

Геронтологический центр

"Сад активного долголетия"
(для пожилых людей)



«Сад активного долголетия» (для пожилых людей)

**социальный проект комплексной
реабилитации граждан пожилого возраста**

Разработчик:

**Государственное автономное
учреждение социального
обслуживания Новосибирской
области «Новосибирский областной
геронтологический центр»**

Координатор:

**Министерство труда и
социального развития
Новосибирской области**

Исполнитель:

**Государственное автономное учреждение социального обслуживания
Новосибирской области
«Новосибирский областной геронтологический центр»
(г. Новосибирск, ул. Северная, 3)**

АКТУАЛЬНОСТЬ и ЦЕЛЬ практики

Процесс укрепления чувства социальной защищенности пожилых требует связи социальной деятельности общества, обладающего огромным арсеналом форм и методов духовного и физического развития личности, с оптимизацией жизнедеятельности людей пожилого возраста, способами стимуляции их творческих способностей.

В этой связи актуализируется разработка программ, поиск новых подходов, структуры, содержания, выразительных средств рекреативно-оздоровительных технологий, направленных на обеспечение активного отдыха, восстановление и укрепление психического и физического здоровья пожилых людей, пропаганду здорового образа жизни.

Практика ставит своей целью профилактику, укрепление и сохранение здоровья, развитие творческой и социальной активности пожилых граждан:

1. Людей очень активных, которые готовы и способны работать или принимать активное участие в общественной жизни.
2. Одиноких или одиноко проживающих граждан, которые требуют особого внимания.

Практика дает возможность профессионально совместить на одной площадке реабилитационные программы, образование, досуг и способы стимуляции творческих способностей.

ЗАДАЧИ практики

1. Проведение комплекса оздоровительно-реабилитационных мероприятий немедикаментозного характера.

2. Внедрение (апробация) современных стационарозамещающих технологий и оздоровительных методик.

3. Организация гериатрического сопровождения пожилых граждан.

4. Обучение применению здоровьесберегающих технологий, методам укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

5. Осуществление мероприятий по поддержанию и коррекции социально-психологической адаптации.

6. Организация и проведение культурно-массовых, образовательных, досуговых мероприятий

7. Обучение использованию технических средств реабилитации, способам самооздоровления, релаксации и мобилизации организма.

8. Развитие волонтерского движения с целью самореализации пожилых граждан.

9.Профилактика одиночества, установление новых социальных контактов.



1. Оздоровительно-реабилитационная деятельность



Полустационар дневного пребывания

1. Оздоровительно-реабилитационная деятельность



Предоставление отдельных оздоровительных услуг (консультации врачей и специалистов, диагностика в том числе метаболических процессов, аппаратная терапия, лечебные обертывания, аппликации, расчет биологического возраста, сеанс оздоровительного дыхания, фитнесформирующая гимнастика и др.



1. Оздоровительно-реабилитационная деятельность

Работа по оздоровительным программам:

«Оздоровительный тур – на пути к долголетию»

«Код молодости»

«Восстановление после COVID-19»

и др.



Служба проката "Территория комфорта"

В ежедневном режиме на безвозмездной основе работает служба проката технических средств реабилитации и ухода «Территория комфорта».



2. Гериатрическая деятельность



Консультации, обследование и наблюдение врача-гериатра в гериатрическом кабинете, снижение симптома старческой астении.

3. Психокоррекционная деятельность



- ✓ индивидуальные и групповые занятия;
- ✓ психологические тренинги в т.ч. тренинги проекта «Нестареющий мозг»- комплексная методика стабилизации, замедления снижения когнитивных функций головного мозга в т.ч. после перенесенных заболеваний;
- ✓ антистрессовые релаксационные сеансы с применением средств адаптационной терапии, аудиовизуальной стимуляции;
- ✓ занятия психологического клуба «Добрые встречи» и др.

4. Информационно-просветительская деятельность



Работа проекта «**Академия долгожительства**»- пропаганда здорового образа жизни (лекционные и практические занятия, консультации врачей и специалистов по методам укрепления здоровья и профилактики заболеваний, в том числе с привлечением, сторонних специалистов (волонтеров) и организаций.

Технология «Выездная консультационная площадка для жителей г. Новосибирска и Новосибирской области»



Повышение качества жизни и поддержание активного, здорового долголетия пожилых граждан г. Новосибирска и НСО.

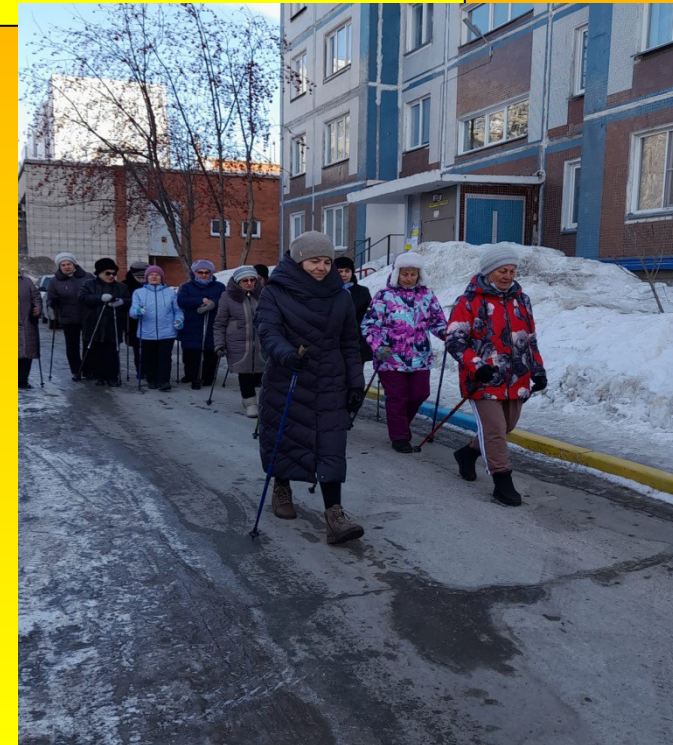
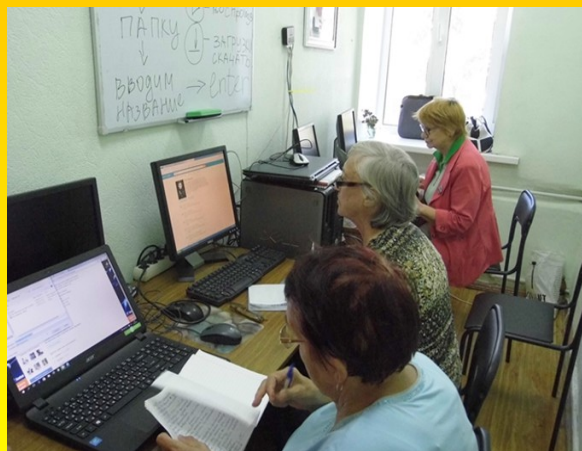
Программы консультационной площадки состоят из лекционных и практических занятий адаптированных под граждан пожилого возраста и работников социальных служб

5. Образовательная деятельность



Мероприятия, направленные на просвещение и обучение пожилых граждан:

- ✓ «Школа ухода» с целью обучения современным подходам к уходу за хроническими больными и их реабилитации для достижения максимально возможного (комфортного) уровня качества жизни и др.
- ✓ Обучение работать со смартфонами
- ✓ Обучение компьютерной грамотности
- ✓ Обучение универсальной оздоровительной методике «Скандинавская ходьба»



6. Досуговая деятельность

Работа Школы-студии «Золотые вехи»

- получение актуальной информации и прикладных знаний в различных областях декоративно-прикладного творчества, техники, к овладению полезными навыками культуры быта (творческие объединения, мастерские, клубы)



7. Досуговая деятельность

Проект «Серебряный возраст»

развитие новых возможностей взаимодействия с окружением, открытие у пожилых граждан новых талантов, новые знакомства, новые возможности для адаптации, закладывают основу для дальнейшего благополучного старения

- социальный туризм,
- мастер классы по оздоровительным гимнастикам,
- литературная гостиная,
- танцевальные занятия,
- садоводство,
- стиль и мода в «Элегантном» возрасте
- и др.



Развитие волонтерского движения в рамках проекта „Серебряные волонтеры России“

На настоящий момент региональная практика Геронтологического центра складывается из участия граждан пожилого возраста в обучении своих ровесников в:

- ✓ Школе-студии «Золотые вехи»,
- ✓ «Академии долгожительства»,
- ✓ Проекте «Серебряный возраст»

В ближайшем будущем мы планируем развивать волонтерское движение по новым актуальным направлениям.



Организация работы

Для получателей социальных услуг используются формы групповой, индивидуальной работы.

Курирует внедрение практики заместитель директора по социальной работе работе.

Реализация практики осуществляется специалистами учреждения в т.ч. врачей, психолога, специалиста по социальной работе, методиста, а также волонтерами.

Распорядок работы:

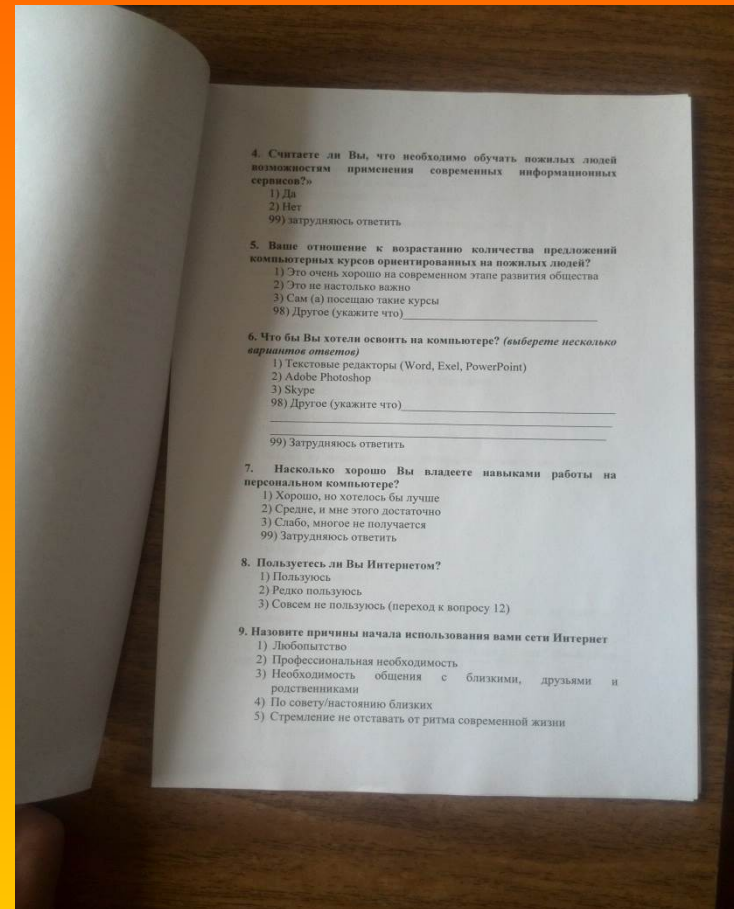
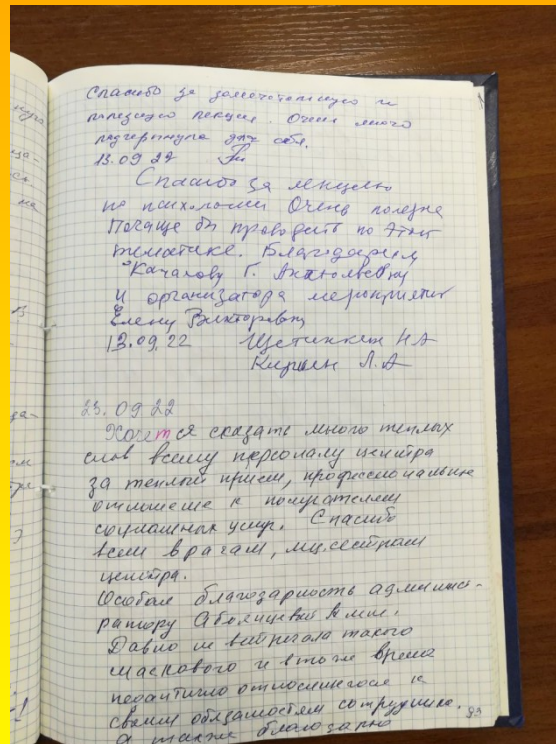
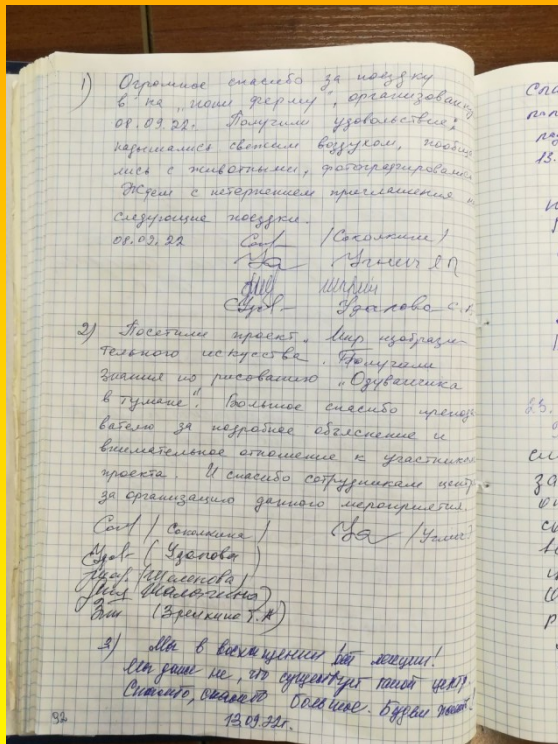
Пн-чт с 8:00 до 17:00

Пт с 8:00 до 14:30

Ориентировочное время пребывания каждого клиента – 2-3,5 часа в день, в зависимости от выбранной программы, услуг и рода занятий

Специалисты, оказывающие услуги, своевременно предоставляют услуги, ведут журналы учета услуг и другую необходимую документацию.

Комиссия по внутреннему контролю качества социальных услуг осуществляет контроль качества предоставления услуг.



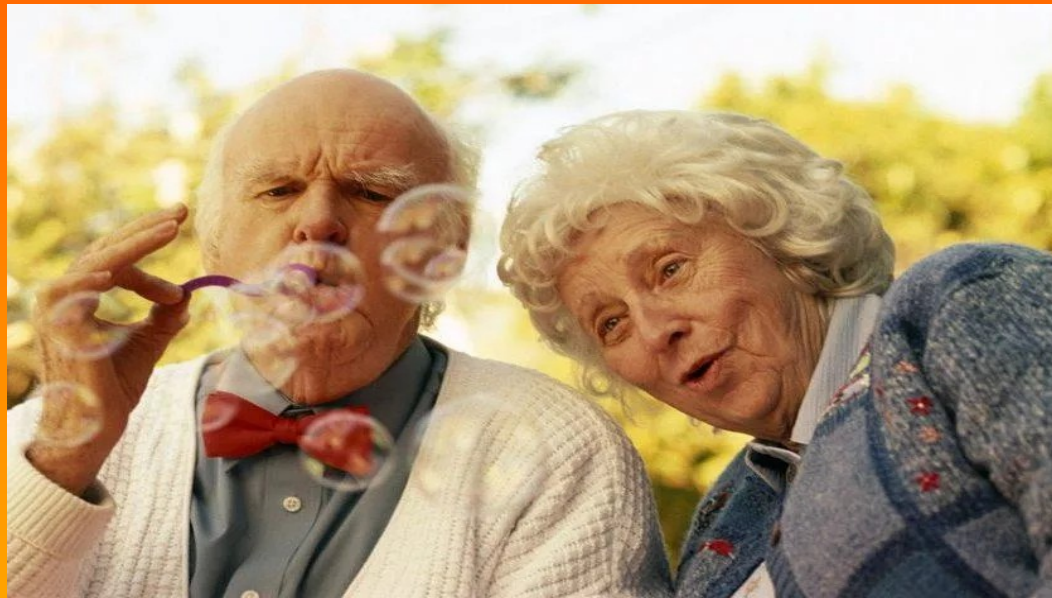
Оценка эффективности практики формируется с учетом мнения получателей услуг (анкетирование; опросные листы; книга жалоб, отзывов и предложений).

Ресурсное обеспечение

Финансирование деятельности практики осуществляется за счет субсидий из областного бюджета Новосибирской области и дохода от внебюджетной деятельности.







Проблемы людей преклонного возраста всегда решаются обществом. Мы с большим уважением относимся к своим «старикам», стараемся использовать их опыт и знания. Ученые заметили, что легче переживают уход на пенсию люди, имеющие хобби. Предлагаемые наши новые принципы и методы социального обслуживания лиц старшей возрастной группы, вполне, могут играть роль такого хобби, активно способствуя возврату их в социум.

Казначеев С.В - д.м.н., профессор ЗСО МСА, социолог.

Благодарим за внимание!



**Новосибирск, ул.Северная, 3.
226-67-43**