

Государственное учреждение Тульской области
«Комплексный центр социального обслуживания населения № 4»

Проект

«На активной волне»

г. Донской 2022 г

Пояснительная записка

В настоящее время ускоряющиеся процессы старения населения имеют обще цивилизационный характер. Демографическая ситуация, складывается так, что среди населения все больший удельный вес занимают люди старших возрастных групп, и в перспективе прогнозируется динамичное увеличение доли пожилых людей в составе населения.

При этом пожилые люди проявляют интерес к социальной, культурной и экономической жизни, поддерживают солидарность поколений и являются хранителями духовных и нравственных ценностей, сохраняют способность к активной трудовой деятельности, готовность передавать опыт и восполнять ресурсы, затраченные на обеспечение их жизнедеятельности.

На сегодняшний день проблема создания условий для активного долголетия людей старшего поколения является предметом особого внимания со стороны органов государственной власти, общественных организаций и мирового сообщества.

Для создания необходимых условий повышения качества жизни пожилых людей необходимы разработка и внедрение программных мероприятий, обеспечивающих укрепление здоровья, реализацию интеллектуальных и культурных потребностей пожилых людей.

Важным направлением, тесно связанным с повышением качества жизни, является обеспечение безопасности жизнедеятельности пожилых людей, которые в силу своих индивидуальных особенностей (возраст, снижение физиологических возможностей и др.) оказываются в более трудном положении по сравнению с людьми молодого и зрелого возраста. Пожилым людям сложнее адаптироваться к стремительно изменяющимся условиям жизни. В результате возрастных изменений они хуже распознают возможные опасности окружающей среды — природные, техногенные и, особенно, социальные.

Безопасность личности зависит как от количества и силы угроз, формируемых окружающей средой (природной, социальной, техногенной), так и от поведения личности. Избавить человека от опасностей окружающей среды невозможно, но можно научить его предвидеть, распознавать потенциальную опасность, и в случае необходимости предпринимать определенные действия, чтобы свести к минимуму возможное нанесение ущерба здоровью и предотвратить угрозу жизни. Таким образом, деятельность школы активного долголетия, направлена на сохранение активного долголетия граждан пожилого возраста и интеграции их в современное общество.

Для проведения занятий разработана программа школы активного долголетия. Программа дает возможность приступить к планомерной работе по поддержанию активного участия пенсионеров в жизни сообщества, обеспечению их досуга и занятости, повышению вклада в социальное и культурное развитие и, самое главное, улучшению состояния здоровья каждого участника проекта «На активной волне».

Краткое описание проекта

Деятельность социального проекта «На активной волне» направлена на повышение качества жизни граждан старшего поколения. Мероприятия проекта способствуют вовлечению пенсионеров в социальную и культурную жизнь общества, создадут комфортную информационную среду, которая обогатит их духовный и эмоциональный мир, расширит представление о возможностях поддержания здорового образа жизни в пожилом возрасте, с ориентацией на активную жизненную позицию, углублению знаний в интересующих областях, а также поможет в укреплении духовной связи между людьми разных поколений.

Цели

- ✓ создание дополнительных условий для улучшения качества и продолжительности жизни граждан пожилого возраста через вовлечение их в оздоровительные, социально - общественные и творческие мероприятия;
- ✓ информирование получателей социальных услуг о деятельности по проекту «На активной волне»;
- ✓ создание условий для повышения качества жизни граждан старшего поколения через организацию активного досуга;
- ✓ включение людей с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья в творческую деятельность, возможность реализовать таким образом их творческий потенциал, социокультурную реабилитацию и социальную адаптацию;
- ✓ оказание социальных услуг с учетом индивидуальных потребностей каждого.

Задачи

- ✓ ориентировать пожилых людей на активную жизненную позицию, создавая благоприятные условия для активной культурно – творческой деятельности, удовлетворения познавательных потребностей, а также расширения круга их общения, активизировать участие пожилых

- людей в жизни общества, приобщить к активной социально-общественной деятельности путем создания клубов по интересам;
- ✓ расширить информированность пожилых людей о возможностях поддержания здорового образа жизни;
 - ✓ сформировать навыки общения людей с ограниченными возможностями здоровья с окружающими людьми;
 - ✓ организация и проведение мероприятий, в ходе которых будут разобраны актуальные для пожилых людей и инвалидов темы: толерантность, оптимизм, различные мотивации, долголетие;
 - ✓ проведение мероприятий, направленных на творческое развитие мышления людей пенсионного возраста и людей с ограниченными возможностями, создание позитивного настроения;
 - ✓ проведение мероприятий, способствующих развитию моторики, памяти, внимания, укреплению общего состояния здоровья;
 - ✓ развитие и закрепление навыков театрального искусства, через участие в театральных миниатюрах;
 - ✓ пропаганда интеллектуального здоровья, как одна из форм здорового образа жизни, через регулярное участие в спортивных состязаниях и игровых программах;
 - ✓ увеличение коммуникативных связей и навыков среди старшего поколения.

Сроки реализации

Проект рассчитан на 7 месяцев с 01.06.2022г. по 31.12.2022 г.

Информационное обеспечение проекта

Освещение хода реализации программы и ее результаты, размещаются на официальном сайте ГУТО "КЦСОН № 4", на официальных страницах в социальных сетях,

(https://www.twitter.com/ktson_4_71<https://www.facebook.com/kcson4nmsk>
https://vk.com/smm_egorov_v).

Место реализации

Проект будет реализован на базе ГУТО «Комплексный центр социального обслуживания населения №4».

Целевая группа проекта

Специалисты стационарного социально-геронтологического отделения и получатели социальных услуг подразделения г.Донской.

Формы предоставления социальных услуг

Культурный организатор предоставляет услуги в индивидуальной и групповой форме.

Проблема, на решение которой направлен проект

Независимо от того, получил ли человек инвалидностью какой-то определенный период своей жизни, привела ли к данной ситуации болезнь или травма, или это было врожденное заболевание, человек с инвалидностью всегда подсознательно чувствует себя неполноценным членом общества и постоянный депрессивный настрой. Такому человеку нелегко поверить в доброе и толерантное отношение со стороны окружающих. К тому же, внутренний мир, инвалида и пожилого человека становится более жестким, взгляды на жизнь – практически безрадостными. Состояние здоровья также со временем может только ухудшиться, если не укреплять и не поддерживать его. Опыт работы с пожилыми людьми и инвалидами показал, что данный проект будет полезен одиноким пожилым и людям с ограниченными возможностями, делая уклон на основные проблемы инвалидов: взаимодействие с окружающими, депрессивное настроение, замкнутость, общее состояние здоровья. Мероприятия в рамках этого проекта разделены на несколько программ: «Возвысим душу до добра», «С песней по жизни», «Игре все возрасты покорны», «Социальный туризм». Эти направления являются комплексным дополнением друг друга, способствующие социальной, социокультурной реабилитации и социальной адаптации пожилых людей и людей с инвалидностью.

Планируемые результаты проекта

Проект «На активной волне» направлен на создание дополнительных условий для улучшения качества и продолжительности жизни граждан пожилого возраста, проживающих в Тульской области.

Для участников проекта созданы комфортные условия. В социально-геронтологическом отделении имеется оборудованный зал отдыха.

В основе проекта «На активной волне» лежит комплексный подход, сочетающий в себе организацию мероприятий по направлениям:

- ✓ спортивно – оздоровительным, для сохранения и укрепления здоровья;
- ✓ культурно – досуговым, для расширения круга общения и отдыха.

Комплекс данных мероприятий благотворно повлияет на физическое здоровье, социальную вовлеченность пожилых людей в общественную жизнь, а также их жизненную активность, с учетом особенностей здоровья, индивидуальных предпочтений и социальных потребностей.

Проект позволит пожилым людям и инвалидам почувствовать себя полноценными членами общества:

- ✓ создаст условия для повышения собственной значимости и востребованности пожилого человека;
- ✓ удовлетворит потребности пожилого человека в коммуникации, будет способствовать пробуждению новых интересов, расширению круга общения, избавлению от одиночества;
- ✓ реализует у пожилых людей стремление к активному участию в культурно -массовых и общественных мероприятиях, поможет развить их творческую активность, сформировать новые интересы, позволяющие заполнить досуг, расширить кругозор;
- ✓ создаст клубы, кружки для занятий творчеством.

Программы проекта:

1. Возвысим душу до добра

Цель программы	Задачи	Ожидаемые результаты
Приобщение пожилых людей к активной творческой и социальной деятельности Проведение мероприятий, направленных на формирование коммуникативных навыков. Таких как: -тематические программы, беседы, литературные часы, концертные программы, посвященные дню рождения,	Задача программы помочь людям увидеть мир не в черно – белом цвете, а помочь раскрыться их мышлению в творческом направлении, создать позитивный настрой.	Положительное влияние на настроение людей пожилого возраста и инвалидов, их внутреннего самочувствие и гармонии с собой. Данные мероприятия помогут каждому участнику проекта понять, какие творческие направления его интересуют, к чему есть способности, сделают вывод, чем бы они хотели заниматься в качестве хобби. К тому же пожилые люди часто мысленно оказываются в прошлом, и теплые воспоминания помогут чаще заставить их улыбаться.

театрализованные представления, творческие вечера.		
--	--	--

2. С песней по жизни.

Цель программы	Задачи	Ожидаемые результаты
<p>Формирование благоприятных условий для наиболее полного удовлетворения духовных и эстетических запросов старшего возрастного населения, культурного досуга и отдыха, развития их социальной и творческой активности;</p> <p>- содействие реализации творческих способностей участников клуба;</p> <p>- популяризация певческого жанра;</p> <p>- привлечение членов самодеятельного творческого коллектива «Клуба любителей песни» к активному участию в культурно-массовых творческих программах центра;</p>	<p>Поддерживать коммуникативное общение людей старшего и среднего возраста;</p> <p>- помочь создать им условия для более полноценной жизни и отдыха в нашем центре;</p> <p>- привлекать к художественной самодеятельности;</p> <p>- развитие музыкального слуха, умения управлять своим голосовым аппаратом;</p> <p>- формирование вокальных навыков, укрепление дыхательного и голосового аппарата, расширение диапазона голоса;</p> <p>- развитие артикуляционного аппарата, улучшение дикционного произношения.</p>	<p>Содействие полноценному участию граждан старшего поколения в социально-культурной и духовной деятельности в соответствии с их способностями, потребностями и предпочтениями</p> <p>- популяризация творческого наследия и развитие духовно-нравственного воспитания среди получателей социальных услуг</p> <p>- сохранение уровня культурной компетенции.</p>

<p>- поддерживать и развивать интерес не только к русской песне, но и песни советских и российских авторов, к истории её создания.</p>		
--	--	--

3. Игре все возрасты покорны

Цель программы	Задачи	Ожидаемые результаты
<p>Пропаганда интеллектуального здоровья, как одна из форм здорового образа жизни, через регулярное участие в спортивных состязаниях и игровых программ</p> <ul style="list-style-type: none"> - поддержка двигательной активности; - развитие ловкости и внимания; - тренировка памяти; - развитие коммуникативных навыков; - проживание положительных эмоций; - формирование коллективного эмоционального климата. 	<p>Активное включение в игру и выполнение заданий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - установление контактов между участниками игры, положительного эмоционального микроклимата; - создание условий для восприятия информации и повышения эрудиции; - мобилизация личностного потенциала и мотивации к получению новых знаний. 	<p>Развитие двигательной активности у получателей социальных услуг;</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие ловкости и внимания, коммуникативных навыков; - получение положительного эмоционального климата в стационарном социально-геронтологическом отделении - улучшение эмоционального состояния получателей социальных услуг - обогащение знаний, укрепление здоровья.

4. Программа «Социальный туризм»

Цель программы	Задачи	Ожидаемые результаты
Привлечение пенсионеров и инвалидов к активному образу жизни.	Разработка и реализация экскурсионной программы для ветеранов, инвалидов и пожилых людей как одного из этапов программы - удовлетворение потребностей социально незащищённых групп населения в активном отдыхе, поддержке интереса к жизни, чувства уважения в себе и обществу в целом - ознакомление с культурно-историческим наследием Тульской области.	Повышение социальной активности пожилых людей, расширение круга общения, укрепление здоровья, сохранение хорошей физической формы, молодого внешнего вида, повышение жизненного тонуса пожилых людей.

Результаты внедрения

В ходе реализации проекта «На активной волне», у пожилых людей появятся знания о факторах, улучшающих качество жизни и состояние здоровья, а также о правилах безопасной жизнедеятельности. Они смогут критически оценить и пересмотреть свой образ жизни, а также применить полученные знания на практике, освоить навыки здорового поведения и сформировать осознанное отношение к построению здорового образа жизни. Творческая деятельность отвлечет их от грустных событий, снимет нервное напряжение, страх, обеспечит положительное эмоциональное состояние, объединит людей.

Духовная старость связана с неспособностью к восприятию нового. Она влечет за собой и физическую старость. Старость - это

новый жизненный этап каждого человека, но у каждого она своя. Легко идущий по жизни человек, имеющий цели, планы на будущее, не желающий останавливаться на достигнутом, войдет в период старости активным и полным жизненных сил.

Программа даст возможность преодолевать стереотипы, шаблоны в разных видах деятельности, использовать традиционные и новые формы и способы работы с людьми пожилого возраста и инвалидов, раздвинет границы привычного восприятия мира, указывающие на новые ориентиры развития: осознанности, адекватной самооценки, восприятие самого себя как человека творческого, креативного, гражданина, патриота

- эрудиции - широты интересов, любознательности, обогащение знаний

- артистичности - выразительности, эстетических интересов, творчества.

- содружество - сотворчества, толерантности.

- культуры поведения - общения, толерантности.

Очень важно в современных условиях научить людей пожилого возраста и инвалидов не бояться экспериментировать, находить новые решения.