

**ỦY BAN NHÂN DÂN  
PHƯỜNG THÀNH ĐÔNG**

**CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM  
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc**

Số: /UBND-VHXH  
V/v triển khai thực hiện Chỉ thị số  
35/CT-TTg ngày 23/12/2025 về tăng  
cường thực hiện công tác người cao  
tuổi thích ứng với già hóa dân số  
phường Thành Đông

Thành Đông, ngày tháng năm 2026

Kính gửi:

- Ban Xây dựng Đảng
- Ủy ban MTTQ và các tổ chức chính trị - xã hội;
- Hội người Cao tuổi;
- Trung tâm Dịch vụ Sự nghiệp công phường;
- Trạm Y tế phường;
- Các Tổ dân phố trên địa bàn phường.

- Thực hiện Công văn số 3247/UBND-VX ngày 25/12/2025 của UBND thành phố Hải Phòng về việc triển khai thực hiện Chỉ thị số 35/CT-TTg ngày 23/12/2025 về tăng cường thực hiện công tác người cao tuổi thích ứng với già hóa dân số nhằm nâng cao chất lượng chăm sóc, phát huy vai trò người cao tuổi trên địa bàn phường. Ủy ban nhân dân phường Thành Đông triển khai thực hiện cụ thể như sau:

**1. Phòng Văn hóa- Xã hội**

- Chủ trì tham mưu việc chỉ đạo, triển khai, phối hợp với các ban, ngành, đoàn thể để tuyên truyền, chủ trương, chính sách của Đảng, Nhà nước về người cao tuổi; nội dung Chỉ thị số 35/CT-TTg bằng nhiều hình thức phù hợp như: hệ thống loa truyền thanh, sinh hoạt tổ dân phố, lồng ghép trong các hội nghị, buổi họp.

- Đẩy mạnh tuyên truyền Nâng cao nhận thức của người dân, gia đình và cộng đồng về chăm sóc, phụng dưỡng, phát huy vai trò người cao tuổi trong thích ứng với già hóa dân số.

**2. Đề nghị Ban Xây dựng Đảng**

- Tuyên truyền sâu rộng tới cán bộ, đảng viên, công chức, viên chức về thực hiện Chỉ thị số 35/CT-TTg ngày 23/12/2025 về tăng cường thực hiện công tác người cao tuổi thích ứng với già hóa dân số, nhằm nâng cao chất lượng chăm sóc, phát huy vai trò người cao tuổi trên địa bàn phường.

**3. Đề nghị Ủy ban MTTQ và các tổ chức chính trị - xã hội**

- Chỉ đạo các hội đoàn thể như các hội viên, đẩy mạnh, tuyên truyền, vận động, nâng cao chất lượng công tác người cao tuổi, góp phần thích ứng với xu hướng già hóa dân số, thúc đẩy phát triển nhanh bền vững. Tăng cường tuyên truyền, nâng cao nhận thức về vai trò, tầm quan trọng về chính sách, pháp luật đối với người cao tuổi, vận động người dân tham gia bảo hiểm xã hội, bảo hiểm y tế, chuẩn bị tích lũy cho tuổi già.

#### **4. Trung tâm Dịch vụ Sự nghiệp công:**

- Truyền thông trên các trang mạng xã hội; Fanpage facebook, Zalo; đăng tải các tin bài, phóng sự, video clip... chia sẻ tiểu phẩm phát thanh truyền hình, những câu chuyện hay, xúc động ... để lan tỏa nội dung ý nghĩa về Chỉ thị số 35/CT-TTg ngày 23/12/2025 về tăng cường thực hiện công tác người cao tuổi thích ứng với già hóa dân số.

#### **5. Hội người Cao tuổi phường**

- Tạo điều kiện để người cao tuổi tham gia các hoạt động xã hội, phong trào tại địa phương; phát huy kinh nghiệm, uy tín của người cao tuổi trong xây dựng đời sống văn hóa, giữ gìn an ninh trật tự, giáo dục truyền thống cho thế hệ trẻ.

- Quan tâm củng cố, duy trì hoạt động các Câu lạc bộ người cao tuổi, Câu lạc bộ liên thế hệ tự giúp nhau trên địa bàn phường.

#### **6. Trạm Y tế phường**

- Trạm Y tế phường phối hợp với các tổ dân phố và các đoàn thể tổ chức quản lý, theo dõi sức khỏe người cao tuổi; tăng cường khám sức khỏe định kỳ, tư vấn, hướng dẫn chăm sóc sức khỏe, phòng chống bệnh tật cho người cao tuổi, nhất là người cao tuổi neo đơn, có hoàn cảnh khó khăn. Ngoài ra Trạm Y tế thường xuyên tuyên truyền, tư vấn chế độ dinh dưỡng hợp lý cho người cao tuổi, để có sức khỏe tốt và tinh thần lạc quan. Người cao tuổi cần ăn uống cân đối các nhóm dưỡng chất (gồm chất bột đường, chất đạm, chất béo, vitamin và khoáng chất). Nên ăn các thức ăn thực vật như: vừng, lạc, đậu đỗ, rau xanh và hoa quả chín, ăn ít thịt thay vào đó là cá, tôm,... vì người cao tuổi, tiêu hóa hấp thụ chất đạm kém nên dễ xảy ra tình trạng thiếu đạm. Ở đậu, lạc, vừng và cá đều có nhiều chất đạm lại có nhiều chất dầu giúp đề phòng các bệnh về tim mạch. Bên cạnh đó, khi ăn, cần ăn chậm nhai kỹ thức ăn. Chế biến các món hấp, luộc như thay thế các món chiên, nướng. Các món ăn chế biến mềm, thái nhỏ, hàm kỹ để phù hợp với hàm răng yếu và dễ tiêu hóa. Không ăn quá no, nhất là vào buổi tối, sau khi ăn xong nên ngồi hoặc đi lại nhẹ nhàng trong vòng 30 phút sẽ giúp dạ dày nhào trộn thức ăn và dễ tiêu.

- Vận động người cao tuổi thực hiện lối sống lành mạnh, rèn luyện thân thể phù hợp với độ tuổi để chất lượng cuộc sống được cải thiện, Kiểm tra sức khỏe định

kỳ 6 tháng 1 lần: thông qua việc làm này có thể giúp người cao tuổi phát hiện và điều trị sớm các bệnh lý tiềm ẩn nếu có.

### **7. Tổ trưởng tổ dân phố:**

- Truyền thông trực tiếp, truyền thông trên loa truyền thanh lồng ghép trong các hội nghị, buổi họp về Chỉ thị số 35/CT-TTg ngày 23/12/2025 về tăng cường thực hiện công tác người cao tuổi thích ứng với già hóa dân số. Vận động người Cao tuổi luyện tập thể dục thường xuyên để giúp giảm các vấn đề liên quan đến tuổi tác và lão hóa. Luyện tập thể dục đều đặn giúp tăng cường sức khỏe, hạn chế mắc các bệnh tim mạch, góp phần làm giảm cân nặng trong trường hợp thừa cân, chống loãng xương, cải thiện cơ lực và các hoạt động chức năng, cải thiện về mặt tâm lý. Người cao tuổi nên chọn bài tập thể dục phù hợp với sức khỏe, sở thích, dễ thực hiện như đi bộ, tập thể dục dưỡng sinh, yoga, chơi cờ,...

- Tăng cường phối hợp, vận động nguồn lực xã hội hóa để chăm lo đời sống vật chất, tinh thần cho người cao tuổi.

- Các Tổ dân phố rà soát, nắm chắc tình hình người cao tuổi tại tổ, kịp thời đề xuất các trường hợp khó khăn cần hỗ trợ.

- Như vậy, trước những cơ hội và thách thức từ già hóa dân số, tăng cường chăm sóc sức khỏe người cao tuổi để người cao tuổi sống vui, sống khỏe, sống có ích tạo ra động lực để người cao tuổi đóng góp cho sự phát triển kinh tế - xã hội.

- Trên đây là Công văn tuyên truyền, quán triệt, triển khai thực hiện Chỉ thị số 35/CT-TTg ngày 23/12/2025 về tăng cường thực hiện công tác người cao tuổi thích ứng với già hóa dân số. UBND phường Thành Đông đề nghị các tổ dân phố, các cơ quan, đơn vị nghiêm túc triển khai thực hiện./.

**Nơi nhận:**

- Như trên;
- UBND thành phố (để b/c)
- TT Đảng Ủy - HĐND phường (để b/c)
- CT, PCT UBND phường (đ/c Quang);
- Lưu: VT, P.VHXH.

**TM. ỦY BAN NHÂN DÂN**  
**KT. CHỦ TỊCH**  
**PHÓ CHỦ TỊCH**

**Vũ Kim Quang**