Media: Tamil Murasu
Date: 4 December 2024
Page: 3

மூத்தோர் நலனுக்கு புதிய துடிப்புடன் மூப்படைதலுக்கான நிலையம்

கீர்த்திகா ரவீந்திரன்

நலமிக்க வாழ்வை முதியோர் சமூகத்தில் மேம்படுத்தி, அவர்களிடையே ஆழமான சமூக உறவுகளை வளர்க்கும் நோக்கத்துடன் ‘வான்கார்ட் ஹெல்த்கேர்’ (Vanguard Healthcare) எனும் மூத்தோர் பராமரிப்பு சேவை நிறுவனம் டிசம்பர் 2ஆம் தேதி அதன் மூன்றாவது துடிப்புடன் மூப்படைதலுக்கான நிலையத்தை அதிகாரபூர்வமாகத் திறந்து வைத்தது.

செஞ்சா - கேஷ்யூ சமூக மன்றத்தில் உள்ள ‘3G’ நல்வாழ்வு மையத்தில் (3G Wellness Centre) திறக்கப்பட்ட அந்நிலையம், கேஷ்யூ சுற்றுவட்டாரத்தில் உள்ள 1,600க்கும் மேற்பட்ட முதியோருக்குப் பயனளிக்கும் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது.

வெளியுறவு அமைச்சர் டாக்டர் விவியன் பாலகிருஷ்ணனும் போக்குவரத்து அமைச்சரும் முத்தரப்பு சமூகப் பராமரிப்பு மன்றத்தின் ஆலோசகருமான சீ ஹொங் டாட்டும் நிகழ்ச்சியின் சிறப்பு விருந்தினர்களாகக் கலந்துகொண்டனர்.

“2026ஆம் ஆண்டுக்குள் சிங்கப்பூர் மக்கள்தொகையில் 65 வயது மற்றும் அதற்கு மேற்பட்டவர்கள் குறைந்தது 21% இருப்பார்கள் என்று கணிக்கப்பட்டுள்ளது. தொடர்ந்து அதிகரித்துவரும் மூத்த சமூகத்தினருக்கு மாறுபட்ட தேவைகள் உள்ளன,” என்று தமது உரையின்போது குறிப்பிட்டார் ஹாலந்து - புக்கிட் தீமா குழுத்தொகுதி நாடாளுமன்ற உறுப்பினருமான டாக்டர் விவியன்.

> மற்ற மூத்தோருடன் சேர்ந்து இதுபோன்ற நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடுவதால் எனக்குப் பல நண்பர்கள் கிடைத்து உள்ளனர். நலமுடன் வாழ நாங்கள் ஒருவருக்கொருவர் ஊக்கமூட்டி வருகிறோம்.
>
> **மோகன் நாராயணசாமி மாசிலாமணி, 67**

“மூத்தோரில் சிலருக்கு மருத்துவக் கவனிப்பு தேவைப்பட்டாலும், பெரும்பாலானவர்கள் பொதுவாகச் சுறுசுறுப்பாகவும் நலமாகவும் உள்ளனர். அவர்களுக்கு ஆதரவளிக்க இதுபோன்ற துடிப்புடன் மூப்படைதலுக்கான நிலையங்கள் உதவும்,” என்றார் அவர்.

பல்வேறு சேவைகள், சமூகம் சார்ந்த செயல்பாடுகள் மூலம் முதியவர்களின் நல்வாழ்வை மேம்படுத்தும் தேசிய திட்டமான ‘ஏஜ் வெல் எஸ்ஜி’ (Age Well SG) முயற்சியுடன் இந்த புதிய நிலையம் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

நண்பர்களைச் சந்திக்கவும், பல்வேறு சமூக நடவடிக்கைகளில் பங்கேற்கவும், தேவைப்படும் பராமரிப்பு சேவைகள் குறித்த ஆலோசனையைப் பெற விரும்பும் கேஷ்யூ வட்டார முதியவர்கள் இந்நிலையத்தை நாடலாம்.

“சிங்கப்பூரைக் கட்டி எழுப்பியவர்கள் எங்கள் மூத்த தலைமுறையினர். அவர்கள் தங்கள் பொன்னான ஆண்டுகளைச் சீரும் சிறப்புமாகக் களிக்க வேண்டும் என்பதே நோக்கமாகும்,” என்றார் நிதிக்கான இரண்டாம் அமைச்சர் சீ ஹொங் டாட்.

தற்போது ‘மாஜோங்’, கலை மற்றும் கைவினை, தோட்டக்கலை, மூத்தோருக்கான உடற்பயிற்சிகள் போன்ற நடவடிக்கைகள் நிலையத்தில் இடம்பெற்று வருகின்றன. 1998ஆம் ஆண்டிலிருந்து கேஷ்யூ வட்டாரத்தில் வசித்து வரும் திரு மோகன் நாராயணசாமி மாசிலாமணி, 67, கடந்த ஒரு மாதமாக நிலையத்தில் துரிதமான நடைப்பயிற்சி, ஓவியம் வரைதல் உள்ளிட்ட நடவடிக்கைகளில் ஈடுபட்டு வருகிறார்.

“மற்ற மூத்தோருடன் சேர்ந்து இதுபோன்ற நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடுவதால் எனக்குப் பல நண்பர்கள் கிடைத்துள்ளனர். நலமுடன் வாழ நாங்கள் ஒருவருக்கொருவர் ஊக்கமளித்து வருகிறோம். இதுபோன்ற முயற்சிகளில் மூத்தோர் பலர் கலந்துகொள்வதால் சமூகத்திற்கும் நன்மை ஏற்படும்,” என்றார் திரு மோகன்.

‘வான்கார்ட் ஹெல்த்கேர்’ (Vanguard Healthcare), டிசம்பர் 2ஆம் தேதி துடிப்புடன் மூப்படைதலுக்கான தனது மூன்றாவது நிலையத்தை அதிகாரபூர்வமாகத் திறந்தது. **படம்: பெரித்தா ஹரியான்**

kirthigaravi@sph.com.sg

Source: Tamil Murasu @SPH Media Limited. Permission required for reproduction.