi là ngày gì?**

 Đây là ngày có tên tiếng Anh International Day of Older Persons (viết tắt IDOP), là ngày mà Liên Hiệp Quốc đưa ra để tuyên truyền và cổ động mọi người bảo vệ, chăm sóc người cao tuổi ở các nước thành viên. Vậy, ngày quốc tế người cao tuổi 2019 là ngày nào? Hàng năm, Liên Hiệp Quốc dành một ngày là 01/10 để tri ân những người cao tuổi đã có những đóng góp to lớn cho sự thành công và phát triển của đất nước.

**2. Lịch sử thành lập ngày quốc tế người cao tuổi**

 Liên Hiệp Quốc đã ý thức được vai trò quan trọng, to lớn của những người cao tuổi đối với đất nước. Vì thế, lần đầu tiên Đại hội thế giới chủ đề về tuổi già đã được tổ chức tại nước Áo với sự tham gia của hơn 3.000 đại biểu đến từ nhiều nước trên thế giới diễn ra vào năm 1982. Đại diện của Việt Nam tham dự khi ấy là Viện trưởng của viện lão khoa- giáo sư Phạm Khuê. Hội nghị này đã thông qua những chương trình hoạt động mang tầm quốc tế dành cho tuổi già cũng như khuyến nghị chính phủ cùng toàn thể nhân dân các nước chú trọng, quan tâm đến việc giải quyết những vấn đề người cao tuổi phải đối mặt, tập trung nhất vào 6 lĩnh vực bao gồm: sức khỏe ăn uống, vấn đề nhà ở- môi trường, gia đình, các dịch vụ bảo trợ xã hội, việc làm và nâng cao hiểu biết cho người cao tuổi.

 Tám năm sau đại hội này, năm 1990, Liên Hiệp Quốc đã có quyết định chính thức lấy ngày 01/10 hàng năm là ngày Quốc tế người cao tuổi và được tính bắt đầu từ năm 1991 nhằm tập trung sự chú ý của thế giới vào các vấn đề gắn liền với người cao tuổi.

**3. Ý nghĩa ngày Quốc tế người cao tuổi 01/10**

 Quốc tế người cao tuổi là ngày để gia đình và toàn xã hội ghi nhận cũng như trân trọng sự hy sinh, đóng góp của người cao tuổi vào việc xây dựng, phát triển, giữ gìn đất nước. Từ đó, khuyến nghị chúng ta có cách ứng xử và quan tâm đến người cao tuổi, phù hợp với đạo lý dân tộc cũng như thời đại.

**4. Những việc nên làm trong ngày Quốc tế người cao tuổi**

**4.1. Hỏi thăm sức khỏe ông bà, người lớn tuổi**

 Trước hết, hãy thăm hỏi sức khỏe người cao tuổi vì ở độ tuổi này sức khỏe là thứ quý giá nhất đối với họ. Chỉ cần những lời hỏi han, động viên cũng đủ để khiến người cao tuổi cảm thấy ấm lòng, vui vẻ và hạnh phúc. Biết đâu từ những lời hỏi thăm, động viên đó họ sẽ cảm thấy phấn chấn, sức khỏe sẽ tốt hơn. Trước hết, hãy hỏi thăm ông bà trong gia đình trước, sau đó là đến những người cao tuổi xung quanh nơi mình sinh sống.

**4.2. Tặng món quà ý nghĩa cho người cao tuổi**

 Người già sức khỏe yếu kém nên vấn đề về việc làm càng trở nên khó khăn, đồng nghĩa với việc thu nhập bị giảm đi, cuộc sống bị ảnh hưởng ít nhiều. Nhất là hiện nay có không ít người cao tuổi vẫn phải bươn chải với cuộc sống vì hoàn cảnh gia đình khó khăn. Nếu có điều kiện, hãy cùng đơn vị, tổ chức của mình thành lập những chuyến thiện nguyện, thăm hỏi và trao quà cho người cao tuổi để họ có thêm nguồn động viên, an ủi tuổi già. Đó có thể là những bộ quần áo mới, những chiếc khăn choàng mới hay những tấm huy chương khen ngợi… Dù giá trị vật chất ít hay nhiều nhưng chắc chắn cũng sẽ khiến người cao tuổi cảm thấy được quan tâm và chăm sóc.

**4.3. Phụ giúp việc nhà**

 Nếu bạn đang ở trong gia đình có người cao tuổi thì tốt nhất hãy giúp ông bà mình làm công việc nhà. Ở độ tuổi sức khỏe kém, sự linh hoạt và nhanh nhạy của người cao tuổi cũng kém đi. Nếu phụ giúp việc nhà sẽ giúp ông bà có thêm thời gian nghỉ ngơi và còn thể hiện mình là người có trách nhiệm nữa đấy.

**4.4. Đi du lịch dã ngoại cùng ông bà**

 Nếu bạn đang có ý định tặng cho ông bà những món quà bất ngờ thì sao không nghĩ đến một chuyến dã ngoại hay [**book tour du lịch hấp dẫn có hướng dẫn viên, đảm bảo an toàn**](https://www.adayroi.com/tour-du-lich-c332561?utm_source=blog_article&utm_medium=referral&utm_campaign=d15181&utm_term=ngay-quoc-te-nguoi-cao-tuoi-2019-la-gi-lich-su-y-nghia-nhu-the-nao) nhỉ? Chắc chắn ông bà sẽ rất vui và phấn khởi. Nhưng trước đó bạn cũng nên kiểm tra xem sức khỏe ông bà có tốt không, có đảm bảo để đi dã ngoại hay du lịch được không.

**4.5. Kiểm tra sức khỏe cho người cao tuổi**

 Người cao tuổi thường có rất nhiều bệnh như cao huyết áp, đột quỵ, mỡ máu, gout hay tiểu đường… Hãy [**đưa người cao tuổi đi khám sức khỏe tổng quát định kỳ**](https://www.adayroi.com/kham-tong-quat-c3325372?utm_source=blog_article&utm_medium=referral&utm_campaign=d15181&utm_term=ngay-quoc-te-nguoi-cao-tuoi-2019-la-gi-lich-su-y-nghia-nhu-the-nao) để phát hiện bệnh tình sớm và chữa trị nếu có.

 Người cao tuổi đã vì con cháu, vì xã hội, vì đất nước mà hi sinh cả cuộc đời, có lẽ một ngày tôn vinh cũng chưa đủ để tri ân hết công ơn mà họ đã làm nên. Do đó, bạn đừng quên tặng những món quà ý nghĩa vào ngày quốc tế người cao tuổi để thể hiện tấm lòng hiếu đễ của mình, đó đơn giản có thể là: chiếc [**máy massage toàn thân xua tan vấn đề xương khớp**](https://www.adayroi.com/may-massage-toan-than-c3325600174461010?utm_source=blog_article&utm_medium=referral&utm_campaign=d15181&utm_term=ngay-quoc-te-nguoi-cao-tuoi-2019-la-gi-lich-su-y-nghia-nhu-the-nao) hay [**các sản phẩm chăm sóc tốt cho người lớn tuổi**](https://www.adayroi.com/cham-soc-nguoi-lon-tuoi-c2029?utm_source=blog_article&utm_medium=referral&utm_campaign=d15181&utm_term=ngay-quoc-te-nguoi-cao-tuoi-2019-la-gi-lich-su-y-nghia-nhu-the-nao) hoặc những [**gói bảo hiểm chăm sóc sức khỏe người cao tuổi nhiều phúc lợi**](https://blog.adayroi.com/5-goi-bao-hiem-suc-khoe-cho-nguoi-tren-65-tuoi-nhieu-phuc-loi-nhat-d7274),... Chắc chắn khi nhận được những món quà này dù giá trị vật chất không nhiều nhưng những tình cảm chân thành gửi gắm vào đó sẽ khiến người cao tuổi vô cùng phấn khởi, ấm lòng đấy!