

# Социальный проект «ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ ПРОЦЕССОР»

Сладкова Ольга Владимировна



# Актуальность

В Ивановской области проживает 326,98 тыс. пенсионеров, что составляет третью часть населения старше трудоспособного. Последние десять лет Ивановская область входит в десятку самых "старых" областей Центрального Федерального округа Российской Федерации.

В городском округе Вичуга проживает 33 тысячи жителей, из них 50% люди пожилого возраста. С возрастом человеческий мозг теряет свою активность, снижаются когнитивные способности, ухудшается память и внимание, теряют эластичность кровеносные сосуды и волокна головного мозга.

Профилактика болезней Паркинсона и Альцгеймера, рассеянного склероза – еще один важный полезный побочный эффект занятий ментальной математикой. Первые два указанных недуга характеризуются массовой гибелью нервных клеток, а склероз – повреждением миелиновой оболочкой нервов. Результатом могут стать изменения психики, потеря памяти, нарушение координации движений. Поэтому очень важно предотвратить эти заболевания и сдержать их прогрессирование на начальной стадии.



# Целевая группа

Граждане пожилого  
возраста и люди с  
инвалидностью.



# Цель

Реализация мероприятий проекта «Профилактический процессор» с участием 3 специалистов и 10 серебряных волонтеров, проживающих на территории г.о.Вичуга Ивановской области, в период с марта 2024г. по декабрь 2024г, направленных на пожилых людей и людей с ОВЗ (не менее 150 человек), через ряд мероприятий, направленных на профилактику снижения интеллектуальной сферы благополучателей, стимуляцию познавательных функций, развитие личностного потенциала, сохранение и продление социальной активности граждан.



# Период реализации

**Подготовительный - 20.05.2023-10.06.2023**

**Основной - 11.06.2023 -20.11.2023**

**Заключительный - 21.11.2023 – 05.12.2023**



# Мероприятия проекта

Презентация проекта в ветеранских организациях г.о. Вичуга.

Распространение буклетов о деятельности проекта

Проведение демонстративных уроков по развитию и сохранению когнитивных функций для благополучателей.

Диагностика потенциальных участников проекта с целью определения уровня памяти, внимания, восприятия, эмоциональной сферы

Коррекционно- развивающие занятия для целевой группы по программе «Ментальная арифметика для пожилых»

Повторная диагностика с целью мониторинга деятельности

Открытое мероприятие «Фитнес для мозга», с целью демонстрации умений выпускников «Школы ментальной арифметики» и дальнейшее привлечение граждан пожилого возраста и инвалидов для занятий гимнастикой мозга.



## Количественные показатели

С 2020 года были проведены занятия с 75 людьми пожилого возраста и с 4 людьми с ОВЗ.

Занятия проходили 2 раза в неделю по 60 минут.

Общий курс составляет 20 занятий.

Благополучателям оказано более 2000 услуг.

39 пожилых людей и инвалидов находятся на надомном обслуживании в ОБУСО «Вичугский КЦСОН».

Для доставки на занятия был использован транспорт социального партнера. К нетранспортабельным благополучателям (8 человек) - на дом выходил психолог и серебряные волонтеры.

У 75% обслуживаемых отмечена положительная динамика психофизической сфере.

Число желающих посещать занятия ежемесячно увеличивается на 50%.

Качественный показатель: удовлетворенность участников – 100%.



# Качественные показатели

У участников улучшаются психические процессы

Улучшается координация движений.

Повышается чувствительность пальцев и рук.

Происходит снятие мышечных болей.

Избавление от негативных мыслей, отвлечение от насущных проблем.

Нормализация психоэмоционального фона.

Пробуждение познавательного азарта.

И самое главное: успехи при занятии ментальной арифметикой позволяют человеку вернуть уверенность в себе, найти единомышленников, получить заряд оптимизма и жизненной энергии.

У участников происходит повышение их адаптивных возможностей к внутренним и внешним изменениям



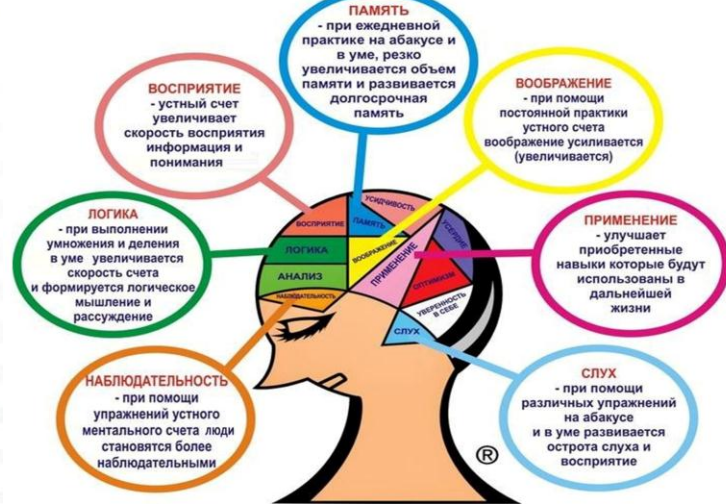




# Ресурсы

Социальные партнеры поддерживают проект и готовы оказать помощь в проведении мероприятий, транспортом (для доставки участников к месту проведения мероприятий), предоставить помещения для занятий, а также предоставлены имеющиеся в учреждении оргтехника, бумага, ноутбуки, необходимая мебель для реализации волонтерского проекта. Волонтеры, имеющие навыки ментального счета организуют индивидуальные занятия с маломобильными гражданами. Были приобретены индивидуальные абакусы для занятий





**Знаменитый нейробиолог в ответ на вопрос 80-летней старушки, не поздно ли ей начать тренировать свой мозг, ответил:**

**«Если вы хотите дожить до 100, то сейчас самое время начать»**