

**GALAK GAYA
HIDUP SIHAT:**
Kemudahan
kecergasan di
taman atas
bumbung serta
ruang untuk
berlari-lari anak di
projek BTO
Queen's Arc
direka untuk
menggalak
penduduk
mengamalkan
gaya hidup sihat.
– Foto HDB



Program perintis jadikan Queenstown 'estet sihat'

BANDAR satelit pertama dan tertua Singapura, Queenstown, akan menjadi kawasan kesihatan pertama Singapura menerusi satu program perintis yang bertujuan menyokong penduduk mengamalkan kehidupan lebih sihat dan produktif.

Mengumumkan Kawasan Kesihatan@Queenstown itu semalam, Menteri Pembangunan Negara, Encik Desmond Lee, berkata ini akan dilakukan menerusi perancangan dan reka bentuk yang lebih bersepadu bagi estet itu serta lebih banyak program masyarakat.

"Usaha mencapai potensi penuh Kawasan Kesihatan ini akan memakan masa tapi kami jangkakan banyak pembelajaran, eksperimen dan projek.

"Ini satu wadah yang mengujakan bagi kami menggalak inovasi kolektif yang berbilang disiplin untuk mempertingkatkan kehidupan rakyat bersama," ujar Encik Lee.

■ **Laporan lanjut – Muka 8**

BERITA

Jagaan kesihatan bersepadu bagi warga emas di Queenstown

Health District @ Queenstown model masyarakat sihat dan aktif, dikembang ke bandar lain di masa depan

▶ **ERVINA MOHD JAMIL**
ervinamj@sph.com.sg

WARGA emas yang tinggal di Queenstown boleh menjangkakan sokongan bersepadu bagi penjagaan kesihatan dan kesejahteraan sosial di kejiranan mereka selepas bandar itu dipilih bagi satu projek perintis berbilang agensi yang akan antara lain membolehkan mereka dan penduduk lain menjalani kehidupan lebih sihat dan produktif.

Mengumumkan projek Health District @ Queenstown (Kawasan Kesihatan @ Queenstown) itu semalam, Menteri Pembangunan Negara Desmond Lee berkata pemerintah merancang merintis strategi agar Queenstown akan menjadi model sebuah masyarakat yang sihat dan aktif bagi segenap lapisan penduduk, dengan strategi yang berjaya boleh dikembangkan ke bandar lain pada masa akan datang.

Tambahnya, ini akan dilakukan menerusi pengajaran yang diraih hasil projek perintis seperti Kampong Admiralty serta kerjasama dengan rakan kerja lain untuk menyepadukan reka bentuk bandar, model penjagaan dan teknologi baru bagi pembaharuan dalam beberapa bidang.

"Pertama, (kami akan) meningkatkan kesihatan penduduk dengan mempertingkatkan penjagaan kesihatan yang bersifat mencegah serta perancangan dan reka bentuk sekitar HDB untuk menggalak penduduk membuat pilihan lebih sihat.

"Kedua, (kami akan) menggalak 'usia yang panjang dengan tujuan' menerusi peluang bagi warga emas melakukan kerja berbayar, kegiatan sukarela dan belajar sepanjang hayat.

"Ketiga, (kami akan) membangunkan teknologi yang dimampui dan boleh digunakan untuk membantu penduduk menjaga kesihatan mereka dengan lebih baik dan menua dalam masyarakat dengan baik," ujar Encik Lee semasa majlis penyampaian Anugerah Lembaga Perumahan dan Pembangunan (HDB) semalam.

Dalam ucapannya, Encik Lee menarik perhatian perlunya untuk mengalihkan teras pengurusan penyakit daripada hospital akut kepada masyarakat.

Ini bermakna menumpukan kepada penjagaan yang bersifat mencegah dan penjagaan asas, serta menjaga orang ramai sebelum mereka jatuh sakit dan perlu pergi ke hospital.

Hasilnya, penjagaan kesihatan memainkan lebih peranan untuk mempertingkatkan kesihatan berbanding sekadar merawat penyakit.

Tambahnya, sekitaran binaan juga memainkan peranan penting.

Untuk membolehkan penduduk mudah mendapatkan khidmat kesihatan bersifat mencegah, pemeriksaan dan ceramah kesihatan akan dibawa lebih dekat kepada kawasan perumahan dan dalam masyarakat.

Lebih banyak penekanan juga akan diberi kepada usaha perancangan dan reka bentuk sekitaran binaan antara lain untuk menggalak lebih ramai penduduk mengamalkan gaya hidup aktif.

Sebagai contoh, ruang untuk berlari-lari anak di taman atas bumbung tempat letak kereta di projek Bina Ikut Tempahan (BTO) Queen's Arc yang dilancarkan di Queenstown Ogos lalu bertujuan menggalak penduduk mengamalkan senaman dalam rutin harian mereka.



KAWASAN KESIHATAN QUEENSTOWN: Penduduk boleh bersenam di laluan kesejahteraan dan warisan di Queen's Arc sambil menikmati warisan tempat itu. – Foto HDB

PROJEK HEALTH DISTRICT @ QUEENSTOWN

KHIDMAT KESIHATAN, JAGAN BERSIFAT MENCEGAH

- ☐ Program My Health Map yang dipertingkat untuk bolehkan penduduk mudah dapatkan khidmat kesihatan bersifat mencegah
- ☐ Penyelaras jagaan akan giat dekati penduduk
- ☐ Penduduk yang layak akan diundang menyertai Kajian Campur Tangan Geriatrik Singapura untuk Kurangkan Kekurangan Kognitif dan Kelemahan Fizikal.

USIA PANJANG DENGAN TUJUAN

- ☐ Kursus untuk lengkapi penduduk dengan kemahiran dan pengetahuan untuk hidup dengan tujuan

PERANCANGAN DAN REKA BENTUK

- ☐ HDB akan bangun daya usaha untuk tingkatkan kesejahteraan fizikal, sosial dan mental penduduk

* FIZIKAL

- ☐ Lebih banyak penekanan pada huraian untuk galak penduduk amalkan gaya hidup aktif.

* SOSIAL

- ☐ Ruang masyarakat yang galak interaksi antara penduduk dan eratkan hubungan antara penduduk berbilang generasi

* MENTAL

- ☐ Tempat yang aman bagi bolehkan penduduk berehat boleh bantu tingkatkan mutu kehidupan.
- ☐ Lebih banyak ruang hijau akan dibangunkan di kejiranan di Queenstown

TEKNOLOGI

- ☐ Teknologi yang dimampui dan boleh diguna tingkatkan kehidupan penduduk
- ☐ Kerjasama dengan industri untuk uji dan laksana teknologi relevan untuk bolehkan orang ramai kekal berdaya, bantu cegah penyakit dan tingkat penyampaian khidmat jagaan kesihatan.