

BIMBINGAN FISIK, MENTAL, SPIRITUAL, DAN SOSIAL AGAR LANSIA SEHAT BAHAGIA



Palangka Raya, 25 April 2025 – Sebagai bentuk komitmen dalam mendukung kesejahteraan lansia, Pemerintah Kota Palangka Raya melalui Dinas Sosial melaksanakan kegiatan penjangkauan sekaligus bimbingan fisik, mental, spiritual, dan sosial bagi 15 orang lanjut usia (lansia) yang berdomisili di Mendawai. Kegiatan ini sejalan dengan Program Seratus Hari Wali Kota Palangka Raya yang mengusung tema “Rumah Bahagia Lansia”, Dinas Sosial Kota Palangka Raya melaksanakan perannya dalam menciptakan lingkungan yang baik untuk kelangsungan hidup lansia.

Kegiatan ini dilaksanakan dengan suasana penuh kehangatan dan kekeluargaan serta bertujuan untuk memberikan perhatian menyeluruh kepada para lansia yang merupakan kelompok rentan dan memerlukan pendampingan tidak hanya secara materi, tetapi juga secara psikososial dan spiritual. Lansia mendapatkan bimbingan mental dan spiritual melalui sesi motivasi yang disampaikan oleh Kepala Bidang Rehabilitasi Sosial Dinas Sosial Kota Palangka Raya. Lansia diajak untuk tetap semangat menjalani hidup, meningkatkan ibadah, mempererat hubungan sosial, dan menjaga kesehatan jiwa serta batin.

Permainan interaktif dan aktivitas fisik ringan juga menjadi bagian dari agenda kegiatan, seperti senam ringan, kuis pengetahuan sederhana, dan permainan kelompok yang bertujuan untuk merangsang daya pikir serta menjaga kesehatan tubuh lansia. Kegiatan ini tidak hanya menyenangkan, tetapi juga mempererat tali persaudaraan antar sesama peserta.

“Di usia kami yang sudah lanjut ini, kami sangat senang bisa berkumpul, tertawa bersama, dan merasa diperhatikan,” ungkap salah satu peserta kegiatan dengan senyum bahagia.

Sebagai bentuk perhatian terhadap kebutuhan dasar lansia, Dinas Sosial juga menyerahkan bantuan paket sembako kepada masing-masing peserta kegiatan. Harapannya, bantuan ini dapat meringankan beban ekonomi para lansia dan memastikan kebutuhan dasar mereka tetap terpenuhi.

Kepala Dinas Sosial Kota Palangka Raya, H. Riduan, S.KM., M.M.Kes, menyampaikan bahwa kegiatan ini merupakan bagian dari program berkelanjutan untuk memberikan rehabilitasi sosial di luar panti sesuai kewenangan Dinas Sosial Kota Palangka Raya kepada para lansia.

“Kami ingin memastikan bahwa para lansia di Palangka Raya tidak merasa sendiri. Pemerintah hadir bukan hanya untuk memberikan bantuan, tetapi juga memberi ruang bagi mereka untuk tetap aktif, bahagia, dan dihargai di tengah masyarakat,” ujarnya.

Dalam kesempatan ini, Dinas Sosial juga mengajak seluruh elemen masyarakat untuk lebih peduli terhadap lansia di lingkungan sekitarnya. Lansia memiliki hak untuk hidup dengan layak, mendapatkan perhatian, serta berpartisipasi aktif dalam kehidupan sosial. Sinergi antara pemerintah dan masyarakat menjadi kunci dalam mewujudkan kota yang ramah lansia.-(AK)