

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

Программа

ориентированная на повышение качества жизни
и поддержку уязвимых групп населения

«Старше-круче!»

Исполнитель: культорганизатор

Ершова О.М.

г. Венёв

2022 г.

Целевая группа

Граждане пожилого возраста и инвалиды, в том числе с ограниченными возможностями здоровья.

Аннотация программы

Старость - это заключительная фаза в развитии человека, в которой этот процесс происходит по нисходящей жизненной кривой. Иначе говоря, в жизни человека с определенного возраста, проявляются инволюционные - процессы обратного развития, уменьшения, упрощения какого-либо органа или организма признаки, что выражаются уже во внешнем виде человека, уменьшении его жизненной активности, изменении психических реакций и психологических характеристик, ограничении физических возможностей.

Программа реализуется для повышения качества жизни граждан старшего возраста и инвалидов с когнитивными и физическими нарушениями, разнообразия предоставляемых социальных услуг, вовлечение данных категорий граждан в культурную жизнь общества, приобщение к культурному наследию, культурно-досуговой, познавательной и развивающей деятельности. Подбор приемлемой формы проведения культурного досуга учитывая состояние здоровья, проблемы, образ мышления и поведения, социальный фон и уровень культуры и образования, индивидуальные потребности и интересы.

Создание условий для расширения контактов через организацию клубной или кружковой деятельности для пожилых людей и инвалидов. Возможность самореализоваться, раскрывать творческий потенциал, повышать уровень самооценки.

Цель программы

Выявление видов деятельности и направлений, интересующих пожилых людей и инвалидов, в том числе с ограниченными возможностями здоровья, и содействие в их реализации.

- ✓ Поддержание активного образа жизни подопечных с ограниченными возможностями здоровья, сохранения и укрепления их физического и психологического здоровья, пропаганды активного долголетия.
- ✓ Создание условий для свободного разнообразного общения реабилитируемых между собой, а также доступ к занятиям художественного самодеятельного творчества.
- ✓ Удовлетворение познавательных культурных интересов, сохранение и повышение общего интеллектуального уровня.
- ✓ Социальная реабилитация и поддержание когнитивных функций.
- ✓ Восстановление и поддержание возможности социализации.

Механизм реализации программы

Групповая и индивидуальная форма проведения трудотерапии, культурно-досуговых мероприятий и социального туризма.

Актуальность программы

Программа разработана для создания условий раскрепощения, сближения, объединения, развития коммуникативных навыков и умений, развития творческих способностей и содействия тесного взаимодействия друг с другом.

Изменение социального статуса человека в старости, вызванное, прежде всего прекращением или ограничением трудовой деятельности, изменениями ценностных ориентиров, самого образа жизни и общения, возникновением затруднений в социально-бытовой, психологической адаптации к новым условиям, требует необходимость выработки особых подходов, форм и методов социальной работы с пожилыми людьми.

Жизнь человека не является полноценной, если не реализуется его право на отдых и предпочтительные формы проведения свободного времени. Досуг играет особо важную роль в жизни людей пожилого возраста, особенно, если их участие в профессиональной трудовой деятельности затруднено. Ограничение набора социальных ролей и культурных форм активности сужает рамки их образа жизни. Поэтому особое значение придается организации культурного досуга, когда пожилой человек должен адаптироваться к новым условиям жизни.

Долговременный уход призван поддержать человека с когнитивными нарушениями, обеспечив ему достойное качество жизни, не зависимо от диагноза, тяжести состояния и прогноза на будущее. Цель состоит в восполнении основных повседневных социальных потребностей в общении и досуге. Наша концепция и задачи состоят в том, чтобы помочь сохранить достойное качество жизни в любом возрасте. Чтобы у граждан старшего поколения была возможность личного выбора, где и какой вид помощи он хочет получать. Эффективная работа - это показатель развития общества, его заботы о душевном и физическом комфорте у людей с когнитивными нарушениями и физическими нарушениями.

Главной задачей проведения культурно-досуговой деятельности в жизни наших подопечных является поддержание интеллектуальной сферы. Культурно-досуговые мероприятия способствуют сохранению уровня жизненных знаний, имеющегося опыта, тренировке внимания и памяти для сохранения логического мышления, поддержке уровня культурной компетенции и обогащению знаний.

Технологии организации досуговой деятельности пожилых людей могут быть самыми разнообразными. Выбор той или иной формы связан с преобладанием у таких лиц индивидуальных ценностных ориентаций, привычек, склонностей, интересов и желаний. Вместе с тем социальная изоляция, в которой по объективным причинам оказывается большинство

лиц пожилого возраста, выдвигает на передний план потребность в общении, установлении новых контактов в изменившемся социальном окружении. Причем доминирующее место в интересах подопечных занимает общение вне семьи в сочетании с различными видами творчества и информационного обеспечения. Организация досуга пожилых граждан в таких случаях предполагает единство труда, быта и отдыха. Рациональное сочетание занятий любимым делом с позитивным социальным окружением в условиях стабильности быта, внутрисемейных взаимоотношений оказывает на самочувствие подопечных самое благоприятное воздействие. Все эти мероприятия для людей пожилого возраста играют большую роль в их жизни.

Задачи программы

- ✓ Пропаганда и популяризация инновационных форм работы способствующих продлению активного долголетия у людей с различными когнитивными нарушениями.
- ✓ Формирование представления о пожилом возрасте как о времени дальнейшего раскрытия творческих сил и способностей.
- ✓ Создание условий для творческой самореализации у людей старшего поколения и инвалидов с когнитивными и физическими нарушениями: концерты, лекции, мастер – классы, кружки прикладного творчества.
- ✓ Удовлетворение творческих потребностей у людей старшего поколения и инвалидов с когнитивными нарушениями.
- ✓ Создание клубов по интересам для людей с ограниченными способностями объединенных общностью интересов и способных к самостоятельному передвижению.
- ✓ Создание игровых форм реабилитации с элементами театрализации (специально подготовленных, с учетом физических и умственных способностей людей с ограниченными возможностями).
- ✓ Побуждение получателей социальных услуг к проявлению познавательной активности в получении теоретических знаний и практических навыков в разных сфере культурно-досуговой деятельности.
- ✓ Формирование и поддержание мотивации у людей с когнитивными нарушениями и пожилых на сохранение здоровья и продление активного долголетия.
- ✓ Развитие креативного и коммуникативного потенциала личности, умение работать в кругу своих друзей, умение раскрепощаться.
- ✓ Развитие сплоченности коллектива через совместное участие в конкурсах, фестивалях, путешествиях.
- ✓ Обеспечение подопечных возможности социальных контактов с другими людьми.
- ✓ Проведение специальных занятий, разработанных для людей с когнитивными нарушениями, направленных на поддержание и улучшение когнитивных способностей.

Культурно-досуговые мероприятия

Понятие «досуг» подразумевает такой вид деятельности, от которого человек испытывает положительные эмоции, радость, удовольствие. Творческие процессы должны вызывать интерес и поднимать настроение. Для полноценной жизни необходимо отдыхать, с пользой и в удовольствие проводить свободное время. Чтобы нашим подопечным было комфортно и приятно в коллективе, организуются интересные культурно-досуговые мероприятия. Посредством проведения досуга наши реабилитируемые имеют возможность: расслабляться, завести новые знакомства, самовыражаться в творчестве. Это могут быть тематические вечера, концерты, театрализованные представления, участие в фестивалях и конкурсах. Именно это добавляет красок в жизнь граждан старшего поколения, и продляют активное долголетие. Главной особенностью организации социокультурной реабилитации и реализации творческих способностей людей с различными физическими и умственными нарушениями является сотрудничество с творческими объединениями и организациями, учреждениями образования, культуры и искусства. Для этого заключаются договоры о сотрудничестве.

Главной задачей работы культорганизатора в отношении получателей социальных услуг является поддержание интеллектуальной сферы, уровня культурной компетенции и обогащения знаний.

Социальный туризм

Социальный туризм для пожилых людей и инвалидов - это новая форма обслуживания, направленная на сохранение здоровья, организации правильного и полезного отдыха, расширение круга общения по интересам, повышения работоспособности организма и активного долголетия. Сегодня далеко не каждый может позволить себе путешествие по родному краю, а развитие социального туризма позволяет воплотить эти мечты, а заодно получить мощный заряд позитива и бодрости. Среди наших подопечных есть много людей энергичных и любознательных, не смотря на их физические и умственные нарушения. Они так же жаждут ярких впечатлений и новых открытий, и туризм для них - один из лучших способов продления активного долголетия.

Туризм оказывает большое влияние на оздоровление людей с ограниченными возможностями и создает среду для полноценного общения. Туризм устраняет чувство потери достоинства, неполноценности, интегрирует пожилых и инвалидов в общество.

Трудотерапия

Трудотерапия – активный метод восстановления и компенсации нарушенных функций при помощи различной работы, направленной на создание полезного продукта. Трудотерапия предполагает проведение индивидуально подобранных мероприятий по восстановлению социальных навыков, коммуникативных способностей, возможностей принятия самостоятельных решений по организации своей жизни, интереса к организации быта, проведение различных форм досуга, всемерное содействие активным формам жизнедеятельности и самостоятельности. В основе трудотерапии лежит систематическая тренировка бытовых и производственных движений, восстановление нарушенных или утраченных двигательных навыков.

Основная цель трудотерапии – восстановление и развитие нарушенных функций, формирование компенсаторных навыков по самообслуживанию, ведение домашнего хозяйства, рукоделия, выполнение трудовых операций.

Развлекательная трудотерапия представлена в следующих формах:

- ✓ Игровая терапия может, проходит в виде различных состязаний и подвижных игр. В момент занятости у пожилого человека исчезает тревога, отступают личные переживания.
- ✓ Мастер-классы. Здесь реабилитация происходит за счет творческой деятельности. Получатели социальных услуг рисуют картины, занимаются лепкой, в общем, всеми видами декоративно-прикладного творчества.
- ✓ Гарденотерапия от американского слова “гарден”, что означает сад. Как можно догадаться, это работа, связанная с посадкой и обработкой растений.

Заключение

Культурно-досуговые реабилитация помогает создать позитивный настрой, оптимизм, улучшает самочувствие получателей социальных услуг, является эффективным механизмом профилактики социального отчуждения.

Правильно организованный досуг помогает нашим подопечным общаться в социуме, проявлять свой творческий потенциал. Это способ поддержания интереса к жизни, укрепления социальных связей, создание условий для реализации интеллектуальных и культурных потребностей граждан с когнитивными нарушениями, старшего поколения и инвалидов. Цель проводимых нами культурно - досуговых мероприятий и поиск новых форм работы – это своеобразные способы помощи нашим подопечным как можно дольше сохранять психическую активность, отодвигая немощную глубокую старость.