

**ЛУЧШИЕ СОЦИАЛЬНЫЕ ПРАКТИКИ
РАСШИРЕНИЯ ПРАВ И ВОЗМОЖНОСТЕЙ ПОЖИЛЫХ
ЛЮДЕЙ («EMPOWERMENT»-ТЕХНОЛОГИЯ)
В ГОРОДАХ И СЕЛАХ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ СБОРНИК

Ростов-на-Дону
Фонд науки и образования
2021

ББК 60.94
УДК 364.07
Л 87

Л 87 Лучшие социальные практики расширения прав и возможностей пожилых людей («empowerment»-технология) в городах и селах Ростовской области: научно-практический сборник. / Под общей редакцией к. соц. н., доцента Т.С. Киенко. – Ростов-на-Дону: Фонд науки и образования, 2021. – 222 с.

ISBN 978-5-907361-71-3

В сборнике представлен опыт описания и анализа социальных практик в интересах пожилых людей в Ростовской области, который был собран в рамках Экспертной сессии «Социальный климат старения в городах и селах: уроки и вызовы COVID-19» 26 марта 2021 года в городе Ростове-на-Дону. Экспертная сессия проведена при финансовой поддержке благотворительного фонда «Хорошие истории» в рамках реализации программы повышения качества жизни старшего поколения в регионах России¹, и стала основой интеграции целей и усилий различных субъектов, заинтересованных в улучшении качества жизни людей пожилого возраста. Авторы представленных в сборнике материалов – ученые в области старения, практики социальной сферы, руководители некоммерческих организаций, представители социально ориентированного бизнеса, жилищных товариществ, активисты и лидеры социальных инициатив, волонтеры, которые в своих сообществах и окружении ведут ежедневную работу в интересах людей старшего возраста. Анализ показывает, что социальные инициативы, реализуемые в 2020-2021 годах в Ростовской области в интересах пожилых людей имеют общие цели и отражают новую тенденцию развития в регионе социальной технологии «empowerment» - расширения прав и возможностей пожилых людей.

ISBN 978-5-907361-71-3

© Авторы, 2021

© Оформление «Фонд науки и образования», 2021

¹ Поддержка Экспертной сессии «Социальный климат старения в городах и селах: уроки и вызовы COVID-19» осуществлена в рамках реализации программы повышения качества жизни старшего поколения в регионах России «Ближний круг» благотворительного фонда «Хорошие истории» при поддержке Альянса «Серебряный возраст», Благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко и в партнерстве с Благотворительным фондом «Добрый город Петербург».

ВВЕДЕНИЕ

В 2020 - 2021 годах в регионах России возникли и/или активизировались разные формы социальной поддержки людей пожилого возраста со стороны крупных и локальных общественных движений и организаций, жилищных товариществ, самоорганизующихся сообществ и отдельных инициативных граждан. Их появление в значительной мере стало следствием изменений и рисков пандемии COVID-19. Но пандемия изменила и нас самих, и мир, в котором нам предстоит жить.

Социальная практика под влиянием пандемии искала и находила ответы на новые вызовы. Инициативные предприниматели и неравнодушные граждане, активисты НКО, сотрудники социальных служб, участники жилищных товариществ и соседских сообществ стали создавать новые практики в интересах пожилых людей. Они не просто научились решать прикладные задачи и удовлетворять актуальные потребности, но и обозначили новые тенденции в сфере социальной поддержки и заботы, трансформацию социальных отношений и рост роли социальной ответственности и солидарности в повседневной жизни.

Перед научным сообществом новые практики социальной поддержки пожилых людей поставили задачу описания, осмысления и концептуализации этих тенденций. Новые практики стали новым научным трендом. Если год 2020 в социально-гуманитарном мире стал годом мероприятий, в тематике которых

лейтмотивом звучал COVID-19, то тематика научных конференций 2021 года стала все чаще обращаться к вопросам социальной поддержки и солидарности. Научное сообщество обратилось к поиску инструментов анализа новых социальных изменений. Как никогда ранее научное сообщество и социальная практика стали близки в стремлении анализировать и улучшать социальный климат старения, увидели новые возможности интегрировать опыт и знания друг друга.

В настоящем сборнике представлен опыт описания и анализа современных локальных практик солидарности в интересах пожилых людей в Ростовской области. Этот опыт был получен в рамках Экспертной сессии «Социальный климат старения в городах и селах: уроки и вызовы COVID-19», организованной совместными усилиями некоммерческих организаций АНО социальных программ и проектов «Ресурсный центр «Старшее поколение» и Коалиции «Забота рядом» в Ростовской области и научного сообщества ученых и студентов кафедры социальных технологий ИФиСПН ЮФУ. Сессия состоялась 26 марта 2021 г. при финансовой поддержке Благотворительного фонда «Хорошие истории» в рамках реализации программы повышения качества жизни старшего поколения в регионах России². Проведение Экспертной сессии 26 марта 2021 года послужило основой

² Поддержка Экспертной сессии «Социальный климат старения в городах и селах: уроки и вызовы COVID-19» осуществлена в рамках реализации программы повышения качества жизни старшего поколения в регионах России «Ближний круг» Благотворительного фонда «Хорошие истории» при поддержке Альянса «Серебряный возраст», Благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко и в партнерстве с Благотворительным фондом «Добрый город Петербург».

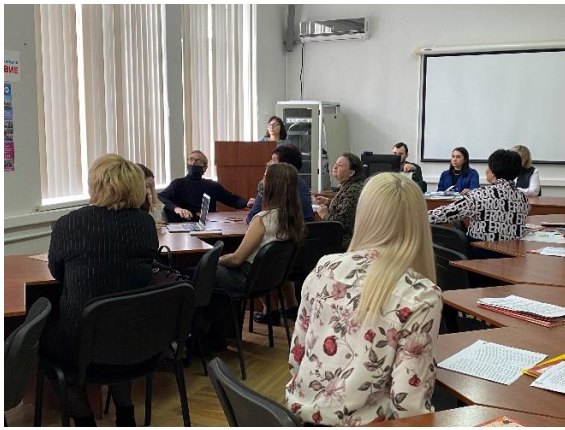
интеграции целей и усилий всех субъектов региона, заинтересованных в улучшении качества жизни людей пожилого возраста и оформления «Модели взаимодействия в целях расширения прав и возможностей пожилых людей («empowerment»-технологий) в городах и селах Ростовской области».

Сессия стала долгосрочным проектом, нацеленным на расширение возможностей людей пожилого возраста и транслирующим технологию «empowerment» в отечественное социальное пространство старения. Сборник является одним из первых результатов реализации модели взаимодействия. Авторы представленных в сборнике материалов – ученые в области социологии и психологии старения и социальной геронтологии, руководители некоммерческих организаций, представители социально ориентированного бизнеса, активисты и лидеры социальных инициатив, местных и соседских сообществ, которые в своем окружении ведут ежедневную работу в интересах людей старшего возраста в самых разных направлениях, но, как показывает анализ, в общей технологии «empowerment» - расширения прав и возможностей пожилых людей. Одним из ключевых преимуществ новых практик становится их общедоступность для людей всех возрастов и статусов, в том числе для самих людей пожилого возраста, которые в процессе вовлечения в практики солидарности и взаимопомощи начинают примерять на себя роли не только пассивных объектов заботы, но и участников, мобилизаторов сообществ и субъектов поддержки в

своем окружении, а также экспертов - людей, способных определять проблемы и находить оптимальные решения, будучи сами глубоко погруженными в особенности и потребности старшего поколения. Чем активнее пожилые люди вовлекаются в практики поиска совместных решений, взаимной поддержки и солидарности, тем выше их участие в жизни общества и возможности сменить привычную роль пассивного получателя помощи, объекта заботы на роль активного субъекта взаимопомощи и совместного решения проблем современного общества.

В процессах подготовки и проведения Экспертной сессии, в последующем сборе и описании практик, а также в работе по проведению интервьюирования лидеров и активистов представленных в сборнике практик большую роль сыграли студенты направления подготовки «Социальная работа» ИФиСПН ЮФУ – Виктория Дзюба, Алла Новикова, Александр Афанасьев, Илья Резников, Альбина Аджикова, София Трайчук, Екатерина Кравец, Билан Амерханов. Редколлегия сборника выражает благодарность всем вовлеченным в создание сборника участникам и надежду на продуктивное партнерство в рамках сформированной нашими общими усилиями «Модели взаимодействия в целях расширения прав и возможностей пожилых людей («empowerment»-технологий) в городах и селах Ростовской области».

Татьяна Киенко, редактор-составитель



Мероприятия Экспертной сессии «Социальный климат старения в городах и селах: уроки и вызовы COVID-19» 26 марта 2021, г.Ростов-на-Дону



Форум «Благотворительность и добровольчество: ресурс преобразований» 27-30 апреля 2021, г.Ростов-на-Дону: «Ярмарка лучших практик социально-ориентированных НКО региона»



Форум «Благотворительность и добровольчество: ресурс преобразований» 27-30 апреля 2021, г.Ростов-на-Дону: Программа дополнительного образования по освоению навыков долговременного ухода

Новые практики социальной поддержки пожилых людей как признак развития эмпаэрмент-технологий вследствие пандемии COVID-19

*Киенко Татьяна Сергеевна, кандидат социологических наук,
доцент кафедры социальных технологий Института философии
и социально-политических наук ФГАОУ ВО «Южный
федеральный университет», г.Ростов-на-Дону*

Приход пандемии COVID-19 в мире и в России привел к тому, что люди пожилого возраста (в России люди старше 65 лет) стали объектами особой «заботы», проявляемой, как правило, в форме дополнительных барьеров и ограничений. Пожилые россияне в возрасте старше 65 лет были вынуждены переводиться на бесконтактные формы работы или увольняться, ограничивать передвижения, потребление, коммуникации, социальные услуги, контакты с родственниками, посещение публичных мест и учреждений, транспорта, привычных и дешевых магазинов и аптек. Проявились практики исключения под видом заботы людей старшей возрастной группы из социального пространства, рынков труда, процессов получения медицинской и социальной поддержки. Меры безопасности привели к сокращению пространства жизни, ограничениям мобильности и свободы, двигательной и социальной активности, обострению «вторичных» социально-психологических, соматических и поведенческих последствий. Негативные следствия ограничений проявились во многих странах мира, что повысило внимание к проблемам

вторичных следствий пандемии («secondary damage») для людей старшего возраста. Представители старшей возрастной группы оказались в ситуации дискриминации по возрасту. В социальных отношениях и процессах стали проявляться скрытые ранее формы возрастного неравенства и эйджизма.

С другой стороны, опыт переживания пандемии стал крайне ценным опытом. Мы стали придавать большое значение человеческой жизни и здоровью, ценить свободу и мобильность, роль личного взаимодействия, дружбы, взаимопомощи. Произошли глубокие социальные трансформации, которые сказались на нашем образе жизни и деятельности, коммуникациях и труде, практиках заботы и ухода. Крайне важным ответом на вызовы COVID-19 стал рост социальной поддержки и солидарности. Активно стали развиваться проекты и практики добровольчества и взаимопомощи. В 2020 - 2021 годах в регионах России в рамках общественных организаций и учреждений социальной сферы, социальных служб и социально ответственного бизнеса, жилищных товариществ и соседских сообществ, самоорганизующихся групп и индивидуальных инициатив стали оформляться новые или трансформироваться с учетом ограничений и рисков пандемии имеющиеся практики, направленные на социальную поддержку и заботу о старшем поколении.

Перед научным сообществом новые практики социальной поддержки и солидарности в целях расширения возможностей пожилых людей поставили задачу их описания, осмысления и

концептуализации. В марте 2021 года в Ростовской области совместными усилиями некоммерческих организаций «АНО социальных программ и проектов «Ресурсный центр «Старшее поколение»» и Коалиции «Забота рядом» в Ростовской области и научного сообщества в лице Института философии и социально-политических наук Южного федерального университета было инициировано проведение Экспертной сессии «Социальный климат старения в городах и селах: уроки и вызовы COVID-19». Экспертная сессия стала возможной благодаря финансовой поддержке благотворительного фонда «Хорошие истории» в рамках реализации программы повышения качества жизни старшего поколения в регионах России³.

Целью Экспертной сессии являлось обсуждение проблем старшего поколения перед лицом COVID-19, обмен успешными практиками заботы и социальной поддержки, накопленными семьями и инициативными группами, общественными объединениями и формальными учреждениями социальной поддержки, а также оформление модели взаимодействия в целях расширения прав и возможностей пожилых людей («empowerment»-технологий) в городах и селах Ростовской области.

³ Поддержка Экспертной сессии «Социальный климат старения в городах и селах: уроки и вызовы COVID-19» осуществлена в рамках реализации программы повышения качества жизни старшего поколения в регионах России «Ближний круг» благотворительного фонда «Хорошие истории» при поддержке Альянса «Серебряный возраст», Благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко и в партнерстве с Благотворительным фондом «Добрый город Петербург»

В Программе Экспертной Сессии приняли участие в качестве очных и онлайн-участников более 100 субъектов поддержки пожилых людей в Ростовской области и за ее пределами – представители общественных организаций, ТОС, благочиний Ростовской области, учреждений социального обслуживания (стационарных и нестационарных), СМИ, инициативных групп, ученые и практики в области старения из Ростовской, Ивановской, Ярославской областей, республики Саха (Якутия), Финляндии. Работа сессии велась в очном и онлайн-формате. В режиме реального общения, в чате, в телефонном режиме в обсуждении основных вопросов сессии приняли участие более 120 участников. Докладчики представили практики поддержки и заботы о пожилых людях разного уровня, масштаба и формата, как сложившиеся в 2020 году, так и продолжающиеся на протяжении многих лет.

Участники сессии рассказали о новых социальных технологиях и практиках поддержки. Тематики докладов включали описание опыта семейных форм поддержки пожилых людей и развития общественных форм заботы и активного долголетия, презентацию программ наставничества, социального образования и просвещения (финансовой, правовой, трудовой, информационной грамотности), обучения родственников и специалистов основам долговременного ухода, реализации разных форм социально-бытовой, социально-медицинской, социально-психологической поддержки пожилых людей в условиях изоляции на дому, в семье, в рамках соседской помощи, в учреждениях

социального обслуживания, в сфере услуг. Многие описанные программы и практики «повернулись лицом» к проблемам пожилых людей, постарались компенсировать нехватку общения, отсутствующие услуги, удаленность или отсутствие собственной семьи, снять социальную, психологическую и физическую нагрузку ограничений и самоизоляции. Были представлены проекты, сглаживающие режим изоляции, направленные на подготовку к правильному принятию нового постпандемического мира, на социальную, психологическую, когнитивную поддержку и адаптацию, но в центре всех практик можно заметить направленность на активизацию ресурсов старшего поколения как силами окружения, так и путем расширения и реализации их собственного потенциала.

В ходе сессии и последующего взаимодействия были обозначены актуальные вопросы и проблемы жизни людей пожилого возраста в условиях пандемии и постпандемического общества: одиночество, изоляция, сужение пространства жизни, низкий уровень доходов, проблемы доступности и качества медицинского обслуживания и пр. В ходе обсуждений были намечены контуры «Модели взаимодействия в целях расширения прав и возможностей пожилых людей («empowerment»-технологий) в городах и селах Ростовской области», запущена серия исследований в режиме опросов, бесед и интервью с активистами и лидерами социальных практик в интересах пожилых людей. Итоги этой работы частично представлены в настоящем сборнике.

С апреля 2021 года запущена линейка мероприятий по реализации модели взаимодействия, развитию партнерства, дискуссионные и исследовательские форматы для изучения, обсуждения и преодоления проблем и трансляции продуктивных практик в интересах людей всех возрастов, в т.ч. пожилых людей в регионе и стране. Так, «эмпауэрмент»-технология расширения возможностей пожилых людей была представлена 14 апреля 2021 года в рамках совместного научно-практического онлайн-семинара научно-педагогического состава кафедры социальных технологий Института философии и социально-политических наук ЮФУ и кафедры социальной работы Луганского государственного педагогического университета. В рамках Форума «Благотворительность и добровольчество: ресурс преобразований» 27-30 апреля 2021 года в городе Ростове-на-Дону проведены дискуссия о корпоративной социальной ответственности и благотворительности в регионе «Социальные инвестиции или зачем бизнес занимается благотворительностью», «Ярмарка лучших практик социально-ориентированных НКО региона», дискуссионная площадка молодежного дискуссионного клуба ИФиСПН ЮФУ «Новый облик социальной работы». Запущена Программа дополнительного образования по освоению навыков долговременного ухода в домашних условиях в партнерстве Южного федерального университета и АНО помощи пожилым людям и инвалидам «Старость в радость» Ростов-на-Дону.

Анализ собранного и представленного в рамках Экспертной сессии опыта показал, что новые практики в ряде случаев действительно являются новыми, возникшими в локальных пространствах соседских сообществ, по месту жительства. Большая доля представленных практик - это трансформации сформировавшихся до пандемии активностей, которые часто реализуются под руководством лидеров и организаций, имевших продуктивный «допандемический» опыт работы в интересах людей старшего возраста. Многие представленные практики социальной солидарности, заботы, ухода, образования и просвещения появились или получили стимул к развитию в результате столкновения с рисками и ограничениями пандемии.

Маленькие практики соседской помощи (поддержка общения, бытовая помощь по дому, в доставке продуктов, лекарств, оплате платежей, сопровождение в социальные или медицинские учреждения) появляются чаще всего на фоне альтруистической мотивации соседей, активистов, на основе личных знакомств и контактов. Системные, масштабные и регулярные формы материальной помощи, социально-медицинского сопровождения, досуговых и социокультурных практик (в т.ч. онлайн) реализуются, как правило, устойчивыми некоммерческими организациями, ассоциациями, коалициями, которые поддерживаются частным бизнесом, органами власти или грантодателями (благотворительные фонды Елены и Геннадия Тимченко, «Старость в радость», «Русь», «Добрый город Петербург», «Хорошие истории», Альянс «Серебряный возраст» и

пр.). Большое развитие получили формы корпоративного добровольчества по инициативе частного бизнеса (например, деятельность волонтеров и специалистов дивизионов СберБанка).

Важно отметить, что участники в возрасте «65+» выступают в новых социальных практиках поддержки и активизации ресурсов людей пожилого возраста не только получателями, но и активистами, «серебряными волонтерами». Заметна активизация и рост роли самих людей пожилого возраста в этих инициативах. Такие практики демонстрируют тенденцию активизации людей старшего возраста, становятся основой для расширения возможностей людей старшего возраста, реализации их потенциала и социальной субъектности, а также способствуют консолидации поколений и интеграции усилий формальных и неформальных секторов социальной заботы.

Мы приходим к выводу о том, что в российских регионах под влиянием пандемии стали складываться новые практики социальной поддержки людей пожилого возраста, которые несут в себе потенциал «empowerment»-технологий - расширения возможностей и активизации ресурсов гражданского общества и самих людей старшей возрастной группы.

Особенности социального самочувствия пожилых людей в условиях самоизоляции

*Птицына Наталья Алексеевна, кандидат педагогических наук,
доцент кафедры социологии, социальной работы и управления
персоналом Института социально-экономических наук ФБГУ ВО*

«Ивановский государственный университет», г. Иваново

*Маркова Елена Константиновна, кандидат психологических
наук, доцент кафедры непрерывного психолого-педагогического
образования Института гуманитарных наук ФБГУ ВО*

«Ивановский государственный университет», г. Иваново

В условиях глобальных вызовов, одним из которых является рост и распространение коронавирусной инфекции, обнаружилась уязвимость человечества, обострилась необходимость обеспечения его социальной безопасности. Стремительное изменение ситуации потребовало принятия комплекса мер, что разделило жизнь граждан на два периода: доковидный и постковидный. Введение как в стране в целом, так и на территории Ивановской области мер безопасности (в том числе ограничительных)⁴, оказало влияние на положение и самочувствие различных категорий граждан, в том числе пожилых людей. В этой связи представляется актуальным изучение

⁴ Указ Губернатора Ивановской области от 17.03.2020 года № 23-уг «О введении на территории Ивановской области режима повышенной готовности» // Официальное опубликование правовых актов. Официальный интернет-портал правовой информации. URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/3700202003170012> (дата обращения: 17.03.2021).

конструктивных и деструктивных последствий самоизоляции в контексте социального самочувствия пожилых людей.

Понятие «социальное самочувствие» трактуется неоднозначно⁵. В рамках социологического анализа социальное самочувствие рассматривается как отражение социально-психологического аспекта жизни, характеризующее восприятие и оценку индивидом своего социального благополучия, уровня и качества жизни, степени удовлетворения потребностей и реализации жизненных планов. В контексте изучаемой темы представляется целесообразным обозначить социальное самочувствие пожилых людей как относительно устойчивую эмоциональную реакцию субъектов на воздействия факторов социальной среды и условий жизнедеятельности. Находясь в определенных жизненных условиях, человек осознает смысл и значимость различных сторон жизнедеятельности, обуславливающих удовлетворение его потребностей, расширение жизненного пространства и самореализации.

Наши выводы базируются на материалах качественного исследования, в основу которого положены результаты экспертного опроса. В качестве экспертов выступили руководители и специалисты учреждений социального обслуживания Ивановской области, представители властных

⁵ Крупец Я.Н. Социальное самочувствие как интегральный показатель адаптированности // Социологические исследования. 2003. № 4. С. 143-144; Социальное самочувствие и положение пожилых людей в регионе // Под общ. ред. д-ра социол. наук, проф. Н.М. Байкова, д-ра психол. наук, проф. Л.В.Кашириной. – Хабаровск: ДВАГС, 2012. С. 11.

структур (15 человек). Также проводились беседы с пожилыми людьми, изучался опыт оказания социальной поддержки нуждающимся в условиях самоизоляции. В рамках экспертного опроса предполагалось выяснить наиболее острые проблемы и последствия самоизоляции, рассмотреть успешные практики оказания социальной поддержки пожилым людям.

Результаты исследования и их обсуждение.

1. Проблемы, возникшие у пожилых людей в период самоизоляции.

В условиях самоизоляции у пожилых людей в значительной мере изменился привычный образ жизни (распорядок дня, режим питания и др.), а также характер социального взаимодействия.

Среди наиболее острых проблем, возникших у пожилых людей в период самоизоляции, экспертами названы:

- ограничение жизненного пространства, коммуникации;
- сокращение доступа к получению медицинской помощи, проведению диагностики и лечения; отсутствие возможности лечения у специалистов узкого профиля и плановой госпитализации;
- изменение физиологического и психологического состояния (стресс, вызванный неопределенностью и страхом), и как следствие – ухудшение состояния здоровья, развитие психосоматических заболеваний.

Введение запретов и ограничений обусловило сокращение жизненного пространства и коммуникации пожилых людей. Поскольку они представляют собой гетерогенную группу,

восприятие сложившейся ситуации было неоднозначным. Особенно трудно пришлось гражданам, входящим в категорию 65+, так как в одночасье люди лишились возможности покидать свои жилища, посещать различные социальные учреждения (центры социального обслуживания, магазины, аптеки и др.), совершать прогулки. Значительная часть 65-летних – это мобильные граждане, продолжающие трудиться и не нуждающиеся в посторонней помощи. В связи с введением ограничительных мер, они были вынуждены кардинально изменить привычный образ жизни, не покидая пределы своего жилища.

Представители старших возрастных групп наиболее остро переживали ограничения общения с родственниками, друзьями и знакомыми. Будучи законопослушными, граждане проявляли беспокойство о том, что не могут своевременно «погасить долги за ЖКХ», «оплатить налоги».

По мнению экспертов, введение ограничительных мер вызвало наибольшее недоумение у жителей районных городов, где вся социальная инфраструктура находится в «шаговой» доступности. Еще вчера можно было посетить любое социальное учреждение, а сегодня уже нет.

Объявление пандемии сопровождалось возникшим дефицитом врачей (особенно узких специалистов), ограничивающим возможность своевременного получения медицинской помощи, а также недостатком лекарств и средств индивидуальной защиты. Нехватка специализированной помощи

была обусловлена тем, что врачи из поликлинического звена (кардиологи, неврологи) перешли работать в стационары, а заменить их оказалось нечем. Одна из существенных причин возникшего дефицита специалистов – возможность получения большего размера заработка в условиях перепрофилирования стационарных учреждений для ковид-больных. Кроме того, медицинских работников обязали пройти курс профессиональной подготовки «Инфекционные болезни».

Люди, нуждающиеся в психологической поддержке, могли обратиться за помощью либо в центры социального обслуживания (где в режиме онлайн работали телефоны доверия), либо в частные организации (где взималась определенная оплата). В основном, в штатном расписании поликлинического звена отсутствовали психотерапевты и психологи, поэтому в условиях пандемии основная нагрузка по оказанию психологической и психотерапевтической помощи легла на плечи сотрудников социальных центров.

Необходимо отметить, что в период пандемии количество обращений пожилых людей в социальные учреждения региона резко возросло. Причем, значительную долю обратившихся в учреждения составили граждане, которые сделали это впервые.

Зафиксировано влияние пандемии на занятость пожилых людей, составляющих категорию 65+. В неодинаковом положении оказались представители разных профессиональных групп. Несмотря на возрастные ограничения, сотрудники учреждений здравоохранения продолжали работать, тогда как других

представителей социальной сферы (педагогов, социальных работников) обязали соблюдать режим самоизоляции. Наиболее жесткие требования предъявлялись к государственным учреждениям, в то время как частные организации продолжали функционировать неофициально (медицинские и торговые центры, аптечные сети и др.).

2. На основе анализа полученного эмпирического материала можно вести речь о деструктивных и конструктивных последствиях самоизоляции.

Деструктивные последствия самоизоляции.

– Ограничение возможностей и прав пожилых людей. Противоречия федерального и регионального законодательства привели к нарушению прав пожилых людей. Как эксперты, так и пожилые люди приводили многочисленные примеры, свидетельствующие об отказах обслуживания в супермаркетах. Так, в торговой сети «Лента» у покупателей, входящих в категорию 65+, сотрудники магазинов отказывались принимать оплату за продукты питания. Было приостановлено действие «Социальной карты» в части предоставления льготного проезда в общественном транспорте. Представители правоохранительных органов предъявляли штрафные санкции гражданам старше 65 лет, пользующихся услугами общественного транспорта. Были отмечены перебои с наличием лекарственных препаратов и

средств индивидуальной защиты. Отдельные факты получили отражение в региональных СМИ⁶.

– Отсутствие полноты официальной информации.

Вместе с тем, основное внимание со стороны чиновников и СМИ фиксировалось исключительно на коронавирусной статистике, в то время как информация о других видах заболеваний практически не освещалась. Основным «окном» в мир для пожилых людей служило телевидение, но фрагментарная и противоречивая информация вызывала у них недоумение, способствовала появлению тревоги, провоцировала усугубление психологического напряжения. Например, негативное воздействие оказывали сюжеты новостных программ в федеральных СМИ, «пестрившие» картинками из «красной зоны», выступления одних и тех же «телеголов», неоднократно меняющих свое мнение, например, о применении средств индивидуальной защиты (от необходимости до бесполезности).

– Усиление психологической напряженности граждан было вызвано особенностями восприятия возникшей ситуации как стрессовой. Ограничение жизненного пространства и доступа к получению медицинских услуг, социальная изоляция способствовали обострению хронических и развитию психосоматических заболеваний у пожилых граждан. Пандемия

⁶ Пенсионеров в Иванове не пускают в магазин за продуктами URL: <https://www.ivanovonews.ru/news/1030883/> (дата обращения: 8.07.2020); Семенова А. Вакцина, кордоны, перчатки. К годовщине указа губернатора об ограничительных мерах // Слухи и факты. 17 марта 2021. URL: <https://1000inf.ru/news/98764/> (дата обращения: 21.03.2021).

спровоцировала возникновение различных фобий и переживаний как за собственную жизнь, так и за жизнь близких.

Избыточное применение запретов и ограничений, противоречащих здравому смыслу, привело, с одной стороны, к проявлениям правового нигилизма, а с другой – приспособлению к созданным условиям. К примеру, пожилые люди, проживающие в районных городах и имеющие садовые участки, стараясь избежать встречи с полицейскими, выбирали наиболее безопасные маршруты следования до своих огородов. Заметив полицейских, предупреждали друг друга по телефону.

– Неодинаковое положение пожилых людей в сфере занятости. Например, в социальных учреждениях действовал запрет на работу лицам 65+. Служебная нагрузка вынужденно отсутствующих сотрудников распределялась между работающими, что привело к напряжению в межличностных отношениях в коллективах.

Ограничения и нарушения прав пожилых людей на фоне ухудшения их психофизиологического состояния оказало существенное влияние на социальное самочувствие граждан. Экспертами отмечены неудовлетворенность представителей старшего поколения своим положением, неуверенность в завтрашнем дне, тревожное восприятие действительности.

Конструктивные последствия самоизоляции.

– Режим самоизоляции обусловил необходимость оценить роль семьи и ближайшего окружения в жизни пожилых людей. С одной стороны, во время пандемии обострились проблемы в

семейных отношениях, с другой – возросла ценность семьи. В зависимости от состава семьи и ближайшего окружения выявлены различные модели социального взаимодействия пожилых людей.

– Введение ограничительных мероприятий оказало непосредственное влияние на работу социальных организаций и учреждений. Отмечен рост потребности в услугах, предоставляемых социальными учреждениями представителям старших возрастных групп. Например, значительно увеличилось количество пожилых людей, впервые заключивших договоры надомного обслуживания.

В период пандемии специалистами социальных учреждений были разработаны и применены новые практики социальной поддержки пожилых людей: в режиме онлайн организовано проведение социокультурных мероприятий (например, работа творческих мастерских, благотворительные акции, виртуальные экскурсии и встречи), групповое и индивидуальное консультирование граждан.

– Получили распространение неформальные практики социальной поддержки граждан (объединения волонтеров, сообщество соседей, автодобровольцы).

Итак, рассматривая особенности социального самочувствия пожилых людей, находящихся в условиях самоизоляции, на основе анализа эмпирического материала, мы выделяем основные проблемы представителей старших возрастных групп (ограничение жизненного пространства и возможности получения медицинской и психологической помощи, дефицит социальной

коммуникации) и последствия самоизоляции (деструктивные и конструктивные). Существенно возросла служебная нагрузка сотрудников социальных учреждений региона, которые при наличии ограниченных ресурсов искали пути решения возникших проблем и разрабатывали новые технологии оказания социальной поддержки и помощи пожилым гражданам. Уроки пандемии требуют проведения глубокого анализа и разработки управленческих решений, обеспечивающих равенство прав и уважение достоинства пожилых людей. Преодолеть барьеры, выстроенные в обществе в период режима самоизоляции (например, неравенство) намного сложнее, чем устранить физические препятствия, поскольку требуется развитие таких культурных ценностей гражданского общества как толерантность, эмпатия, гуманизм. Пожилые люди имеют право на полноценную жизнь, а это возможно лишь в том случае, если они сами принимают деятельное участие в решении жизненно важных вопросов, когда у них есть свобода выбора.

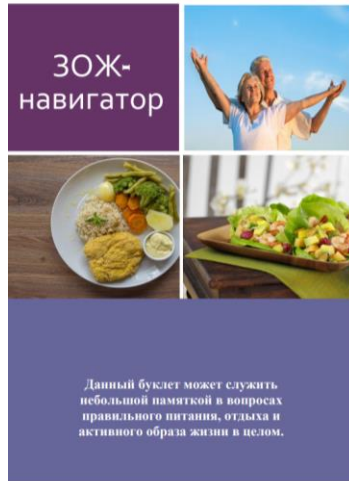
**Проект «Социальный UPGRADE»,
город Новошахтинск Ростовской области**

Позднякова Юлия Николаевна, студентка Новошахтинского филиала Южного федерального университета, г.Новошахтинск

Мартынова Евгения Васильевна, научный руководитель,
кандидат социологических наук, доцент кафедры социальной
работы и педагогического образования Новошахтинского
филиала Южного федерального университета, г.Новошахтинск



Позднякова Юлия Николаевна, студентка НШФ ЮФУ



Данный буклет может служить небольшой памяткой в вопросах правильного питания, отдыха и активного образа жизни в целом.

ЗОЖ - навигатор



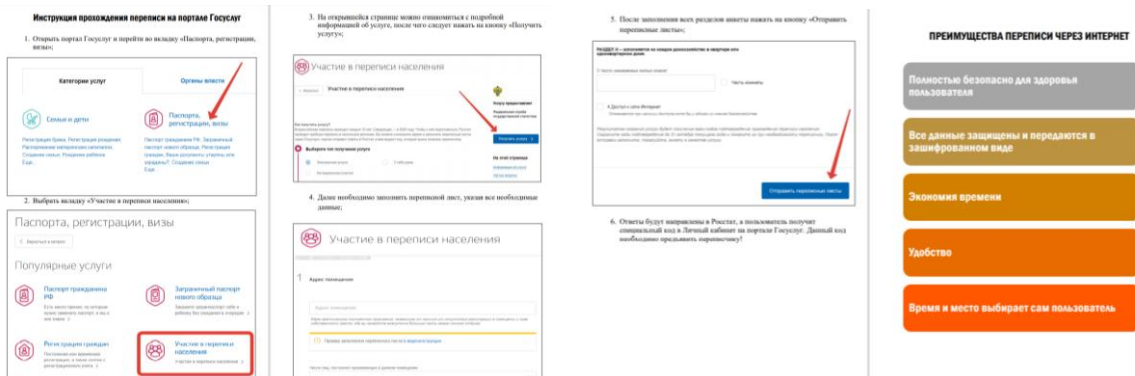
Сбермаркет



Перепись онлайн



Перепись онлайн



**Проект «Социальный UPGRADE»,
город Новошахтинск Ростовской области**

Позднякова Юлия Николаевна, студентка Новошахтинского филиала Южного федерального университета, г.Новошахтинск

Мартынова Евгения Васильевна, научный руководитель, кандидат социологических наук, доцент кафедры социальной работы и педагогического образования Новошахтинского филиала Южного федерального университета, г.Новошахтинск

На базе филиала Южного федерального университета в г.Новошахтинске (НШФ ЮФУ) ежегодно реализуется широкий спектр научных и социальных проектов. В т.ч. в 2013 году реализовывался проект «IT-технологии в быту» по обучению компьютерной грамотности пожилых людей, но просуществовал не очень долго, хотя актуальность его была очевидна. Позднее подобные проекты были реализованы студентами средних профессиональных учреждений на территории города. Проекты позволили пожилым людям освоить многие компетенции, связанные с информационными технологиями. Так, они научились пользоваться смартфонами, компьютерами, освоили навыки общения в социальных сетях, оформления социальных услуг, записи к врачу и т.п.

В период пандемии появились новые вызовы и направления работы. Неформальные волонтерские инициативы и проектные направления в связи с действием ограничительных мер и тяжелой санитарно-эпидемиологической ситуацией оказались в ситуации

ограничений доступа в социальные учреждения и очных контактов с пожилыми людьми и партнерами. Пожилые люди находятся в группе риска и не могут участвовать в занятиях по развитию компьютерной грамотности, а их навыков для самостоятельного освоения новых технологий или онлайн обучения на дому недостаточно. Тем не менее, в период Всероссийской переписи населения возможность поучаствовать в ней онлайн для пожилых людей была бы очень актуальна. Мы могли бы произвести обновление - «upgrade», своих прежних проектов и предложить новое актуализированное решение, ориентированное на интересы всех маломобильных категорий населения.

Проект «Социальный UPGRADE» реализуется с января 2021 года и создавался на основе изучения актуальных потребностей маломобильных групп жителей г. Новошахтинска Ростовской области. Целевая аудитория проекта - пожилые люди, лица с ограниченными возможностями, а также молодежь, готовая участвовать в реализации векторов проекта. Партнерами проекта выступают МБУ «Центр социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов» (очная и дистанционная работа с пожилыми, состоящими на социальном обслуживании) и ГКУСО РО Новошахтинский ЦПД (очная и дистанционная работа с пожилыми людьми из числа опекунов, попечителей и приемных родителей несовершеннолетних).

Проект «Социальный UPGRADE» ставит ряд целей и задач, таких как:

- формирование у пожилых людей информационной компетентности, применимой в решении повседневных и бытовых вопросов;

- повышение уровня гражданской активности, самореализации пожилых людей;

- преодоление социального одиночества, снижение рисков самоизоляции через овладение навыками дистанционного общения и решения социальных проблем;

- распространение идей волонтерства, создание инициативной группы из числа волонтеров для работы с людьми пожилого возраста, интеграция поколений;

- расширение числа пожилых, зарегистрированных на портале «Госуслуги»;

- обучение граждан пожилого возраста навыкам пользования устройствами с выходом в сеть Интернет для решения повседневных вопросов: запись к врачу, в социальные учреждения, получение электронных социальных услуг, оформление доставки продуктов, общение;

- обучение и участие граждан пожилого возраста во Всероссийской переписи населения с 2021 года (с использованием бумажных и видеоинструкций, возможностей социальных сетей, путем проведения очных обучающих занятий в Университете третьего возраста).

К концу весны 2021 года в рамках проекта оформились 3 направления:

1) Гражданская ответственность. В 2021 году пройдет Всероссийская перепись населения, которую можно пройти онлайн, а в условиях пандемии это особенно актуально для пожилых людей. Для прохождения переписи была разработана инструкция для прохождения ее онлайн, планировалась видео-инструкция для распространения в социальной сети WhatsApp. Изначально перепись планировалась на апрель 2021 года, но из-за сложной эпидемиологической ситуации она перенесена на сентябрь 2021 года. В рамках данного направления планируется разработка и распространение печатных и видеоинструкций, а также проведение занятий для пожилых людей очно и дистанционно по вопросам регистрации на портале Госуслуги и прохождения переписи онлайн.

2) Удобство и безопасность. Несмотря на снижение показателей пандемии, остается актуальным вопрос с доставкой продуктов и предметов первой необходимости. Существуют волонтерские отряды, которые доставляют все необходимое пожилым людям, но также существуют другие сервисы доставки: Сбермаркет, Яндекс.Маркет и т.п. Для освоения навыка оформления заказов на этих сервисах автором проекта разработаны печатные и видео-инструкции, планируются консультации и занятия.

3) ЗОЖ-навигатор - через партнеров мы передаем для пожилых людей полезную информацию о ЗОЖ: календарь прививок, рецепты здорового питания, упражнения, ориентированные на пожилой возраст. Все материалы по ведению

ЗОЖ для пожилых мы берем на официальном сайте национального проекта «Демография», поэтому всегда уверены в их безопасности и достоверности. В области информационных технологий в рамках данного направления разрабатываем инструкции для пожилых людей по использованию приложений ЗОЖ для смартфонов: счет калорий, физические упражнения, правильное питание. На самом деле приложения очень удобны именно для пожилых, так как им как никому нужен внимательный подход к здоровью.

На данный момент проект реализуется одним инициатором и поддерживается руководителем и партнерами. Для полноценной реализации проекта необходима команда из 5-7 человек. Для поиска волонтеров и создания команды автор проекта участвует в конкурсе на замещение должности в Молодежном парламенте города Новошахтинска и ведет активную информационную и подготовительную работу. Изготовлены печатные инструкции для прохождения переписи населения, инструкции для оформления доставки продуктов, буклет по ЗОЖ для пожилых людей и все эти материалы распространяются через партнерские организации. Разработана видео-инструкция по доставке продуктов. Проведен круглый стол по вопросам социальной защиты пожилых людей в условиях пандемии с привлечением экспертов на базе филиала ЮФУ в г. Новошахтинске. Контроль и оценка эффективности реализации проекта планируется осуществлять с помощью параметрического метода.

Если появятся инициативные люди, которые захотят принять участие в подобной работе - авторы готовы поделиться своими методическими разработками и предлагают механизм реализации практики. На подготовительном этапе необходимо продумать цели и формы, содержание работ, собрать и обучить команду проекта, нужна подготовка и разработка печатных и видео алгоритмов и рекомендаций для регистрации и прохождения Всероссийской переписи, регистрации на портале «Госуслуги», оформления доставки продуктов, использования ЗОЖ-приложений и т.п. Основной этап может включать организацию и проведение обучающих занятий онлайн и очно, тиражирование печатных и видео алгоритмов и рекомендаций. Рефлексия и контроль также необходимы, например, подведение промежуточных итогов реализации проекта, подготовка и размещение заметок в местных и региональных СМИ, создание постоянно действующей адаптивной образовательной программы по актуальным проблемам пожилых людей.

Автор и руководитель проекта планируют вести постоянный мониторинг востребованности направлений проекта у пожилых людей и других маломобильных горожан, внедрить в социальное пространство города образовательные программы по актуальным проблемам пожилых людей по мере спроса, а также провести полноценную образовательную и информационную поддержку запланированных форматов. Они также открыты для обсуждения и тиражирования опыта (89094142505 – Е.В. Мартынова).

**СОЦИАЛЬНЫЙ КЛИМАТ СТАРЕНИЯ:
опыт реализации научно-практического проекта
в условиях вынужденной самоизоляции**

Панфилова Элеонора Александровна,

Лельмеж Татьяна Юрьевна,

Галстян Нарине Гамлетовна,

Исупова Екатерина Евгеньевна,

Гнедышева Ирина Николаевна,

Нурутдинов Амир Измитинович,

Зубова Дарья Евгеньевна,

Абдуллагаджиева Айшат Алиевна,

Писляр Елена Вячеславовна,

Мороз Анастасия Анатольевна,

Борисова Анна Игоревна,

студенты Южного федерального университета,

г.Ростов-на-Дону

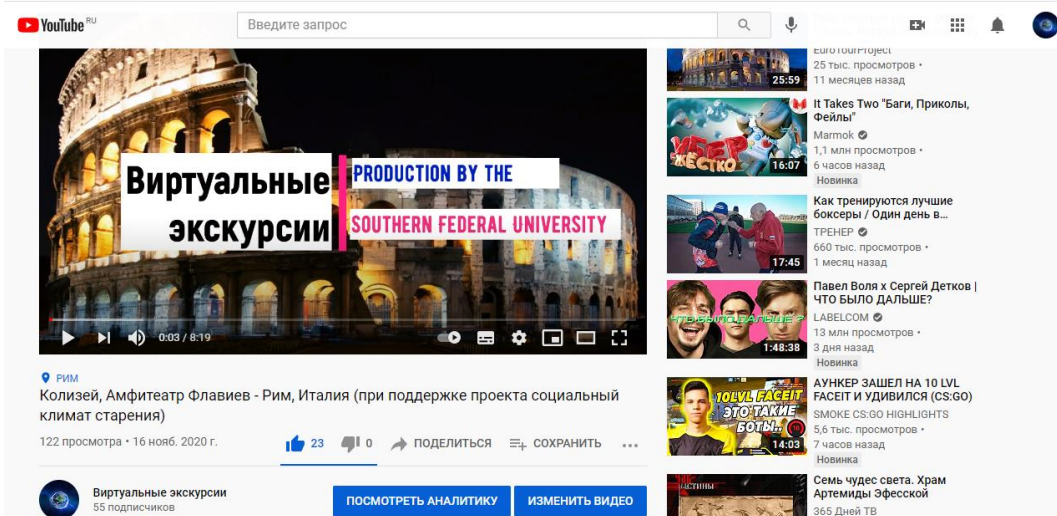
Киенко Татьяна Сергеевна, научный руководитель, кандидат
социологических наук, доцент кафедры социальных технологий
Института философии и социально-политических наук Южного
федерального университета, г.Ростов-на-Дону



Курс компьютерной грамотности



«Мир увлечений», ведущая канала
Борисова Татьяна Викторовна



Виртуальные экскурсии



Здравствуйте всегда!

СОЦИАЛЬНЫЙ КЛИМАТ СТАРЕНИЯ:

**опыт реализации научно-практического проекта в условиях
вынужденной самоизоляции**

Панфилова Элеонора Александровна,

Лельмеж Татьяна Юрьевна, Галстян Нарине Гамлетовна,

Исупова Екатерина Евгеньевна, Гнедышева Ирина Николаевна,

Нурутдинов Амир Измитинович, Зубова Дарья Евгеньевна,

Абдуллагаджиева Айшат Алиевна, Писляр Елена Вячеславовна,

Мороз Анастасия Анатольевна, Борисова Анна Игоревна,

студенты Южного федерального университета,

г.Ростов-на-Дону

*Киенко Татьяна Сергеевна, научный руководитель, кандидат
социологических наук, доцент кафедры социальных технологий
Института философии и социально-политических наук Южного
федерального университета, г.Ростов-на-Дону*

В работе представлен опыт реализации в 2020 - 2021 годах социального и научно-практического проекта «Социальный климат старения» студентами направления «Социальная работа» Института философии и социально-политических наук Южного федерального университета. В условиях самоизоляции и рисков пандемии пожилые люди оказались наиболее изолированными и исключенными. Важнейшим аспектом благополучия пожилых людей является социальная инклюзия - включенность во все сферы жизнедеятельности и широкая коммуникация с представителями всех возрастов. На практике пожилой человек

чаще контактирует с семьей и с учреждениями, которые осуществляют уход за ним, помогают ему; реже - с общественными организациями и группами, которые находятся по месту его проживания; некоторые могут поддерживать связи с коллегами по работе, знакомыми, соседями; повседневные контакты людей пожилого возраста ограничены, что ведет к утрате социальной и культурной связи и преемственности поколений и эксклюзии старости.

Настоящий проект реализуется через исследования жизни и проблем старшего поколения, социальное образование пожилых людей, повышение информационной грамотности, общение и поиск общих интересов, а также предполагает разработку новых идей и технологий – программ социального неформального сопровождения, "умных домов" и возраст-дружественных пространств, терапии воспоминаниями и пр.

В процессе освоения курса «Проектная деятельность специалиста по социальной работе» группа студентов направления «Социальная работа» Института философии и социально-политических наук Южного федерального университета в 2020 году включилась в реализацию научно-практического проекта кафедры социальных технологий ЮФУ «Социальный климат старения» под руководством к.с.н., доцента Т.С.Киенко. Внимание участников проекта было обращено на социальные проблемы людей старшего возраста. В условиях самоизоляции и рисков пандемии COVID-19 пожилые люди оказались наиболее изолированными и исключенными. На

преодоление данных проблем был направлен проект. В проекте планировались исследования образа жизни старшего поколения в городах и селах Ростовской области в 2020-2021 гг., а также социальное образование и социокультурное взаимодействие, в том числе повышение информационной грамотности пожилых людей онлайн и на дому, поиск общих досуговых интересов, которые могли бы реализовываться в онлайн формате (например, виртуальные путешествия или онлайн-викторины), научная рефлексия онлайн-коммуникации пожилых людей и студенческой молодежи (получение обратной связи, откликов и оценок целевой аудитории на проектные продукты и предложения).

Цели, векторы и формы реализации проекта в условиях дистанционного обучения и режима вынужденной самоизоляции

Важнейшим аспектом благополучия пожилых людей является социальная инклюзия - включенность во все сферы жизнедеятельности и широкая коммуникация с представителями всех возрастов. На практике пожилой человек чаще контактирует с семьей и с учреждениями, которые осуществляют уход за ним, помогают ему; реже - с общественными организациями и группами, которые находятся по месту его проживания; некоторые могут поддерживать связи с коллегами по работе, знакомыми, соседями, однако, повседневные контакты большинства людей пожилого возраста ограничены. Это ведет к снижению социального, психологического и физического здоровья и

самочувствия, эксклюзии старости и утрате социальной и культурной преемственности поколений.

С целью развития межпоколенческой коммуникации и благоприятного социального климата старения студенты и ученые кафедры социальных технологий ЮФУ реализуют проект «Социальный климат старения» с 2015. В рамках научно-исследовательской работы проводятся исследования образа жизни старшего поколения в разных условиях проживания, социально-практические инициативы направлены на социальное образование и социокультурное взаимодействие. В 2020 году новые векторы проекта сосредоточились на повышении информационной грамотности пожилых людей онлайн и на дому («Компьютерная грамотность на дому и онлайн») и на поиске общих досуговых интересов, которые могли бы реализовываться в онлайн формате (проектные векторы «Виртуальные экскурсии», «Здравствуйте всегда», «Мир увлечений»). Важнейшей составляющей проекта являлась его научная рефлексия, прежде всего оценка качества и востребованности произведенных студентами виртуальных продуктов. Для этой задачи была разработана система мониторинга по каждому проектному вектору (анализ просмотров, оценок целевой аудитории, опросы и интервью аудитории и независимых экспертов на проектные продукты и предложения). В ходе реализации проекта появилась новая задача - продвижения продуктов для целевой аудитории и тиражирование идеи наполнения виртуального пространства интересным для

людей старшего возраста контентом. Эта идея стала точкой развития новых проектных идей.

Ввиду перехода образовательного процесса в ИФиСПН ЮФУ в 2020 году в дистанционный формат работы и учебы, а также в связи со свертыванием всех «живых» контактных форм социокультурной работы в интересах людей старшего возраста на площадках постоянных партнеров (НКО, центров социального обслуживания, домов-интернатов и пр.), реализация проекта шла преимущественно в онлайн-формате. Для удобного взаимодействия в команде был выбран формат работы в облачной программе для управления проектами небольших групп Trello, где обозначались планы работ на ближайшую неделю и отслеживалась работа и достижения каждого члена группы. Так удавалось быстро планировать, отслеживать и анализировать проделанную работу, распределять зоны ответственности, инициировать командные дела и формы взаимопомощи, определять и решать возникшие трудности.

Благодаря использованию Южным федеральным университетом платформы Microsoft Teams каждую неделю группа проводила видеособрания, демонстрировала и обсуждала проделанную работу, оценивала продукты, озвучивала итоги мониторинга, после групповых обсуждений каждой команде давались рекомендации и предлагались формы поддержки, в дальнейшем отслеживались успехи и достижения, обсуждались новые задачи и запросы.

Исследования социального пространства старения в период пандемии

В рамках научно-исследовательской работы были разработаны программа и инструментарий для исследования социального пространства старения в период пандемии в городах и селах Ростовской области. В ходе исследований хотелось выявить и донести до широкой аудитории через научные доклады и публикации повседневные проблемы и потребности пожилых людей в период пандемии. В ходе работы интерес также представлял поиск общих тенденций и различий в условиях жизни старшего поколения в сельской и городской местности, факторов структурного неравенства и эксклюзии в силу возраста. В ходе проведения анализа научных источников, данных исследований и авторских структурированных интервью анализировались истории переживания пандемии пожилыми людьми, реакция на ограничения, актуальные проблемы и возможности их решения в условиях города и села, в контексте проживания самостоятельно дома или с семьей.

Действие городской или сельской среды и ее составляющих имеет важные социальные, психологические и культурные последствия для освоения городского пространства пожилым человеком, при этом данные последствия могут приводить как к позитивным сдвигам в адаптивном потенциале пожилого человека, так и вызывать в нём негативные трансформации. К сожалению, часто социальные пространства (подъезды, придворовые территории, дороги, общественные места) и жилые

помещения, квартиры и дома не приспособлены к комфортному проживанию людей с ослабленным здоровьем или ограниченной мобильностью. Проблематика жизнедеятельности пожилого человека в городской или сельской среде исходит из амбивалентности этих пространств. С одной стороны, в городах, особенно крупных и в мегаполисах, часто предлагается широкая инфраструктура (магазины, больницы, парки и пр.), но с другой стороны, городское пространство сопряжено с плохой экологией, шумами, плотностью населения и разобщенностью людей, отсутствием близких контактов с соседями, удаленностью важных инфраструктурных элементов (многие важных для пожилых людей элементов нет в шаговой доступности). Пожилой человек ощущает необходимость крайней мобилизации своего физического потенциала для преодоления городского пространства. Из позитивных социальных характеристик городской жизни можно выделить большие возможности для самореализации, город богат культурной инфраструктурой, различные учреждения могут предоставлять площади под клубы для пожилых людей, в городах более развит общественный транспорт, более доступны учреждения здравоохранения, социальной защиты населения. В то же время, в сельской местности есть свои позитивные и негативные факторы, влияющие на качество жизни: хорошая экология, близкие неформальные отношения с соседями, возможности общения и поддержки на уровне местного сообщества, наличие придомовой территории для личного досуга и поддержания двигательной

активности. Но в селе часто есть масса проблем, прежде всего это нехватка социальных работников и всех видов инфраструктуры – медицинской, социальной, потребительской, сервисной. Ослабление здоровья влечет необходимость помощи, в т.ч. срочной социальной, медицинской, бытовой, по уходу за домом и огородом, но в сельской местности получить эту помощь сложно (социальные работники, если и есть, то обсуживают несколько сел и поселков, не могут посещать своих подопечных часто, больницы и аптеки находятся далеко, скорая помощь едет долго, а в условиях плохой погоды и бездорожья вообще может не приехать на вызов).

Наше исследование в формате интервью позволило выделить ряд актуальных в пандемию проблем пожилых людей, усугубление недостатков как городского, так и сельского старения, в т.ч. в городах и селах пожилым людям была недоступна медицинская и социальная помощь, ограничены коммуникации, досуг, мобильность, транспорт, бытовые услуги. Если в сельской местности была возможность передвижений и физической активности в собственных дворах или в мало контролируемых сельских пространствах, то в городах мобильность была ограничена очень жестко, стали недоступны или «опасны» все публичные пространства. Онлайн-форматы стали на долгое время практически единственным средством коммуникации, но не все пожилые люди владеют навыками работы в смартфонах или компьютерах, не имеют как таковой необходимой техники и Интернета (прежде всего в селе).

Наши результаты показали актуальность многих проблем, в т.ч. задачи развития онлайн-форматов досуга и образования и повышения информационной грамотности пожилых людей. Учитывая данные исследований, к числу востребованных социально-практических проектных векторов мы отнесли досуговые и социально-образовательные форматы, а учитывая ограничения и режим самоизоляции – онлайн-формат этих взаимодействий и активностей для пожилых людей. В процессе выполнения научно-исследовательской работы мы приобрели навыки планирования и научного конструирования работы, отбора и анализа источников, разработки исследовательских инструментов и непосредственного общения с людьми пожилого возраста, анализа и проектирования на основе научных данных.

Информационная грамотность пожилых людей

Одним из векторов проекта стала инициатива обучения пожилых людей основам информационной грамотности онлайн и на дому. Партнерами в организации обучения выступили МБУ ЦСОН Первомайского и Кировского района г. Ростова-на-Дону. Основанием для начала проекта стало поданное в Центр социального обслуживания заявление 64-летней благополучательницы с просьбой провести для нее такое обучение на дому в период самоизоляции и ограничений. На подготовительном этапе закрепленный за ней социальный работник предварительно предупредил о наличии заболевания (инсульт) и постинсультных последствиях, о личностных особенностях, характере, манере общения, провёл инструктаж,

беседу о специфике занятий, их продолжительности и содержательности. После подготовительного этапа прошла первая встреча совместно с социальным работником, в ходе которой были обозначены интересующие темы, назначен план работы и проведена первичная психодиагностика. Студентами направления подготовки «Социальная работа» был разработан курс из восьми занятий, включающих комплекс домашних заданий и промежуточных и итоговой аттестаций, рассчитанный на еженедельные встречи общей продолжительностью 2 месяца. Курс включал такие темы как базовые навыки работы на компьютере, работа с текстом, выход в интернет, регистрация почтового ящика, социальные сети, сайт пенсионного фонда, государственных услуг, работа с принтером и сканером. В ходе работы не было исключением и наличие некоторых трудностей. Например, после перенесенного инсульта благополучательница испытывала трудности с запоминанием информации и выполнением определенных действий пальцами рук в связи с ограниченной моторикой. Было принято решение наклеивать стикеры на основные кнопки компьютера для более удобного использования, сделать блокнот со всеми занятиями в качестве подсказок, в начале каждого занятия проводить повторение прошлого материала. Также все действия были адаптированы под компьютерную мышь. Каждое новое занятие социальный работник интересовался продвижением дел, а также давал некоторые советы, как улучшить взаимодействие с клиентом. Подобный формат обучения на сегодняшний момент удобен и

эффективен, поскольку он позволяет учитывать индивидуальные особенности пожилого обучающегося в полной мере, минимизировать риски заражения, при этом способствуя уменьшению цифрового разрыва и включению людей старшего возраста в активную социальную среду.

Другой вектор компьютерной грамотности был направлен на онлайн-взаимодействия. Данная проектная инициатива была направлена на людей старшего возраста, заинтересованных в освоении базовых навыков работы с персональным компьютером и глобальной сетью Интернет в онлайн-формате. Данный формат работы актуален, так как Интернет стал основным способом общения во всех его проявлениях. Были разработаны видеоуроки и пакет сопровождающих материалов для пожилых людей, с тем чтобы они могли освоить основы ПК как при сопровождении процесса обучения со стороны студентов, так и самостоятельно. Основными стали темы, которые важны при первичном использовании ПК и для адаптации к современной информационной среде: безопасная работа в сети Интернет; электронная почта; Портал государственных услуг GOSUSLIGI.RU; Социальные сервисы; видео-общение в сети Интернет: бесплатные видеозвонки и обмен сообщениями между пользователями; видеохостинг «YouTube». Курс включал освоение навыков оплаты коммунальных платежей и получения госуслуг онлайн, работы с гаджетами для получения новостной информации, общения, культурного и личностного роста, чтобы

проводить время с пользой и удовольствием в период самоизоляции.

На начальном этапе была сформирована большая команда студентов, преимущественно уже имевших опыт ведения подобных курсов в живом личном взаимодействии на базе ИФиСПН ЮФУ, между участниками были распределены темы и обязанности. Каждый студент выполнял работу поэтапно – знакомился с материалом и принципами работы, погружался в свою тему, составлял доклад, презентацию, подбирал дополнительный раздаточный материал, «шпаргалки», задания для индивидуального выполнения и экзамена, который предполагается в конце курса. По каждой из тем были отсняты маленькие обучающие видеоролики, в которых лекторами выступали студенты.

Каждая тема была детально разобрана и все пробные уроки были представлены на обсуждение участникам общего проекта «Социальный климат старения» для коррекции и выявления западающих элементов, затруднительного для восприятия материала, улучшения визуализации и логики изложения, репетиции преподавания и повышения педагогических компетенций студентов. Разработчикам видеоуроков и шпаргалок из числа студентов было важно понять, как лучше представить материал, как именно его закрепить, на чем сделать акцент, как выстраивать темп речи и дизайн слайдов. Нужно было в общей дискуссии сориентироваться, как именно следует говорить с «учениками» старшего возраста с учетом их возраста и опыта

работы с ПК. Материал должен быть максимально доступен для восприятия и повторяться для лучшего усвоения. Был сделан акцент на возможности для общения и досуга, которые дают современные технологии, но также и на возможные риски (например, встреч с мошенниками в сетях и Интернет-пространстве) и на способы избегания обмана и манипуляций, напоминания о том, что не стоит переходить по разного рода ссылкам, отвечать на подозрительные сообщения и т.д. В каждом разделе курса были разобраны вопросы, которые чаще всего интересуют неопытных владельцев персонального компьютера.

Так, в рамках темы «Безопасная работа в сети Интернет» рассматриваются вопросы о том, откуда появляются вредоносные программы на компьютере и как определить, что компьютер заражен, что такое антивирусная программа, как ее выбрать и установить, каковы меры предосторожности в глобальной сети, в т.ч. как создать надежный пароль и обеспечить безопасность при покупках и расчетах онлайн. Подобный подход применялся и при подготовке других тем.

Дизайн и структура, содержание и логика видеоконтента и раздаточных материалов для разных занятий разрабатывались в едином стиле. На занятиях были определены роли – один лектор и индивидуальные наставники, регулирующие работу пожилых людей за компьютером, для комфортного освоения материала.

В ходе работы над проектом команда была приглашена для проведения курсов в реальном времени и пространстве Муниципального бюджетного учреждения «Центр социального

обслуживания населения Кировского района города Ростова-на-Дону» (МБУ ЦСОН Кировского района г. Ростова-на-Дону). В марте – мае 2021 года курс был реализован в режиме реальных занятий с малыми группами слушателей пожилого возраста в кабинетах компьютерной грамотности ЦСО, оснащёнными необходимой техникой. Все прежние наработки команды оказались полезны. Но в работе с пожилыми людьми возникали определенные трудности – формат донесения информации, закрепление изученного материала, практика дома, так как не все располагали ресурсами. Однако, раздаточный материал помогал самостоятельно вспоминать изученные темы, а также готовиться к итоговой аттестации.

Студенты выступали в разных ролях – лекторы, внуки, друзья, а также психологи, так как на начальных этапах необходимо было сформировать группу, в которой будет комфортно находиться всем. Сложно было донести один и тот же материал до людей, у которых имеются определённые ограничения, например, со слухом. Студенты вынуждены были либо говорить громко, либо повторять информацию, либо находиться поблизости с пожилым человеком. В данном случае индивидуальные наставники помогали лекторам.

Весь процесс изучения проходил интересно и весело, в непринужденной обстановке как для студента, так и для пожилых людей, которые после каждого занятия выражали молодым людям благодарность. На занятиях каждый делился

опытом работы с ПК, своими навыками, «ученики» давали друг другу рекомендации.

Проектный модуль «Виртуальные экскурсии»

Данная проектная инициатива предусматривала создание виртуальных обзорных экскурсий продолжительностью 8-10 минут для поддержания культурно-образовательного досуга пожилых людей, предоставления им возможности «попутешествовать» даже в режиме самоизоляции, узнать о каких-либо достопримечательностях в формате видеороликов на платформе видеохостинга «YouTube». Данный проект дает возможность совершать виртуальные путешествия по городам, странам и континентам, проводить экскурсии по музеям мира, не выходя из дома, побуждает людей к познанию, развивает творческие способности зрителей и организационные качества экскурсоводов.

Поскольку пожилые люди имеют время и желание совершать виртуальные путешествия, но не всегда сами могут найти нужные бесплатные ресурсы и пройти по ссылкам, в рамках проекта студенты сами решили приготовить серию таких роликов и поместить их в одном доступном месте. В процессе работы возникали трудности с освоением новых технологий, таких, как программы видеомонтажа и работа на сайте YouTube, вопросы возникали с правильным подбором тем, структуры экскурсии, темпа видео и силы звука, а позднее - с продвижением видеороликов среди пожилых людей. Трудоемкость работы заключалась в поиске всей необходимой информации и

визуального материала на различных туристических и исторических сайтах, обозначения окончательного варианта текста, а в дальнейшем его записи на диктофон и последующем монтаже. Внимание уделялось запросам и отзывам людей старшего возраста при помощи опросов, экспертных оценок и обсуждений.

Были подготовлены следующие экскурсии:

1. Виртуальная экскурсия - НОЙШВАНШТАЙН, Германия, Бавария. <https://www.youtube.com/watch?v=DF1a6Lg8PHI&t=2s>

2. ТАДЖ МАХАЛ - Индия, Агра "8 чудо света" <https://www.youtube.com/watch?v=O1cDXiFv9jc&t=4s>

3. Колизей, Амфитеатр Флавиев - Рим, Италия. <https://www.youtube.com/watch?v=AFYkAEjIX2E&t=3s>

4. Дворец Потала - Тибет, Лхаса. <https://www.youtube.com/watch?v=eF4GpKR8Ihk&t=11s>

5. Собор Святого Петра – ВАТИКАН. <https://www.youtube.com/watch?v=4US4IS4PiQg&t=429s>

Авторы вели постоянный мониторинг просмотров и отзывов. Для этого применялись опросники в гугл-форме. Видео получили более тысячи просмотров, среди отзывов можно найти такие: «Очень информативное видео, спасибо. Хотелось бы увидеть еще больше видео по Западной Европе в ближайшем будущем!», «Спасибо было интересно! Не останавливайтесь на этом, снимайте больше такого же плана видео, с большим удовольствием буду смотреть!», «Узнала очень много интересного», «Спасибо за

ролик, форумчане Форума Молодых пенсионеров как раз путешествуют (виртуально, конечно же) по Ватикану», «Спасибо за экскурсию !!! Было интересно! Если будет у вас такая возможность в прекрасном городе Санкт-Петербург есть тоже очень интересные места, хотелось бы и в них побывать на такой экскурсии. Еще раз огромное спасибо!», «Интересное видео, такой формат даёт возможность путешествовать онлайн, это очень круто». Эти отклики лягут в основу наших новых проектных векторов в будущем.

Проектный модуль «Здравствуйте всегда»

Выход на пенсию для многих пожилых людей становится фактором, серьезно меняющим их жизнь. В это время у людей меняется образ жизни и активности, появляется свободное время. В условиях самоизоляции и ограничений свободное время стало временем «рисков» - нет возможности вести привычный образ жизни, гулять, общаться с близкими людьми, вследствие чего растет риск депрессий, снижения настроения. Обращая внимания на данные проблемы людей пожилого возраста, была разработана проектная инициатива «Здравствуйте всегда» с целью повышения жизненного тонуса пожилых людей, их социальной, когнитивной и физической активности. Задумка проекта заключается в подготовке видеороликов развлекательно-интеллектуального формата, который включает тематику культурной направленности, интересной и знакомой людям старшего возраста. Такие форматы поддерживают когнитивную активность и повышают настроение.

В начале работы была предположена реализация идеи проекта в очном формате, однако из-за распространения коронавирусной инфекции были закрыты учреждения, которые мы воспринимали как потенциальных партнеров. В дальнейшем данная проблема была решена путем осуществления задуманной деятельности на просторах интернета. Задумка заключалась в размещении культурно-досуговых видеороликов на видеохостинге YouTube, где предоставлялся открытый доступ к проектным продуктам. А также благодаря данному сайту, можно было легко определить мониторинг проделанной работы.

В начале работы было запланировано создание нескольких видеороликов, в результате дальнейшей деятельности мы определились с точным планом проекта, который состоял из следующих тематик:

1. Видео "Угадай советский фильм по песне " - 16.11.2020 г.
2. Видео " Угадай советского режиссера " - 23.11.2020 г.
3. Видео "Интеллектуальная викторина" - 07.12.2020 г.
4. Видео "Угадай песню по мелодии" - 14.12.2020 г.
5. Видео "Угадай имя персонажа и сказку, в которой он играет" - 21.12.2020 г. (Ссылки на видеоролики: <https://www.youtube.com/channel/UC3iwyV3z1t9ZtpVtifauCAw>)

В проекте также осуществлялась работа с достаточно удобной платформой Trello. На данной платформе есть возможность создания досок своего проекта, можно было создавать карточки с целями, задачами, планами, этапами проекта,

что значительно облегчило структурирование работы и ее выполнение.

Первой трудностью, с которой столкнулись авторы при осуществлении проекта, было отсутствие бесплатного видеоредактора. В пробных бесплатных версиях было достаточно много ограничений, которые мешали при создании видеороликов. По рекомендации коллег все же удалось найти программу, способную справиться с поставленными задачами и идеями. Для этого была выбрана программа Animotica Video Editor. До реализации проекта участники не имели опыта работы с программой редактирования и создания видео материала. В процессе нужно было освоить следующие навыки: монтирование видео, накладывание звука, текста, оформление фона. На создание одного видео уходило более 6 часов в день. В эту работу входили: поиск необходимого материала (отрезки кинофильмов, музыка, картинки, текстовая информация), монтирование самого продукта, создание и оформление канала YouTube, размещение готового видеоролика, создание google-анкеты, ее размещение в описании видео для сбора откликов. Вторая трудность – привлечение целевой аудитории. Для ее возможного решения были предприняты следующие меры: видео были добавлены в группу «Социальный климат старения» ВКонтакте со ссылками на YouTube канал, отправлены в организации социального обслуживания, а также коллеги рекомендовали проектные продукты для просмотра своим знакомым («сарафанное радио»).

Далее проведем краткий обзор по некоторым готовым продуктам. Музыкальная викторина «Угадай советский фильм по песне» получила 10 отметок «нравится» и 2 комментария: «Спасибо, я получил огромное удовольствие от просмотра», «Класс. Очень интересно». Видеоролик «Угадай песню по мелодии» получил 14 отметок «нравится» и 2 комментария: «Спасибо, нравится идея такого формата! Делайте еще видео такого плана, очень интересно!», «Очень интересно, спасибо». Видео «Угадай сказку и персонажа» получило 10 отметок «нравится». Были получены положительные отклики. Для более подробного анализа эффективности разработки проекта была создана система мониторинга. Айшат Алиевна Абдуллагаджиева разработала опросник в google-форме для удобства получения отзывов о проделанной работе. Эту анкету можно увидеть на сайте проекта. Данный опросник был прикреплен к каждому видеоролику, включал в себя 13 вопросов, уточняющих информацию о возрасте и половой принадлежности зрителей, об их впечатлениях, отзывах и пожеланиях, о плюсах и минусах, оценке качества, длительности видеоролика, полезности в период пандемии. На сегодняшний день мы получили более 500 просмотров, много позитивных откликов, предложений и ответов. Хватает и критических замечаний, и положительных. Критические замечания в основном по оформлению видеоролика (громкая музыка, качество записи голоса). Рекомендации: поменять музыку, добавить во время ответа биографию об исполнителе, перезаписать голос с помощью качественного диктофона,

поменять кое-где заставки. Что касается положительных откликов, здесь можно отметить: «Хорошие песни выбрали», «Красиво нарезано и собрано видео», «Отличный формат», «Спасибо, все интересно. Продолжайте, буду с удовольствием смотреть». В целом данный вектор деятельности был эффективным, увлекательным и достаточно перспективным. Каждый из команды проекта «Здравствуйте всегда» внес свой индивидуальный вклад. По окончании проекта команда получила новые навыки и компетенции, которые пригодятся в дальнейшем. Прежде всего это умения, связанные с монтированием видеороликов, сплоченная командная работа, умение работать с платформой Trello.

Кулинарный проект «Мир увлечений»

Авторами проекта являются студентка ИФиСПН ЮФУ Борисова Анна Игоревна и её бабушка 66-летняя пенсионерка Борисова Татьяна Викторовна. Придуман проект в ноябре 2020 года для приятного времяпровождения за приготовлением вкусных блюд в формате видеороликов на платформе YouTube.

Кто-то воспринимает процесс приготовления пищи как тяжелый труд, а кто-то обожает готовить, украшать и импровизировать в приготовлении новых кулинарных шедевров. На YouTube-канале «Мир увлечений» пожилые люди смогут найти как простые домашние рецепты, так и видеоуроки по карвингу (искусство художественной вырезки по овощам и фруктам). Весь материал представлен в формате видеороликов с инструкцией по выполнению того или иного блюда.

Актуальность выбранной темы заключается в том, что в настоящее

время пожилые люди в нашей стране стали наиболее социально незащищённой категорией общества. После прекращения трудовой деятельности у пожилых людей снижается уровень материального благополучия, с возрастом ухудшается здоровье, слабеет память, сужается круг общения. Задачи проекта – раскрыть творческий потенциал, скрытые способности пожилых людей, пробудить интерес к жизни, дать новый приток сил и энергии, отвлечь от стрессов. Кулинарные таланты бабушек и мам всегда памятливы нам, и мы любим домашнюю кухню наших старших членов семьи. Такие проекты повышают внимание и уважение к пожилым людям, их опыту и навыкам.

Работа над проектом строилась в несколько этапов: в начале работы была положена идея съёмки кулинарных видеороликов, далее подбирались рецепты, подходящие под задумку канала, проходила съёмка и монтаж видео. В конце всей работы ролики выкладывались на платформу YouTube. Были отсняты следующие видеоролики:

1. Карвинг. Цветок из огурца. <https://youtube.com/watch?v=Xw5IdG21iPA&feature=share>

2. Картофельные драники. <https://youtube.com/watch?v=C92eqUYK0Fw&feature=share>

3. Фаршированные лодочки. <https://youtube.com/watch?v=f4dVpzbOC4U&feature=share>

4. Домашние пельмени. <https://youtube.com/watch?v=b3a79Erwkww&feature=share>

5. Вареники с картошкой. <https://youtube.com/watch?v=4SYGWbBzstQ&feature=share>

6. Кофейное и фруктовое желе. <https://youtube.com/watch?v=K8Q4whWBwLA&feature=share>

В процессе работы возникали трудности в освоении новых программ по монтажу видео. На данном этапе удалось получить опыт в съемке и редактировании видеороликов, что пригодится в дальнейшем для создания новых видео.

Проект «Мир увлечений» собирает отметки «нравится» и различные комментарии на платформе Youtube. В крайних видео был добавлен не только пошаговый план приготовления блюда, но и краткая история его создания. Данный проект послужил не только обучению приготовления простых домашних блюд, но и приятному времяпровождению, сближению бабушки и внуки.

Расширение границ проекта в рамках SfeduNet 3.0 ЮФУ по модели Университета НТИ 20.35

В ходе проектной деятельности группа приняла участие в одном из лучших проектно-образовательных интенсивов России, который проводит ЮФУ — SfeduNet 3.0 по модели Университета НТИ 20.35. Участие в интенсиве дает студентам широкие возможности в развитии навыков и опыта реализации проектов разной направленности. Проект «Социальный климат старения» был включен в исследовательский трек интенсива 2020-2021 гг. и сосредоточен не только на работе над практической составляющей,

но и на научном анализе социальной проблемы старения в современном обществе, на рефлексии результатов проекта, его способности менять в лучшую сторону социальное пространство старения и приносить пользу для целевой аудитории. Благодаря участию в SfeduNet 3.0 у команды проекта появилась возможность прокачать «гибкие» и конкретные навыки («soft» и «hard skills»), приложить к себе разные командные роли (лидер, проектировщик, разработчик, дизайнер, PR, HR, маркетолог, продавец, переговорщик), посетить лекции и мастер-классы от лидеров отраслей и практиков, получить доступ к качественным онлайн-курсам. Участие в проектно-образовательном интенсиве SfeduNet 3.0 по модели Университета НТИ 20.35 позволило проявить и развить свои сильные качества, стало платформой для создания профессионального цифрового портфолио участников и старта будущей карьеры, в целом расширило возможности воплотить реальный проект.

Итоги и перспективы развития проекта

На данном этапе студенты получили новые навыки и компетенции, которые пригодятся в дальнейшей профессиональной деятельности и в неформальном взаимодействии с людьми старшего возраста. Ценными видятся новые умения, связанные с монтированием видеороликов, сплоченная командная работа, умение работать с платформой Trello. Удалось понять интересы старшего поколения, получить от них обратную связь и предложить ряд авторских идей, воплотить их в реальность, и даже улучшить качество предоставляемого

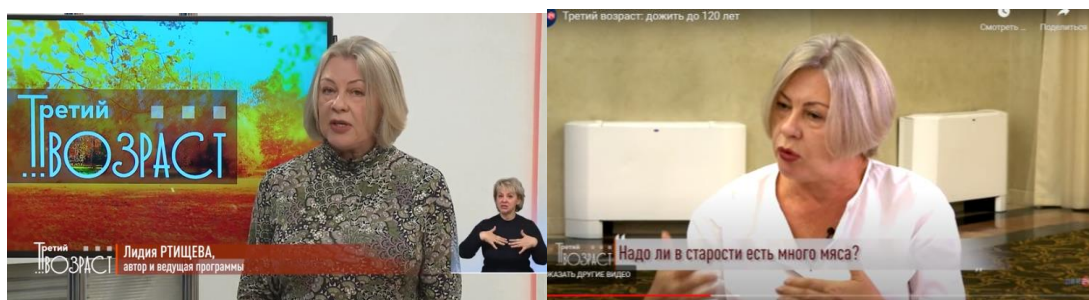
материала. Судя по комментариям, пожилые люди довольны тем, что им предлагают проектные модули. Работа команд продолжается, в т.ч. требуется увеличить количество благополучателей, распространить информацию о реализуемых проектах среди большего количества пожилых людей, а также реализовывать новые идеи в рамках своих проектов.

Авторская телевизионная программа «Третий возраст».
Телеканал ДОН24 и ОТР (региональное вещание),
г. Ростов-на-Дону

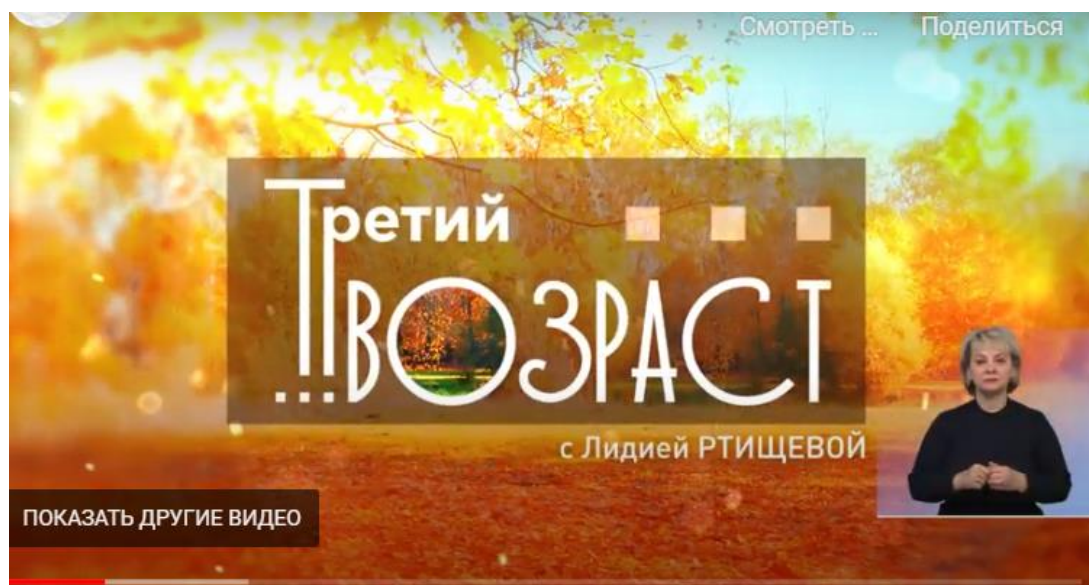
Ртищева Лидия Павловна, автор и ведущая телевизионной
программы «Третий возраст». Медиа-холдинг «Дон-медиа»,
г. Ростов-на-Дону



Лидия Павловна Ртищева



Авторская телевизионная программа «Третий возраст».
Телеканал ДОН24, Ростов-на-Дону



Авторская телевизионная программа «Третий возраст».
Телеканал ДОН24 и ОТР (региональное вещание),
г. Ростов-на-Дону

Ртищева Лидия Павловна, автор и ведущая телевизионной программы «Третий возраст». Медиа-холдинг «Дон-медиа», г. Ростов-на-Дону

В Ростовской области реализуется уникальный проект – авторская телевизионная программа «Третий возраст», которая выходит еженедельно на канале ДОН24. Автор и ведущая телевизионной программы «Третий возраст» Лидия Павловна Ртищева реализует этот проект с 2018 года. Программа выходит по пятницам в 15:15, повторяется в 08:15 в воскресенье, в другие дни в ночном эфире, а также демонстрируется на ОТР в субботу в 08:30, в понедельник в 18:45. Время программы может меняться в связи с изменением сетки телепередач. Но любую из программ в любое время можно посмотреть на сайте Дон24: <https://don24.ru/tv/tretiy-vozrast.html> (или набрать в Яндексе (Гугле): Третий возраст. Дон24, Лидия Ртищева). За 4 года еженедельного вещания менялся формат и хронометраж программы, время выхода в эфир и количество повторов, но суть остается неизменной: просвещать, вдохновлять и мотивировать.

Основная цель программы «Третий возраст» – популяризация культуры старения: биологического, психологического и социального. А также знакомство широкой аудитории с практиками физической и социальной активности,

оздоровительными методиками, которые способствуют благополучному долголетию.

Концепция программы «Третий возраст» авторская. Этот уникальный проект реализуют всего три человека – автор и ведущая Лидия Павловна Ртищева, а также оператор и монтажер медиа-холдинга «Дон-медиа».

Тематика программы неисчерпаема.

Лидия Павловна рассказывает, о чем программа «Третий возраст»: *«Прежде всего о людях, чей жизненный опыт интересен не только ровесникам – пожилым людям. Мы хотим, чтобы и молодые люди смотрели на героев наших программ с интересом, восхищением и уважением. Истории людей, которые живут ярко и наполнено, щедро делятся своим пониманием жизни, разные, но все они мотивируют и вдохновляют. Культура старения – это прежде всего культура здоровья. Если в наших силах возможно повлиять на собственное здоровье, скорректировав образ жизни, преступление против себя, не делать этого. Об основных правилах здорового долголетия доступно, аргументированно и убедительно рассказывают врачи разных специальностей, гериатры, геронтологи, биологи. Старение бывает биологическое, которое может начинаться уже с 10 лет, психологическое, и социальное. Все эти аспекты рассматриваются в программе «Третий возраст». Спикерами программы становятся психологи и психотерапевты, косметологи и стилисты, а также специалисты в области финансовой грамотности и социальной активности людей*

серебряного возраста. Последние исследования в области продления активной жизни – все это предмет нашего интереса».

Героями программы «Третий возраст» становятся уникальные люди, чей личный жизненный опыт успешного старения вдохновляет и мотивирует. С другой стороны, в программу приглашаются эксперты высшего уровня, среди которых доктора и кандидаты медицинских, биологических и психологических наук; в программе принимали участие главный иммунолог, терапевт, невролог, гастроэнтеролог и другие главные специалисты города Ростова и Ростовской области, руководители учреждений, отделений и клиник, классные специалисты. Их рекомендации и аргументы в области успешного и благополучного старения убедительны и бесценны.

Лидия Павловна окончила отделение журналистики Ростовского государственного университета (ныне Южный федеральный университет). Работала в Правительстве Ростовской области заместителем начальника управления информационной политики Ростовской области, была главным редактором газет «Молот», «Московский комсомолец» (региональная вкладка), «Легкое дыхание»; журнала «Ваш капитал». В настоящее время работает в медиахолдинге «Дон-медиа» редактором программы «Третий возраст». Как можно охарактеризовать персональные качества и интересы Лидии Павловны Ртищевой? Любознательность и интерес. Общение, чтение, кино, путешествия.

Как и почему появилась идея телепередачи «Третий возраст»? Лидия Павловна Ртищева отвечает: *«Личный интерес к*

физическим, психологическим процессам старения, к проблемам культуры старения в современном обществе. Эта тема глубоко близка мне, потому что я и мои друзья вступили в так называемый третий возраст. Мои ровесники составляют треть населения Ростовской области и страны. Пенсионеры. Работающие и неработающие. Это и есть потенциальная аудитория ТВ-программы «Третий возраст»».

Есть ли аналоги программы? Лидия Павловна говорит о том, что существуют программы и телевизионные шоу о достижениях людей серебряного возраста, интервью о здоровье, в том числе и пожилых людей. Есть выступления видеоблогеров о тех или иных аспектах жизни людей третьего возраста, оздоровительных практиках. Но регулярно выходящих в эфир тематических программ, подобных программе «Третий возраст» не встречалось.

Как повлиял приход пандемии, введение ограничений и режима самоизоляции на работу? Во время пандемии сузилась тематика «Третьего возраста». В основном программы снимались на базе Ростовского медуниверситета и были посвящены здоровью. На будущее есть планы по изменению формата, расширению тематики и аудитории.

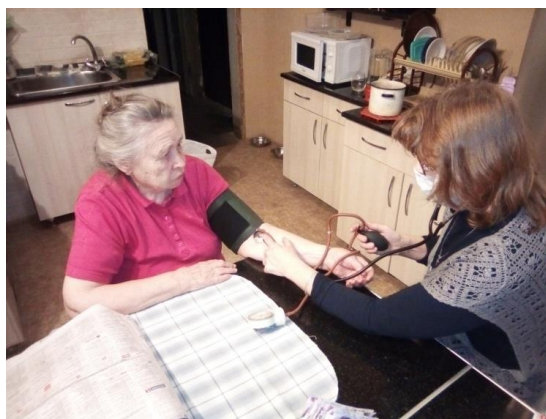
Лидия Павловна Ртищева – автор и ведущая телевизионной программы «Третий возраст» (Медиа-холдинг «Дон-медиа») открыта для общения: lidia_rt@mail.ru. Авторская телевизионная программа «Третий возраст» идет на канале ДОН24, ее повтор на ОТР (региональное вещание), программу можно посмотреть в любое время на сайте Дон24. <https://don24.ru/tv/tretiy-vozrast.html>

**Проект «Твори добро». Кировское районное отделение
Общероссийской общественной организации «Российский
Красный Крест» в городе Ростове-на-Дону**

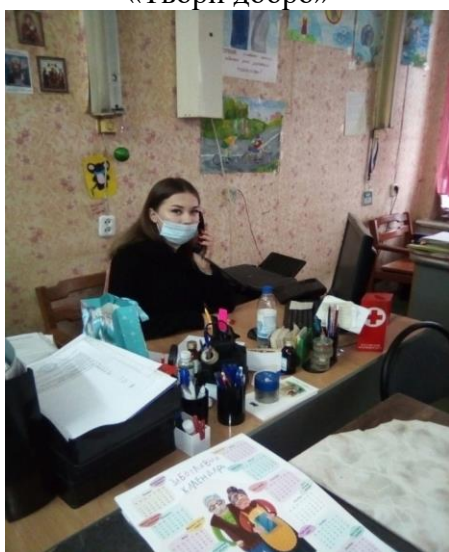
Ященко Вероника Владимировна, руководитель Кировского
районного отделения Общероссийской общественной
организации «Российский Красный Крест», г.Ростов-на-Дону



Вероника Владимировна Яценко. Проект «Твори добро»



Медико-социальная помощь на дому.
Контроль измерения давления



Помощники Красного Креста ежедневно общаются с людьми, нуждающимися в поддержке, по телефону.



Борьба с пандемией. Влажная уборка у подопечных тяжелобольных.



Поздравление с 90-летним юбилеем



Обеспечение продуктами

**Проект «Твори добро». Кировское районное отделение
Общероссийской общественной организации «Российский
Красный Крест» в городе Ростове-на-Дону**

*Яценко Вероника Владимировна, руководитель Кировского
районного отделения Общероссийской общественной
организации «Российский Красный Крест», г.Ростов-на-Дону*

Вероника Владимировна Яценко руководитель Кировского районного отделения Общероссийской общественной организации «Российский Красный Крест» в Ростове-на-Дону и инициатор проекта «Твори добро». У Вероники Владимировны 3 высших образования (медицинское, юридическое и Президентская программа по повышению управленческих кадров по профессии маркетолог), ее увлечение – путешествие по разным странам. 1 сентября 2021 года исполнится 27 лет, как Вероника Владимировна работает руководителем Кировского районного отделения Общероссийской общественной организации «Российский Красный Крест».

Вероника Владимировна рассказывает, как она пришла в свою профессию: *«В Красный Крест пришла в 1994 году, с одной стороны, случайно, а на самом деле ничего случайного не бывает, так и должно было случиться. Вышла замуж и приехала с Севера в Ростов-на-Дону, что называется «за мужем». Ушла в декретный отпуск, после декрета стала искать работу, где бы было приятно и удобно работать. Предложили работу в Красном Кресте, оказалось, что это моя профессия и моя жизнь. С тех*

пор я тут. Была помощником руководителя, затем стала руководителем».

Не секрет, что работа в Красном Кресте – это помощь людям, которые оказались в трудной жизненной ситуации, пережившими горе, боль. Если помогать им по-настоящему и заниматься этим ежедневно – то все нужно пропускать через себя, это нелегко. Может возникнуть чувство, что ты бессилен, что бы ты ни делал - все равно вокруг каждый день появляется много боли и страдающих людей. Что делать, чтобы не «выгореть»? Опыт показывает, что нужно верить. Помогая конкретному человеку, ты видишь, как меняется его персональная жизнь, как на его лице появляется улыбка. Ради этого стоит жить. Это помогает снять остроту переживания человеческой боли на внутреннем, психологическом уровне, показывает, что все не зря, что это нужно людям, приносит пользу и радость. А еще очень важно уметь переключаться и разговаривать с миром. Вероника Владимировна делится своим секретом преодоления профессиональной усталости. Она преподает в вузах и колледжах региона, говорит с молодежью о проблемах и технологиях социально-медицинского ухода, о своем опыте социальной поддержки, обсуждает те ситуации, которые встречаются в практике. Это способ трансляции эффективных технологий преодоления социальных проблем, это возможность искать новые пути решения даже там, где, кажется, решений нет, проблема глубоко засела, корнями проросла. И конечно, это хороший путь для мотивации добровольцев и будущих профессионалов. Много

людей равнодушных вокруг. Многие готовы и хотят помогать другим. Мир можно менять, если любишь людей, если ты не равнодушен. Мир вокруг становится добрее и лучше, ради этого стоит жить.

Характеризуя свое отношение к жизни, Вероника Владимировна говорит: *«На моем пути встречались разные люди, но я благодарна судьбе за то, что хороших всегда больше. Моя работа – это помощь людям, которые попали в беду, которым намного тяжелее, маленьким и большим, заболевшим, которым нужна операция и реабилитация, у которых нет родных и близких, у которых не осталось крова, которым нечего есть и нечего надеть, которым надо обязательно помочь! За все эти годы нашу помощь получили свыше 50 тысяч человек. За плечами помощь людям, пострадавшим от наводнения в Краснодарском крае, в Крымске, помощь беженцам из Чечни, Украины, помощь погорельцам на Семашко, на Театральном. Я хочу, чтобы наши грустные истории были со счастливым концом. Вместе мы можем многое!»*

С 2020 года под руководством Вероники Владимировны силами ее коллег и единомышленников стал реализовываться социальный проект «Творите добро с нами». Проект реализуется в городе Ростове-на-Дону для улучшения качества жизни пожилых и инвалидов, организации ухода и преодоления социального одиночества с учетом вынужденного введения ограничительных мер и новых санитарных требований, предъявляемых в условиях распространения и борьбы с коронавирусной инфекцией». В

рамках проекта обученные сотрудники помогают и приходят к людям домой и ухаживают. В проекте задействованы 7 сотрудников и 20 волонтеров. В числе благополучателей – люди старшего поколения; люди с ограниченными возможностями здоровья или тяжелыми заболеваниями; инвалиды, маломобильные люди, нуждающиеся в уходе, в том числе вышедшие после длительного стационарного лечения домой. Не все родственники имеют возможность оказывать уход и заботу, социально-медицинское сопровождение, иногда не хватает времени на простое человеческое внимание к своим близким, поэтому работники (волонтеры или медработники) оказывают поддержку, уход, лечение, общение, организуют контроль приёма лекарств. Проект предусматривает комплексную работу по улучшению качества жизни пожилых и инвалидов, по преодолению их социального одиночества с учетом вынужденного введения ограничительных мер и новых санитарных требований, предъявляемых в условиях распространения и борьбы с коронавирусной инфекцией. В 2020 года работниками, задействованными в проекте, был организован пошив масок. Из-за пандемии медико-социальная помощь оказывалась только срочной службой Красного Креста и волонтерами. Работа по уходу переместилась прежде всего в дома людей.

Как и почему возникло это проектное направление? С введением в апреле 2020 года на территории города Ростова-на-Дону режима самоизоляции из-за пандемии коронавирусной

инфекции COVID-19 резко усугубились социальные вопросы, связанные с жизнью и мобильностью пожилых людей, особенно имеющих заболевания или инвалидность, маломобильных, частично либо полностью утративших возможность к самообслуживанию. Обращаемость одиноко живущих пенсионеров за медицинской и социальной помощью характеризует, с одной стороны, состояние их здоровья, с другой — систему организации им медицинской помощи, ее доступность. Пандемия коронавируса показала высокую востребованность медико-социальной помощи, особенно в сфере поддержки пожилых людей и инвалидов, например, часто было сложно даже вызвать врача на дом. Одной из новых и крайне острых проблем оказалось большое число людей, которые нуждаются в помощи, но никак не дают о себе знать органам социальной защиты, соседям или близким, и пандемия поставила задачу выявления неучтенных одиноких людей, нуждающихся в помощи.

Как известно, пандемия COVID -19 угрожает в первую очередь пожилым людям, людям с различными заболеваниями. Из-за накопившихся болезней и слабого организма сложнее бороться с деструктивными заболеваниями. Режим самоизоляции – тяжёлое время для всех, но, пожилым людям и инвалидам в силу специфики их возраста и заболеваний приходится сложнее. Медико-социальная служба Красного Креста ухаживает за тяжелобольными и просто одинокими пожилыми людьми. Специалисты обрабатывают пролежни, делают перевязки, уколы, меняют подгузники, помогают помыться, кормят. Но обязательно

нужно согреть подопечного добрым словом. Выслушать. Часто – в сотый раз одно и то же. И сделать вид, что слышишь это впервые. Ведь у пожилых людей и людей с серьезными нарушениями здоровья бывает «синдром пассивного времяпрепровождения». Это очень неприятное состояние, когда нет ни сил, ни желания что-либо делать, когда тоска и апатия переходят в хроническую депрессию. Как следствие — дают о себе знать болезни. Увеличилось количество людей, особенно лежачих, маломобильных, инвалидов, ждущих помощи, возросло число учреждений, которые необходимо посетить в интересах этих людей. Коронавирус помог нам выявить, так называемых, скрытых людей с тяжелыми заболеваниями, которых некому даже покормить.

Проект – это комплекс мероприятий, включающих уход, сопровождение, реабилитацию и абилитацию, социализацию, психологическую поддержку и другие виды помощи, позволяющие компенсировать ограничения, сохранить качество жизни человека. Это включает медицинскую помощь, помощь в реабилитации, если она возможна, необходимые лекарства, средства гигиены, подходящие технические средства, такие как коляска, ходунки и т.д., помощь в быту, например, в уборке или приготовлении еды, необходимый уход и помощь в соблюдении гигиены, возможности социализации, поддержания социальных связей, полноценного отдыха и досуга, возможность оставаться дома, а не переезжать в интернат, а если переезжать — то по желанию, а не по необходимости. Нам удалось во многом

оперативно скоординировать уже реализующиеся социальные проекты преодоления социальной изолированности тяжелобольных пенсионеров и инвалидов. Наши люди – часть человеческого потенциала. Осуществлённый проект не оставит без внимания не только тяжелобольного и маломобильного человека, но и поможет волонтерам и добровольцам, приносить еще большую пользу обществу, делаясь своим опытом помощи людям. Данный проект не только поможет сохранить и продлить активную и полноценную жизнь пожилым людям и инвалидам, обеспечит комфортное и удобное для них социально-бытовое, психологическое, информационное, санитарно-гигиеническое сопровождение, но и позволит им ощущать себя полноценными членами общества. Партнерами проекта выступают РостГМУ и Ростовский базовый медицинский колледж, компания «Белла-Дон, Общество инвалидов «Феникс», Всероссийское общество глухих, АНО «Лига поставщиков социальных услуг» и другие.

Основные мероприятия проекта можно описать в нескольких векторах. На дому 40 подопечных получают медицинскую помощь, помощь в реабилитации, если она возможна, необходимые лекарства, средства гигиены, подходящие технические средства, такие как коляска, ходунки и т.д.; помощь в быту, например, в уборке или приготовлении еды; необходимый уход и помощь в соблюдении гигиены; возможности социализации, поддержания социальных связей, полноценного отдыха и досуга. Сотрудниками и волонтерами осуществляется не менее 3000 посещений в год, а общее количество услуг превышает

12000 в год. В офисе Красного Креста работает Амбулатория. В Амбулатории квалифицированный специалист измерит давление, сахар в крови, поможет связаться с различными специалистами в социальной службе, поликлинике, решит разные житейские вопросы. Помощь получают не менее 200 человек в год и в целом такого рода услуг оказано не менее 800. Помощники Красного Креста ежедневно общаются с людьми, нуждающимися в поддержке, по телефону. В ответ на дефицит общения и растущую тревогу у пожилых людей мы решили делиться с ними оптимизмом по телефону. Такую нужную помощь получают не менее 50 остро нуждающихся ежемесячно. Отделение обеспечивает не менее 200 человек средствами индивидуальной защиты (маски, перчатки, дезсредства). Обучено не менее 20 волонтеров основам ухода на дому. Проведено бесед и консультаций психолога не менее 200. Обеспечение горячими обедами и продуктами питания не менее 80 человек. В ходе работы регулярно осуществляется контроль процесса и ведется оценка результатов по отзывам подопечных и благополучателей.

Какие итоги проекта можно назвать на данный момент? Среди количественных результатов следует указать 40 благополучателей, работа с которыми проводилась и проводится на регулярной основе на дому и еще 200 человек получили разовую помощь. Услуги по телефону получают 50 человек ежемесячно, 80 человек получили помощь в виде продуктовых наборов 200 человек в виде СИЗов, 200 благополучателей получили помощь в Амбулатории, 240 человек - медицинскую и

консультационную поддержку, 50 человек - поддержку психолога. В рамках проекта проведено обучение 20 добровольцев. Качественные результаты проекта имеют гораздо более важное значение – это улучшение жизни людей. Мы видим улучшение физического и эмоционального состояния людей, формирование и сохранение чувства безопасности, содействие в организации комфортной среды проживания. Самое главное - проект положительно влияет на качество жизни окружающих и вовлеченных людей.

Пандемия - это колоссальный опыт переживания собственной уязвимости, хрупкости, утраты свободы и контроля над своей жизнью. Но большая ответственность перед благополучателями по проекту. Красный Крест стал для подопечных тем мостиком, который их связывал с внешним миром и системой здравоохранения. Постарались дать ответ на новые вызовы. Реализация заявленного проекта вносит существенный вклад в преодоление последствий пандемии. В планах на будущее – развитие проекта, инициирование новых технологий и привлечение новых людей, например, привлечение врачей к дальнейшему развитию программы, информационная поддержка подопечных, работа психологов, проведение встреч в различных НКО с привлечением квалифицированных специалистов и конечно продолжение проекта.

Проект «Школа золотого возраста». Региональная общественная организация содействия защите прав пострадавших от террористического акта «Волга-Дон», г. Волгодонск Ростовской области

Халай Ирина Ивановна, руководитель Региональной общественной организации содействия защите прав пострадавших от террористического акта «Волга-Дон», г. Волгодонск Ростовской области

Интервьюер Александр Афанасьев, студент Южного федерального университета, г. Ростов-на-Дону



Ирина Ивановна Халай



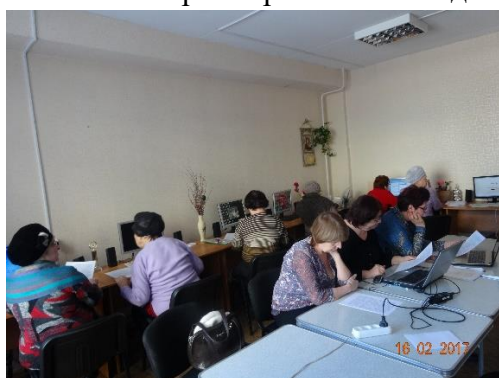
Флаер «Волга-Дон»



День памяти жертв теракта в Волгодонске



Подпроект «Память»



Компьютерные курсы



Субботник в Экологическом сквере
Общественной палаты Волгодонска



День пожилого человека на загородной
базе отдыха



Обследование в центре здоровья
МУЗ "Городская поликлиника №3

**Проект «Школа золотого возраста». Региональная
общественная организация содействия защите прав
пострадавших от террористического акта «Волга-Дон»,
г.Волгодонск Ростовской области**

*Халай Ирина Ивановна, руководитель Региональной
общественной организации содействия защите прав
пострадавших от террористического акта «Волга-Дон», г.*

Волгодонск Ростовской области

*Интервьюер Александр Афанасьев, студент Южного
федерального университета, г.Ростов-на-Дону*

Ирина Ивановна Халай – основатель и руководитель Региональной общественной организации содействия защите прав пострадавших от теракта «Волга-Дон», расположенной в городе Волгодонске Ростовской области (РОО СЗППТ «Волга-Дон»). Свой карьерный путь Ирина Ивановна начинала инженером, таким «технарём». Окончила Волгодонской филиал Новочеркасского политехнического института. Работала на заводе. Однако после 16 сентября 1999 года (теракта в Волгодонске) её жизнь изменилась на 360 градусов. В 2006 была создана общественная организация «Волга-Дон». На вопрос о том, как и почему пришла к идее данной практики, Ирина Ивановна говорит об отсутствии закона о защите прав жертв терактов в РФ. Незащищенные граждане, например, пережившие Беслан и Норд-Ост, не имеют возможности и оснований отстаивать свои права и просить о поддержке. «Волга-Дон» активно занимается

реабилитацией жертв терактов. Эта деятельность способствовала победам в конкурсах грантов для помощи жертвам террористических актов. Однако в целом отмечается отсутствие финансирования этой деятельности и недостаточное внимание к проблеме защиты жертв терактов со стороны правительства.

Ирина Ивановна - коммуникабельный и коллективный человек, любит делать подарки своим активистам. Ирина Ивановна уверена, что находится на своём месте, ее цель - желание помогать пожилым людям и обучать их новому. Будущих социальных работников она попросила бы быть сострадательными к своим подопечным. В РОО СЗППТ «Волга-Дон» она работает бесплатно (из-за отсутствия финансирования), ей самой финансово помогает лишь ее пенсия. Функции организации заключаются в оказании поддержки пожилым людям. Так, предлагается помощь в виде тренингов, мастер-классов по повышению компьютерной грамотности в компьютерных классах, ведется обучение старшего поколения пользованию планшетами и смартфонами. Благодаря деятельности «Волга-Дон» волгодонские пенсионеры освоили технологии, начиная от компьютеров и заканчивая социальными сетями. В перечень деятельности также входит рукоделие и досуг, профилактика деменции, организуются выезды в дома престарелых, подарки на праздники и концертные программы в Дубовском, Мартыновском и Волгодонском домах престарелых.

Один из проектов И.И. Халай – «Школа золотого возраста». Время рождения проекта «Школа золотого возраста» - 2011 год.

Именно тогда актив РОО СЗППТ «Волга-Дон» при финансовой поддержке правительства Ростовской области приступил к реализации этого проекта, который продолжается до настоящего времени. В 2008 г. Руководитель РОО «Волга-Дон» Ирина Халай побывала с партнерским визитом в общественных организациях, работающих с пожилыми людьми городов Новочеркаска и Ставрополя, и познакомилась со всеми программами, которые они внедряют для работы с пожилыми людьми. После этого появилась идея создать свою программу.

Цель «Школы золотого возраста» - создание условий для самореализации, повышения социального статуса, качества жизни и творческого потенциала пожилых людей и людей с инвалидностью. Проект направлен на реализацию комплекса мероприятий для повышения качества жизни пожилых людей и инвалидов города Волгодонска и близлежащих сельских поселений Ростовской области, в том числе лиц, пострадавших от теракта, который был совершен в г. Волгодонске 16 сентября 1999, а также предполагает вовлечение жителей социально-реабилитационных центров для престарелых и инвалидов. Векторы и мероприятия проекта способствуют повышению социальной защищенности людей старшего поколения и людей с ограниченными возможностями здоровья, созданию условий, предотвращающих социальную и информационную изоляцию участников проекта в различных сферах жизни, активизации их участия в жизни общества, а также пропаганде здорового образа

жизни, повышению образовательного уровня, развитию и укреплению межпоколенческих отношений.

Проект реализуется на территории города Волгодонска и близлежащих населенных пунктов через комплекс мероприятий и подпроектов. Благополучателями выступают пожилые люди, инвалиды, в том числе пострадавшие от теракта 16 сентября 1999 жители г. Волгодонска, члены РОО «Волга-Дон». В практику вовлечено более 3000 людей – это руководители, исполнители, штатные сотрудники, волонтеры, слушатели Школы и их окружение, партнеры и единомышленники. В числе партнеров «Школы золотого возраста» можно выделить Общественную палату г. Волгодонска, Администрацию г. Волгодонска, ЦБС городская библиотека №6. В проекте принимают активное участие привлеченные специалисты для проведения обучающих занятий, правовых викторин с целью повышения правовой грамотности людей старшего поколения и людей с ограниченными возможностями здоровья в различных сферах жизни, психологической защищенности, социальной активности.

Программа «Школа золотого возраста» реализуется руководителем, юристом, психологом, волонтерами совместно с творческим коллективом народной песни «Вдохновение». «Правовые викторины» проводят юристы для пожилых членов РОО «Волга-Дон» на базе городской библиотеки №6, расположенной в пострадавшем от теракта районе г. Волгодонска. Курс «Рукоделие», мастер-классы «Французская вышивка» проводятся пожилыми волонтерами - активистами РОО «Волга-

Дон» для других пожилых людей, в том числе из семей, пострадавших от теракта. Руководителем программы Ириной Халай были организованы для участников программы экскурсии по культурно-историческим местам Южного федерального округа. Для укрепления здоровья проведено обследование в Центре здоровья МУЗ «Городская поликлиника №3» и занятия лечебной физкультурой. Совместно с пожилыми волонтерами РОО «Волга-Дон» и творческим коллективом народной песни «Вдохновение» организованы праздничные мероприятия к «Дню пожилого человека» на загородной базе отдыха Волгодонска для пожилых людей, пострадавших от теракта и жителей социально-реабилитационного центра для пожилых людей г. Волгодонска. Руководитель программы Ирина Халай вместе с психологом проводят психологические тренинги в городской библиотеке и на загородной базе отдыха. Ирина Ивановна Халай является администратором сайта www.volga-don.org, отвечает за размещение информации о программе на сайтах интернет-порталов <https://volgodonsk.pro/>, городской интернет-газеты www.vdnews, в социальных сетях «Facebook», «Одноклассники», «В Контакте», привлечение городских СМИ на мероприятия, проводимые в рамках проекта, ведет подготовку и выпуск буклетов по итогам проекта.

Одним из новых направлений проектной работы является проект «Память». Самые старшие участники проекта, желающие поделиться историями своей жизни, оставить след о себе в памяти потомков, рассказывают о своих семьях и о себе самих, о том, что

они пережили, с чем им приходилось столкнуться. В рамках проекта ведется съемка фильмов с рассказами об историях жизни этих людей, их родителей, близких. В проекте принимают участие люди старшего возраста, которые хотели бы сохранить память об истории своей семьи и нашей страны. Эти истории собираются молодежью непосредственно из уст представителей старшего поколения. Многим людям, прежде всего родственникам, детям, внукам и правнукам очень важно услышать и сохранить эти истории из первых уст.

За время жизни проекта «Школа золотого возраста» реализовано много интересных форматов. Психологические тренинги помогают в выборе стратегии неконфликтного поведения, учат вовремя распознавать конфликтные ситуации, избегать их, справляться с травмирующими последствиями таких ситуаций, жить в мире и согласии с окружающим людьми и самим собой. В долгосрочной перспективе этот формат способствует повышению духовной, нравственной культуры личности. Проведение занятий и мастер-классов по программе «Рукоделие» помогает раскрывать творческий потенциал участников проекта, показывает, что в пожилом возрасте ты компетентен и востребован, занятия отвлекают от одиночества. К совместному творчеству с представителями старшего поколения привлекаются дети и подростки. Этот проектный вектор объединяет пожилых людей, имеющих богатый жизненный опыт, которым бы они могли поделиться с молодым поколением, а с другой стороны, привлекает детей и подростков к совместному

творчеству с представителями старшего поколения. Проведение правовых викторин для пожилых людей и подростков способствует межпоколенческой коммуникации, выработке гражданского правосознания и неприятию преступного поведения. Проведение мероприятий к праздничным датам («День защитника Отечества», «Международный женский день 8 Марта», «День Победы», «День пожилого человека», «День Матери», «Новый год для взрослых») вместе с творческим коллективом народной песни «Вдохновение» помогает решению ряда досуговых и коммуникационных проблем и позволяет повышать качество жизни участников проекта.

Участники ведут совместные работы по благоустройству городских общественных мест, например, принимают активное участие в работах по уходу за экологическим сквером Общественной палаты города Волгодонска. В рамках здоровьесберегающего вектора совместно с МУЗ «Городская поликлиника №3» участники «Школы золотого возраста» проходят обследования в Центре здоровья и посещают занятия по курсу лечебной физкультуры. Публичные мероприятия программы широко освещались в СМИ, сети Интернет и социальных сетях. В целях получения обратной связи и оценки качества проводятся опросы участников программы в социальных сетях и во время мероприятий.

Если подводить промежуточные итоги, то за 10 лет работы «Школы золотого возраста» в мероприятиях приняли участие более 3000 пожилых людей; более 400 человек прошли обучение

компьютерной грамотности; более 400 человек получили правовые знания; более 500 - психологическую поддержку; более 500 человек обучились рукоделию; более 700 человек приняли участие в экскурсиях по историческим и культурным местам ЮФО; более 400 человек освоили «Библейские уроки»; более 1000 человек приняли участие в праздничных мероприятиях; более 200 человек приняли участие в экологических субботниках; более 200 человек участвовали в городских выставках народного творчества и столько же - в творческих встречах. К качественным показателям стоит отнести повышение духовной, нравственной культуры, раскрытие творческого потенциала, поддержание здоровья и повышение качества жизни граждан пожилого возраста и людей с ограниченными возможностями здоровья.

Реализация идей и мероприятий Школы связана с рядом трудностей, например, организация не имеет доходов и постоянного финансирования, это затрудняет реализацию многих инициатив. На вопрос о том, как повлиял приход пандемии, введение ограничений и режима самоизоляции на жизнь и деятельность, Ирина Ивановна отвечает: *«Год не было занятий, были под запретом сборы, непонятно было, как люди заражаются. Освещение СМИ очень помогло в тот момент обрести уверенность в завтрашнем дне»*. В период пандемии в связи с ограничениями были закрыты все библиотеки и досуговые центры для проведения мероприятий, волонтеры и активисты долгое время были ограничены в передвижениях. В таких

условиях личные взаимодействия были крайне затруднительны, но именно они выступают основой повышения благополучия и самочувствия участников и благополучателей. С другой стороны, эти изменения привели к росту роли онлайн-технологий взаимодействия, что актуализирует запрос на дальнейшее развитие практики в прежних и новых форматах и на ее продвижение в социальных сетях. Одной из задач выступает профессиональное выгорание волонтеров, необходимы разнообразные механизмы поощрения и мотивации.

Поскольку проект затрагивает проблемы социально-незащищенных слоев населения Ростовской области, он не может быть завершен по окончании финансирования и будет продолжен. Руководитель практики планирует увеличивать целевые группы из различных социально-незащищенных слоев населения, внедрять новые технологии работы с людьми старшего поколения, привлечь их к укреплению своего здоровья. Улучшение материальной базы и повышение имиджа организации, приобретение новых партнеров поможет в дальнейшем быть более конкурентоспособными в разного рода конкурсах. Организация открыта для тиражирования опыта, развития контактов и партнерской базы (председатель РОО СЗППТ «Волга-Дон» Ирина Ивановна Халай, Ростовская область, г. Волгодонск ул. Ленина 62. Тел. +7 918 542 74 06; E-mail: ihalai@volga-don.org; www.volga-don.org).

Проект «Уход на дому и сохранение памяти».
Некоммерческая организация Благотворительный Фонд
социальной поддержки «Семейный центр»,
город Ростов-на-Дону и города Ростовской области
Равская Регина Давидовна, исполнительный директор
некоммерческой организации Благотворительный Фонд
социальной поддержки «Семейный центр» г.Ростов-на-Дону



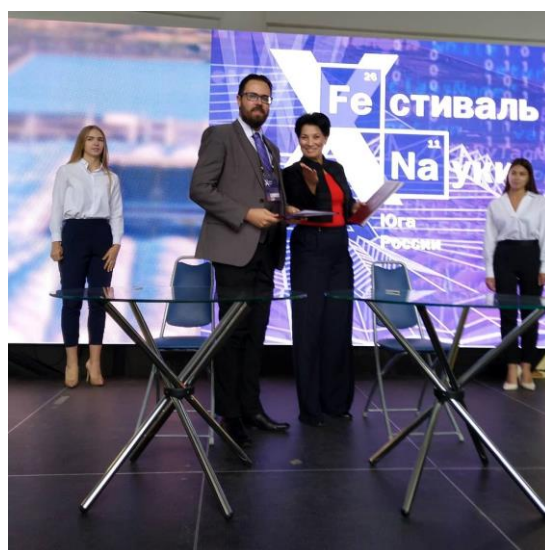
Регина Давидовна Равская



Татьяна Ефимовна Резник



Вручение благодарственного адреса от губернатора В.Ю. Голубева



Подписание договора о сотрудничестве с Академией психологии и педагогики ЮФУ

Проект «Уход на дому и сохранение памяти».
Некоммерческая организация Благотворительный Фонд
социальной поддержки «Семейный центр»,
город Ростов-на-Дону и города Ростовской области
Равская Регина Давидовна, исполнительный директор
некоммерческой организации Благотворительный Фонд
социальной поддержки «Семейный центр» г.Ростов-на-Дону

Проект «Уход на дому и сохранение памяти» реализует некоммерческая организация Благотворительный Фонд социальной поддержки «Семейный центр» в городе Ростове-на-Дону и городах Ростовской области (Батайске, Новочеркасске, Шахтах, Новошахтинске, Красном Сулине, Гуково, Щепкино, Каменске). НКО БФ «Семейный центр» работает с 2005 года в различных векторах и направлениях социальной поддержки людей под руководством директора Регины Давидовны Равской и заместителя директора Татьяны Ефимовны Резник.

НКО Благотворительный Фонд Социальной поддержки «Семейный Центр» реализует много разных направлений поддержки людей старшего возраста, от персонального ухода на дому - до широкой сети обучающих, развивающих, социально-психологических, здоровьесберегающих или социокультурных форматов. Прежде всего благополучателями их деятельности выступают люди «75+». В 2018 году «Семейный центр» инициировал проект «Преодоление одиночества». Основные действующие направления проекта на сегодняшний день: «Азбука

здоровья», «Академия третьего возраста», «Плечо друга», «Партнёрские программы», «Узнай свой край». Проект «Преодоление одиночества» направлен на повышение качества жизни подопечных Фонда разными способами в зависимости от желания и возможности каждого. Это работа по социальной активизации пожилых людей, что в свою очередь снижает чувство одиночества и «ненужности». Основной чертой настоящего проекта является его общинный подход, т.е. реализация принципа «ответственности друг за друга» и активное волонтерство, в том числе самих участников проекта. Важным фактором, определяющим возможность участия в проекте, БФ «Семейный центр» выступает не столько статус подопечного, сколько потребность и стремление пожилого человека снизить чувство одиночества и быть полезным и активным.

Девиз сотрудников Центра таков: «Если Вам скучно дома и хочется заниматься интересным делом в кругу единомышленников, если Вы не знаете, куда применить свои таланты, если Вы знаете кого-то, кому одиноко, но при этом нет возможности выйти из дома, если Вы – равнодушный человек, если Вы хотите попробовать себя в чем-то новом, приобрести профессиональный опыт, получить или отработать навыки, проводя мастер-классы, творческие занятия, обучая новым навыкам наших подопечных, избавиться от тревог и страхов, обогатить свой внутренний мир и освоить новые области деятельности, приходите к нам и мы вместе найдем именно то, что интересно именно Вам».

В числе ключевых векторов работы центра особое место занимает предоставление ухода на дому в виде физической, социальной и моральной поддержки пожилым малоподвижным и лежачим людям, нуждающимся в помощи при выполнении повседневных бытовых действий. Практика «Уход на дому и сохранение памяти» позволяет клиентам вести более достойный образ жизни, что повышает качество жизни и самооценку благополучателей. Одним из важных направлений практики является подпрограмма «Сохранение памяти», которая позволяет проводить комплекс занятий, направленный на поддержание когнитивной составляющей подопечных, которые страдают от той или иной степени деменции. В этой работе в масштабах Ростовской области задействованы 114 штатных сотрудников, из них 1 руководитель направления, 2 специалиста и 111 работников, непосредственно оказывающих уход на дому, 8 из них прошли обучение по работе с пожилыми людьми, страдающими от деменции. Направления работы специалистов очень широки и включают уход на дому, медицинский педикюр, массаж, стрижку, стирку, а также спектр технологий по сохранению памяти и помощь в обеспечении реабилитационного и вспомогательного оборудования.

Практика реализуется с 2005 года, возникла при поддержке израильских специалистов по социальной работе. Все годы существования программы она сопровождается специалистами. Принципиальным отличием данной практики ухода от многих похожих является опора на принципы долговременного ухода и

методики типизации, функциональной диагностики, мониторинга состояний подопечных и применение современных зарубежных адаптированных технологий (на основе израильского опыта, в частности методик и практик долговременного ухода). Все методики оказания помощи, обучения работников и родственников авторские.

Благополучателями практики являются пожилые малоподвижные и лежачие люди, в том числе страдающие от деменции, проживающие в городе Ростове-на-Дону и городах Ростовской области (Батайске, Новочеркасске, Шахтах, Новошахтинске, Красном Сулине, Гуково, Щепкино, Каменске), в апреле 2021 года их число достигло 211 человек.

Уникальность практики заключается в сочетании уникального набора различных форм и методов работы. Оказанием социальных услуг на дому занимаются многие организации в г. Ростов-на-Дону и Ростовской области, но нет ни одной НКО, в которой наряду с оказанием услуг существует следующее:

1. Более 100 человек обученных штатных работников, оказывающих услуги по уходу на дому.
2. Разработанная система оказания услуг, действующая в соответствии с системой долговременного ухода.
3. Постановка на учет на основании «типизации» (функциональная диагностика).
4. Собственная разработанная и успешно функционирующая система контроля качества.

5. Бесплатное оказание услуг.
6. Собственная разработанная система профилактики Альцгеймера.
7. Работа с родственниками благополучателей.
8. Собственная разработанная система систематического обучения и повышения квалификации работников по уходу на дому.
9. Собственная разработанная система психологической поддержки работников по уходу на дому.
10. Прокат реабилитационного и вспомогательного оборудования.
11. Обеспечение средствами личной гигиены благополучателей, исходя из индивидуальных потребностей, путем адресной доставки на дом благополучателям.
12. Обеспечение моющими средствами работников по уходу для уборки и дезинфекции помещения проживания благополучателей.
13. Массаж, медицинский педикюр, стрижка и стирка личных вещей.

За весь период работы услуги по уходу на дому оказаны 993 пожилым лежачим и маломобильным гражданам г. Ростова-на-Дону и Ростовской области. Результатами программы можно считать как комплекс качественных показателей, таких как улучшение морального и физического состояния благополучателей, изменение различных показателей качества жизни пожилых, как объективных (условия жизни, наличие

социальных контактов, обстановка в семье и т.д.), так и субъективных (самочувствие, его оценка жизни и потребности). В процессе поддержки у пожилых благополучателей формируется система новых потребностей в каких-то видах самодеятельности, в общении, информации, что способствует созданию условий для более разнообразной и полноценной жизни. Благополучатели социализированы, имеют возможность общаться, участвовать в культурно-досуговых мероприятиях Фонда (онлайн с помощью работников по уходу на дому и родственников). У благополучателей появляются новые интересы и увлечения. У людей, которые страдают от Альцгеймера, поддерживается существующее состояние, замедляется негативная динамика. У родственников благополучателей появляется свободное время, климат в семье улучшается.

Однако в период пандемии Центру пришлось столкнуться как с проблемами адаптации к ограничениям и оказанию услуг с учетом требований социальной дистанции, самоизоляции и минимизации личных контактов, так и с элементарными бытовыми трудностями. Пришлось изыскивать огромные средства на СИЗы. Понадобилось изыскивать дополнительные средства для дополнительной помощи пожилым людям, оказавшимся в изоляции. Для психологической поддержки благополучателей и улучшения психологического состояния была организована работа группы психологов-волонтеров.

Затраты по оказанию социальных услуг на дому всегда высоки, но ресурсы Центра ограничены, увы, есть

благополучатели, которые нуждаются в поддержке, но у Фонда нет средств на расширение пула благополучателей. Нет собственного помещения, приходится нести огромные траты из средств грантов на аренду помещения и содержания штата. При наличии подходящего помещения сэкономленные на аренде средства могли бы пойти на расширение количества благополучателей, получающих услуги.

Пандемия потребовала внедрения новых идей и технологий. Основная проблема во время пандемии - это перевод большей части деятельности фонда и его проектов в онлайн режим. Люди в возрасте старше 70 лет практически не умеют пользоваться гаджетами, в связи с этим мы запустили программу компьютерной академии. Многие подопечные просто не имеют нужных гаджетов, но у них есть телефоны, поэтому нам помогла виртуальная АТС. Центр начал использовать онлайн и телефонные коммуникации настолько эффективно, что контакты с подопечными стали даже более плотными чем ранее. Мы смогли найти выход, подарить живое общение было сложно, для нас главное это поддержать активность людей в 4 стенах! Центр постоянно ищет новые методики и улучшает качество услуг, ищет новые источники финансирования, в том числе надеется на получение систематической поддержки со стороны государства. С 2005 году практика реализуется исключительно за счет грантодателей и расширяет свои партнерские сети.

Фонд открыт для взаимодействия и готов к обмену опытом с заинтересованными сторонами, в том числе государственными и

муниципальными организациями, которые с 2022 года в рамках пилотного проекта по внедрению СДУ и «типизации» начинают работать по системе долговременного ухода, которая отработана Центром уже на протяжении 16 лет. Контакты руководителей практики: <https://azmaut.rnd.socinfo.ru/infdir> (официальный сайт), телефоны: +7-863-201-203-62-11, +7-863-201-203-62-12, +7-863-201-203-62-13, +7-863-201-203-62-14.

Если партнеры или активисты захотят тиражировать данную практику, то руководители БФ «Семейный центр» могут предложить свой механизм реализации. Так, на подготовительном этапе необходимо определить целевую группу, источники финансирования, имеющиеся ресурсы, партнеров, команду. На этапе реализации необходимо осуществлять обучение работников и постоянный контроль над качеством оказываемых услуг, поиск новых инновационных методик и адаптацию существующих под текущие реалии. Нужен поэтапный системный мониторинг качества и работа по развитию персонала. Завершающий этап, как правило, связан с трагической ситуацией ухода клиента из жизни. В связи с этим необходима работа с родственниками по оказанию психологической и, при необходимости, иной поддержки (юридической, материальной и т.д.).

Нужно быть готовыми к тому, что подобные практики рассчитаны на долгосрочное внедрение и сопряжены с рядом финансовых рисков, при отсутствии постоянной поддержки государства есть риск неполучения грантовой помощи, и тогда оказание качественной поддержки и социального обслуживания

граждан на дому станет практически нереальной задачей без субсидий от государства. Однако поддержать подобные практики могут такие инструменты как реклама и тесные контакты со СМИ, поддержка региональной власти и Минтруда, получение субсидий и грантов, включение в пилотные проекты системы долговременного ухода, а главное – профессиональный коллектив мотивированных сотрудников и желание помогать людям.

21-апр-2021
Росгов-на-Дону

Некоммерческая организация Благотворительный Фонд "Семейный центр"

ФИО клиента _____ Текущий статус ЖН

Номер анкеты _____ Текущий статус ЖН

Дата интервью _____ Номер интервью 9

Адрес _____

Домашний телефон _____

Интервью	Дата интервью	Результат (категория)	Оценка	ЖН
8	20/04/2021	4 Г. Способность к самообслуживанию снижена на 60%	8.75	<input checked="" type="checkbox"/>
7	31/07/2020	4 Г. Способность к самообслуживанию снижена на 60%	7.75	<input checked="" type="checkbox"/>

Анкета функционирования

Код	Оценка	Код	Инт. №7	Инт. №8	Инт. №9	Код
1. Передвижение вне дома	0	1				1
Выходит из дома без проблем	1	2				2
Не выходит из дома зимой	1	3	<input checked="" type="checkbox"/>			3
Выходит из дома, но не может сам нести сумки с покупками	2	4		<input checked="" type="checkbox"/>		4
Выходит из дома только с сопровождающим	3	5			<input checked="" type="checkbox"/>	5
Совсем не выходит из дома	0	1				1
2. Уборка квартиры	0.75	2				2
Сам вытирает пыль, но нуждается в частичной помощи для остальной уборки	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		3
Сам вытирает пыль, но нуждается в помощи при выполнении тяжелой работы по дому - мытье окон, мытье туалета	3	4				4
Не в состоянии выполнить никаких работ по уборке дома	0	1				1
3. Стирка	0	1				1
Не нуждается в помощи при стирке	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		2
Делает мелкую стирку вручную, но нуждается в помощи в более крупной стирке, отжимании или развешивании белья.	2	3				3
Нуждается в помощи для любой стирки	0	1				1
4. Приготовление пищи	0	1				1
Не нуждается в помощи в приготовлении пищи, справляется сам	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		2
Нуждается в частичной помощи в процессе приготовления пищи	2	3				3
Клиенту необходима помощь во всем процессе приготовления пищи	0	1				1
5. Передвижение по дому	0.5	2				2
Самостоятельно передвигается по дому	1	3	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		3
Передвигается самостоятельно с помощью дополнительного приспособления (палка, ходунки)	1	4				4
Передвигается с помощью вспомогательного приспособления или без него, и нуждается в посторонней помощи при ходьбе или вставании	3	5				5
Передвигается с помощью инвалидной коляски; способен сам сесть в коляску и передвигаться в ней по дому	6	6				6
Пользуется инвалидной коляской, но нуждается в помощи, чтобы сесть в коляску или передвигаться в ней по дому	0	1	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		1
Лежачий, не в состоянии встать с кровати и сделать несколько шагов без посторонней помощи	0.5	2				2
6. Падения в течение последних трех месяцев	1.5	3				3
Падает, но может встать самостоятельно	3	4				4
Иногда падает и не может встать без посторонней помощи (минимум три раза в последние три месяца)	0	1				1
Падает по крайней мере раз в неделю и не может встать без посторонней помощи	0	1				1

21 апреля 2021 г. Страница 1 из 4

ФИО клиента _____ Текущий статус ЖН

Номер анкеты _____ Текущий статус ЖН

Дата интервью _____ Номер интервью 9

7. Одевание

Оценка	Код	Инт. №7	Инт. №8	Инт. №9	Код
0	1	<input checked="" type="checkbox"/>			1
0.75	2		<input checked="" type="checkbox"/>		2
1.5	3			<input checked="" type="checkbox"/>	3
0	1				1
0.75	2	<input checked="" type="checkbox"/>			2
1	3		<input checked="" type="checkbox"/>		3
2	4			<input checked="" type="checkbox"/>	4
3	5				5

8. Личная гигиена

Оценка	Код	Инт. №7	Инт. №8	Инт. №9	Код
0	1				1
0.75	2	<input checked="" type="checkbox"/>			2
1	3		<input checked="" type="checkbox"/>		3
2	4			<input checked="" type="checkbox"/>	4
3	5				5

9. Прием пищи

Оценка	Код	Инт. №7	Инт. №8	Инт. №9	Код
0	1	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		1
0.5	2		<input checked="" type="checkbox"/>		2
2	3			<input checked="" type="checkbox"/>	3
3	4				4

10. Прием лекарств

Оценка	Код	Инт. №7	Инт. №8	Инт. №9	Код
0	1	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		1
1.5	2		<input checked="" type="checkbox"/>		2
3	3			<input checked="" type="checkbox"/>	3

11. Отправление естественных потребностей

Оценка	Код	Инт. №7	Инт. №8	Инт. №9	Код
0	1	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		1
0.75	2		<input checked="" type="checkbox"/>		2
1	3			<input checked="" type="checkbox"/>	3
2	4				4
3	5				5

12. Присмотр

Оценка	Код	Инт. №7	Инт. №8	Инт. №9	Код
0	1	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		1
3	2		<input checked="" type="checkbox"/>		2
6	3			<input checked="" type="checkbox"/>	3

13. Зрение

Оценка	Код	Инт. №7	Инт. №8	Инт. №9	Код
0	1	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		1
1	2	<input checked="" type="checkbox"/>			2
2	3		<input checked="" type="checkbox"/>		3

14. Слух

Оценка	Код	Инт. №7	Инт. №8	Инт. №9	Код
0	1	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		1

21 апреля 2021 г. Страница 2 из 4

Рисунок 1. Дифференцированный подход к оказанию помощи с учетом мониторинга функциональности благополучателей и их физического, психического, социального здоровья на основе комплексной методики «типизации»

Регина Равская. Немного о себе.

В детстве мне казалось, что наша семья самая обычная. Была единственным и поздним ребёнком. Родители любили меня бесконечно, но при этом каким-то образом умудрились не

вырастить из меня эгоцентрика. Может потому, что оба были врачами по призванию, а значит по определению гуманистами, людьми, нацеленными на то, чтобы в мире было как можно меньше страданий, боли. Мама, как и папа, любила людей, но доброта её была энергичной, решительной, действенной. Долгие годы она проработала врачом-педиатром в Школе-интернате для детей с особыми потребностями. Конечно я, девочкой, часто бывала у мамы на работе. Для меня общение с такими детьми было делом обычным. Это были мои друзья, которых мне, вслед за мамой, хотелось опекать, которым хотелось помогать. Потом, спустя годы, поняла, как важно и не случайно было для меня это общение, как оно пригодилось мне в моей последующей взрослой жизни, в работе в "Семейном центре".

В детстве я была очень активным ребёнком. Из тех, о ком говорят — непоседа. Мне до всего было дело, всё интересно. Пела в хоре, выступала в школьном театре, была членом тимуровского отряда, занималась спортом... Моя бурная школьная общественная жизнь, плавно перетекла в студенческую, продолжилась уже в вузе.

Я инженер по образованию. Окончила Ростовский Институт Сельхозмашиностроения, славившийся в своё время своими профессорско-педагогическими кадрами, своими выпускниками. И хотя сегодня занимаюсь совсем не вопросами сельхозмашиностроения, но мое образование очень мне помогает в моей нынешней работе. У меня, говорят, инженерское мировоззрение, оно заточено на решении нестандартных задач,

научено мыслить логически. Для директора такого сложного многофункционального "организма", каким является "Семейный Центр", очень полезные качества.

Так получилось, что я продолжила "традицию" своих родителей. Я была единственным ребёнком в семье. И у меня только один ребёнок. Моя дочь Виктория — умница и красавица. Такой её вижу не только я как мать, но так о ней отзываются все, кто её знает. Это уже взрослый, состоявшийся человек. Живёт в Москве, ведёт там свой бизнес. Конечно, я очень по ней скучаю. К счастью, есть работа в "Семейном Центре", которая помогает мне не так остро ощущать эту мою разлученность с дочерью. Потребность матери заботиться о ребёнке я перенесла на детей нашего Центра. Люблю их всех как родных!

Пошёл уже восьмой год, как возглавляю Благотворительный Фонд «Семейный центр». Сказать, что это очень хлопотная, ответственная, эмоционально и физически крайне затратная должность — ничего не сказать. Но, одновременно, какая же это благодарная и нужная работа! Только здесь поняла зачем, для чего и, самое главное, ДЛЯ КОГО живу.

БФ "Семейный Центр" работает в нескольких направлениях, рассчитанных на то, чтобы охватить возможно полнее все возрастные категории жителей Ростова — от детей младшего школьного возраста до тех, кого мы называем людьми "золотого возраста".

Одна из, но далеко не единственных, задач нашего Центра — быть рядом с теми, кто одинок, кому нужна помощь, кто в ней

особенно нуждается. Сказано было: «Нельзя, чтобы дитя плакало». Но ведь все мы дети по своей сути. Поэтому скажу: «Нельзя, чтобы ЧЕЛОВЕК плакал». Особенно, когда это старик. Прожив долгую, а значит, по определению, сложную жизнь, вместившую и трагедии военных лет, потом голод и трудности послевоенных, постперестроечное лихолетье, многое-многое другое, они заслужили того, чтобы следующие за ними поколения смогли обеспечить им достойную старость. К сожалению, моих папы и мамы нет уже в мире живых. Но есть замечательные наши старики — подопечные «Семейного центра». Они все мне близкие, родные люди.

Большая часть нашей работы в Центре посвящена тому, чтобы жизнь тех подопечных, кто переступил рубеж пенсионного возраста, стала чуточку легче и лучше. Это помощь материального и социального характера — конкретная, действенная.

Для этого существует у нас программа «Уход на дому», включающая не только весь спектр патронажных работ для тяжелобольных, но и такую необходимую поддержку в жизни пожилого человека, как стирка, уборка квартиры, покупка продуктов и так далее. Но ведь люди старшего поколения так нуждаются и в моральной поддержке! Придя к нам в Центр, человек пенсионного возраста непременно найдёт себе интересное занятие, приняв участие в различного рода клубных мероприятиях (театральная студия «Шма», вокальный ансамбль «Поющие голоса», творческая мастерская «Умелые ручки»,

занятия по танцам, литературные встречи, состязания по нардам и игре в настольный теннис). Тем же, кто не может проводить свой досуг самостоятельно, открыт наш «Дневной центр». Мы привозим наших подопечных «золотого возраста» на комфортабельном автобусе в Центр, где в течение дня они слушают лекции, смотрят фильмы, делают легкую оздоровительную гимнастику, беседуют, отдыхают, кушают. Под вечер тот же автобус развозит их по домам.

«Дневной центр» существует 7 лет. Но он уже настолько хорошо себя зарекомендовал, что все наши подопечные, даже из числа самых больших былых скептиков, посещают его теперь с радостью. А это нам, в свою очередь, приносит огромную радость и удовлетворение. Ведь мы в ответе не только за наших детей, но и за наших стариков...

Одновременно очень предметно и энергично мы занимаемся и нашими детьми. Хотим, и делаем всё для того, чтобы они вошли во взрослый мир всесторонне подготовленными, вооруженными знаниями и полезными навыками, людьми. Для этого проводим семинары, встречи, осуществляем различного рода программы. Но нам очень важно, чтобы при этом развилась, расцвела ещё больше и душа ребёнка, чтобы он и чтит традиции нашего народа. Наши программы, встречи нацелены и на это.

Не забыты нами и люди среднего возраста. Для них разработана обширная клубная программа. Вместе мы отмечаем праздники, дни рождения, ходим в театр, проводим на природе выездные мероприятия...

Где бы ни находилась, что бы ни делала, с кем бы ни общалась, все мои мысли неизменно возвращают меня к "Семейному Центру". Интересы Центра стали приоритетными для меня. Чтобы активизировать работу нашей театральной студии "Шма", я стала одной из его актрис. Чтобы привлечь новые голоса в наш певчий коллектив — запела. Чтобы и других увлечь рисованием — встала за мольберт. Но у меня кипит жизнь и за пределами центра. Люблю жизнь и спешу взять от нее все по полной.

Работа с людьми — по определению тяжелый труд. Не всё гладко в материальном плане. Ещё сложнее в моральном. Так хочется всем помочь, так много хочется сделать. Иногда, не буду скрывать, берет отчаяние, когда приходится доказывать вышестоящим инстанциям очевидное, когда нас просто «топят» в бумагах, требуя отчета по каждому поводу.

Но какой же это и благодарный труд — работа в «Семейном Центре»! Смотрю на наших стариков, чью старость нам удалось скрасить, обнимаю наших умненьких детей, у которых есть возможность узнать об истории своего народа, люблюсь нашими молодыми людьми, для которых это общение в хорошей среде жизненно важно, которые так жадно ищут новые знания и понимаю — всё не зря.

Мои планы целиком и полностью ложатся в сферу интересов и проблем нашего "Семейного центра". Для меня важно, чтобы все программы "Семейного центра" работали с полной отдачей, чтобы "механизм" заведённых часов не давал

сбоя. Но ещё важнее (гораздо важнее!), чтобы "Семейный Центр" стал истинным Домом для каждого. Чтобы все знали — здесь их примут, обогреют, поймут, помогут. Пока наш Центр ютится в арендованных нескольких комнатах здания, в которых прежде размещался проектный институт и в помещении на Большой Садовой. Мы давно уже "переросли" пределы этих площадей, нам не хватает пространства для того, чтобы развернуться в полную меру, осуществить всё задуманное. У меня есть самая главная мечта - сохранить наш Центр, развивать программы, и самое главное - не арендовать помещения, а иметь свое.

**Проект «Активное долголетие». Некоммерческая
организация Фонд поддержки гражданских инициатив
«Содействие», районный поселок Каменоломни, 3
муниципальных поселения Октябрьского района, г. Шахты
Ростовской области**

Кулешова Наталья Ивановна, лидер проекта
«Активное долголетие», директор НКО Фонд поддержки
гражданских инициатив «Содействие», р.п. Каменоломни,
Октябрьский район Ростовской области

Интервьюеры Алла Новикова, Альбина Аджикова, студенты
Южного федерального университета, г.Ростов-на-Дону



Наталья Ивановна Кулешова - лидер практики «Активное долголетие», рабочий поселок Каменоломни, Ростовская область



«Активное долголетие»: всегда в движении

**Проект «Активное долголетие». Некоммерческая
организация Фонд поддержки гражданских инициатив
«Содействие», районный поселок Каменоломни,
3 муниципальных поселения Октябрьского района,
г. Шахты Ростовской области**

*Кулешова Наталья Ивановна, лидер проекта «Активное
долголетие», директор НКО Фонд поддержки гражданских
инициатив «Содействие», р.п. Каменоломни, Октябрьский район
Ростовской области*

*Интервьюеры Алла Новикова, Альбина Аджикова, студенты
Южного федерального университета, г.Ростов-на-Дону*

Сообществу «Активное долголетие» в апреле 2021 исполнилось 4 года. Все эти годы сообщество ведет поддержку и пропаганду практик здорового образа жизни, правильного питания и сбережения здоровья, а также занимается развитием сообщества «Активное долголетие». В 2015 году 7 единомышленников, объединенных идеей ЗОЖ, стартовали с идеей важности занятий физической культурой. А в настоящий момент объединили вокруг себя не менее 70 пенсионеров, 40 из которых регулярно(!) занимаются оздоровительными практиками и сумели вовлечь в физкультурно-массовые мероприятия не менее 300 человек. Постепенное развитие практики привело к тому, что сейчас она охватывает районный поселок Каменоломни, 3 муниципальных поселения района, г. Шахты Ростовской области. Такой формат самоорганизации людей старшего возраста может

транслироваться и актуален для малых населенных пунктов России. Похожие практики есть, но они реализуются, как правило, в больших городах, где больше возможностей и больше поддержка власти и бизнеса. В условиях малых поселений такие проекты являются новыми.

Целью проекта «Активное долголетие» является поддержка и пропаганда практик здорового образа жизни, правильного питания и сбережения здоровья. К числу задач сообщество относит сохранение и преумножение здоровья граждан пожилого возраста, продление их активного долголетия и формирование нового образа пенсионера. Практику реализует НКО Фонд поддержки гражданских инициатив "Содействие", в том числе руководитель, 12 волонтеров, в том числе 6 активистов старше 65 лет. Партнеры практики - Детско-юношеская спортивная школа отдела образования Администрации Октябрьского района, Центр реабилитации муниципального бюджетного учреждения центральной районной больницы. Благополучателями практики являются 70 пенсионеров, не требующих ухода в условиях стационара.

Лидер практики – Кулешова Наталья Ивановна. Наталья Ивановна рассказывает историю «стартапа» своего проекта: «Вышла на пенсию, чтобы не потеряться в рутине домашних проблем и суете современной жизни стала заниматься собой в плане повышения физической активности, т.к. на тот момент имела букет хронических и профессиональных болезней. На себя не хватало времени: дом, работа, дети, семья. По жизни активная,

сторонник здорового образа жизни. 37 лет проработала в системе образования. Социальный статус – активный пенсионер, замужем, муж пенсионер. Образование высшее, окончила Ростовский государственный педагогический институт. Люблю театр и путешествовать. Директор НКО Фонд поддержки гражданских инициатив «Содействие», занимаюсь общественной и благотворительной деятельностью. Член общественного совета при Администрации Октябрьского района Ростовской области по направлению «Формирование здорового образа жизни». Член Попечительского совета ГБУСОН РО «Социальный приют для детей и подростков Октябрьского района «Огонек». Заместитель председателя районной общественно-государственной организации «Женщины России». Опыт административной и учебной работы в сфере образования более 37 лет. Опыт волонтерской работы более 5 лет. Координатор благотворительного фонда продовольствия «Русь» по Октябрьскому району. Руководитель общественной организации «Активное долголетие» с апреля 2017 года. Реализовала социальный проект «Активное долголетие» (победитель конкурса Фонда Президентских грантов 19-1-027710), с целью расширения практик здорового образа жизни и повышения качества жизни пожилых людей в поселке Каменоломни Октябрьского района Ростовской области. Разработала физкультурно-оздоровительные программы «Шаг к здоровью» (скандинавская ходьба), «10 000 шагов», «Второе дыхание» (гимнастика в бассейне), «Правильное питание», «Рецепты дает природа», дыхательная гимнастика

«Твист терапия». Неоднократный победитель конкурсов Общественной палаты Ростовской области»

Как Наталья Ивановна рассказывает о себе? Вот некоторые цитаты: «Мое отношение к жизни? Активная, позитивная, сторонник здорового образа жизни. Старость меня дома не застанет. Из любого безвыходного положения можно найти выход. – Мои убеждения. На пенсии жизнь только начинается. Изменилось отношение к себе, учусь любить себя. Самое трудное – работа над собой, особенно когда понимаешь, что заложены привычки, не соответствующие современной действительности. Наше здоровье в наших руках. Движение – жизнь. И как-то букет хронических заболеваний рассеялся и отступил на второй план. Учусь мечтать, строю грандиозные планы на будущее».

А вот что рассказывают о ней студенты-интервьюеры, которые формировали сборник вместе с редколлегией:

Интервьюер Алла Новикова: Чем Вы занимались до того, как пришли к благотворительной деятельности?

Н.И. Кулешова: Я по жизни всегда была очень активным и жизнерадостным человеком, всегда придерживалась здорового образа жизни. Я из многодетной семьи, была самым старшим ребенком и из-за этого выросла очень ответственным и дисциплинированным человеком. У меня три образования, но еще со школы я начала вести свою активную общественную деятельность, никогда не сидела на месте и всегда участвовала во всевозможных мероприятиях.

Также, помимо этого в моей жизни нашлось место и спорту. Я занималась атлетикой и туризмом. Но большую часть своей жизни я посвятила работе в сфере образования. В общей сложности я проработала педагогом тридцать семь лет. У меня были прекрасные отношения и с коллегами, и с учениками, но потом я осознанно приняла решение оставить школу и попробовать себя в чём-то новом.

Интервьюер Алла Новикова: Какова Ваша мотивация? Что сподвигло Вас на то, чем Вы сейчас занимаетесь?

Н.И. Кулешова: *На самом деле, из-за того, что я всегда была занята на работе, и у меня едва хватало времени на семью, на себя времени не было совершенно. И у меня была мечта, мечта заняться собой, своим саморазвитием и здоровьем, я хотела открыть для себя новые горизонты, попробовать себя в других направлениях. И вот после моего ухода из школы мне предоставилась такая возможность. Я стала посещать различные вебинары, стала ходить на курсы финансовой грамотности. И вот однажды, когда я занималась на спортивной площадке, я заметила, что со временем ко мне стали примыкать люди. И с каждым разом единомышленников становилось всё больше. Я думаю, что людей вдохновляло то, что я активно занимаюсь своим здоровьем и своим примером я показываю им, как можно и нужно правильно уделять время себе. Поэтому я могу сказать, что моей мотивацией служило саморазвитие и желание привлечь к моей активной деятельности остальных.*

Интервьюер Альбина Аджикова: Есть ли у Вас какая-то ценность, которая идет с вами всю жизнь?

Н.И. Кулешова: *Есть. Помогать людям. В этом я вижу своё призвание. Я никогда не делила людей на бедных и богатых и ко всем относилась одинаково. Еще со школы я очень лояльно относилась к своим ученикам, всегда старалась войти в их положение, учитывала их личные особенности, ставила перед ними только те задачи, которые они способны выполнить. Ко мне никогда не приходили родители с жалобами на неудовлетворительные оценки их детей, потому что знали, что я всегда справедливо оцениваю умения и навыки ребёнка, конечно, иду к нему навстречу и пытаюсь найти компромисс, и ученик всегда приходил к соглашению. Поэтому, я считаю, что в помощь людям и есть моя главная ценность, которая идёт со мной всю мою жизнь.*

Интервьюер София Трайчук: Как отразилась Ваша активная жизнь на вашем окружении, семье

Н.И. Кулешова: *У меня очень большая и дружная семья. И я точно могу сказать, что они мной гордятся. Муж поначалу не понимал меня, он по натуре человек очень домашний и ,наверное, поэтому для него это было чем-то странным, но он знал, что я всегда была активисткой, и я бы попросту не смогла сидеть дома, и поэтому он понял и принял моё решение. Говоря о детях, они меня поддержали и поддерживают по сей день во всех моих начинаниях, и в этот раз не обошлось без слов поддержки, что было очень важно для меня.*

Интервьюер Альбина Аджикова: Как отразился на Вас период пандемии и самоизоляции?

Н.И. Кулешова: На самом деле, перед тем, как объявили о внезапной вспышке коронавирусной инфекции, я не верила вообще тому, что такое возможно, что всё настолько может быть серьезно. И, конечно, когда это произошло, мы не совсем понимали, как нам продолжать нашу совместную деятельность, но выход нашелся. Каждый из нас стал самостоятельно заниматься спортивной разминкой, была создана группа здоровья в приложении WhatsApp, где мы ежедневно обменивались фотоотчетами, и это очень мотивировало нас. Многие из моих единомышленников освоили новые технологические навыки пользования телефонами, социальными сетями. Мы регулярно созванивались и обменивались различной полезной информацией друг с другом. Когда ограничительные меры были немного ослаблены, мы, небольшими группами по 2-3 человека, в зависимости от их местоположения, встречались и продолжали заниматься скандинавской ходьбой, даже устраивали субботники.

Поэтому, я могу с точностью сказать, что период пандемии коронавируса дался нам, как и всем другим сложно, но мы справились! Мы общими усилиями смогли найти выход и продолжить нашу активную совместную деятельность, несмотря на такую непростую ситуацию в стране, чем мы очень гордимся!

Почему возникла идея? В силу личных мотивов и интересов активистов, затем – был дан пример, энергия активистов заражала окружающих, практика ширилась. Практика целенаправленная и систематизированная, в ней проанализирован и спланирован комплекс взаимосвязанных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни среди пожилых людей и преодоление стереотипов о старости. В числе основных направлений реализуются «Программа ЗОЖ», программа общих физических и энергетических упражнений «Здоровье», элементы валеологии «Помоги себе сам», «Рецепты дает природа», программа оздоровительной скандинавской ходьбы «Сделай шаг к здоровью», элементы йоги, оздоровительное плавание в бассейне для пожилых людей «Второе дыхание», культурно-оздоровительные программы, программа «Правильное питание», программа дыхательной гимнастики «Твист терапия». Группы создаются в диалоге по интересам, направлены на увеличение физической активности, работу над собой, личностный рост, гармонию, сохранение и преумножение физического и душевного равновесия. Расписание групп стабильное с 2017 года. Так, есть группа «Здоровье» - это походы в спортзал 2 раза в неделю. Группа скандинавской ходьбы «Серебро» - проводится на спортплощадке 2 раза в неделю. Группа «Второе дыхание» включает посещение бассейна 2 раза в неделю. Культурно-оздоровительные мероприятия планируются вместе и реализуются по плану, большинство из них стали уже традиционными.

Активисты ведут не только здоровый физически образ жизни, но и занимаются творчеством, активно участвуют в текущих добровольческих проектах и акциях, поддерживают друг друга в неформальном общении, совершают путешествия, познавательные и культурные экскурсии, организуют посещения театров и музеев, летний отдых у моря и много разных интересных дел и форм активности.

В условиях рисков и ограничений пандемии стало крайне сложно жить физически и социально изолированными. Практически все люди почувствовали давление изоляции, ограничение пространства, ограничение общения. Появились повышенная тревожность и повышенное чувство ответственности за себя и своих близких. Информационное пространство СМИ оказалось засорено недостоверной информацией, которую не хочется даже фильтровать. Люди замыкаются, и снова одиночество и дефицит общения. Пандемия обострила одиночество до предела.

В рамках сообщества стала невозможной для продолжения программа «Профилактика здоровья», которую мы вырабатываем самостоятельно. Но сообщество по мере сил продолжало свои привычные формы взаимодействий и активности с соблюдением социальной дистанции, на момент весны 2021 практически все направления работы снова активизированы. Сама практика не прекратится ни при каких условиях, это доказано временем.

Движение и общение – это жизнь! Данная практика будет развиваться - увеличится число жителей, примкнувших к нашему

сообществу из поселков Октябрьского района и близлежащих городов Шахты, Новошахтинск. Создаются новые группы ЗОЖ в муниципальных поселениях района. Люди, увидев результат своих земляков, улучшение качества жизни, личное участие в улучшении самочувствия с ориентацией на активную жизненную позицию, меняют стереотипы о старости, повышают свое доверие к Фонду и к органам местного самоуправления. Они желают сами изменить жизнь к лучшему, продолжая участвовать в группах по интересам, в мероприятиях, вовлекают своих знакомых. Разработанные мероприятия носят простой и универсальный характер, поэтому такая деятельность в целом или частично может быть востребована и применима в других муниципальных образованиях Ростовской области. Нами опробованы несколько способов контроля процесса: опрос, анкетирование, тестирование, и оценки результатов практики: анализ, систематизация и рекомендации.

Что нужно для тиражирования подобной практики? На начальном этапе – идея и энтузиасты-добровольцы, воодушевленные этой идеей, готовые что-то изменить в суеде и обыденности житейских будней. На подготовительном этапе важно провести выбор программ, наладить партнерство и вести широкое информирование целевой аудитории и возможных партнеров. На этапе реализации потребуются консультации добровольцев из числа специалистов, нужна система реализации проекта и стабильное расписание, независимое ни от каких-либо нюансов. На завершающем этапе нужна вера в себя, в идею, что

все получится, что вы на правильном пути. При реализации практики проблем не было, возникающие неудобные ситуации всегда решались.

Авторы и участники практики готовы делиться опытом реализации данной деятельности со всеми желающими, прежде всего с пожилыми гражданами. Для реализации и тиражирования практики требуются материальные и методические ресурсы, но если иметь желание – то все проблемы решаемы и не так уж затратно быть активным, позитивным и поддерживать здоровье и правильный образ жизни. Методические материалы и советы можно получить бесплатно. Вся информация о деятельности сообщества размещена в социальных сетях: <https://vk.com/id298295792> (личная страничка руководителя ВКонтакте); <https://ok.ru/natalyakuleshova.lifeisgood> (личная страница руководителя в Одноклассниках); https://www.instagram.com/kuleshova_hackers1059/?hl=ru; <https://www.facebook.com/profile.php?id=100021734640846>; <https://xn--80afcdbalict6afooklqi5o.xn--p1ai/File/Download?fileName=6fd1d2451ed54784b632f91dbc4e1e8e.jpg&loadOnPage=True>; <https://www.facebook.com/nat.kuleshova/> и пр. Для читателей лидер практики готова поделиться опытом и контактами: тел.: +79034637492, эл.почта: n.kuleshova2010@mail.ru.

Какие результаты практики можно считать наиболее интересными? Улучшилось физическое состояние участников проекта (это более 60 человек), участники обрели утраченный

духовный и душевный комфорт и веру в себя. Пятеро участников практики смогли восстановиться после травм, 5 человек - после инфаркта, инсульта. Преодолели социальную изоляцию, одиночество 15 человек. У всех участников улучшилось эмоциональное состояние. Но самое главное – что участники практики сами живут полноценной и качественной жизнью и подают этот пример окружающим, разрушая негативные стереотипы старости, показывая, что в 65 лет и старше можно быть счастливым и вовлеченным в жизнь своего сообщества и интересные дела.

Участниками практики реализован проект «Старость в радость!» при поддержке субсидии Администрации Октябрьского района, 2 проекта при поддержке Фонда президентских грантов «Активное долголетие» и «Совместные дела сплотили нас». В настоящее время реализуется третий проект при поддержке Фонда президентских грантов «Сила духа, крепость тела, честь и слава – наше дело!».

**Технологии и формы немедикаментозной терапии
на примере ГБУСОН РО «Таганрогский ДИПИ №2»**

Савина Елена Анатольевна, директор ГБУСОН РО

«Таганрогский ДИПИ №2»



Мероприятия и конкурсы в ТагДИПИ № 2



Концерт под балконом Федора Добронравова

**Технологии и формы немедикаментозной терапии
на примере ГБУСОН РО «Таганрогский ДИПИ №2»**

Савина Елена Анатольевна, директор ГБУСОН РО

«Таганрогский ДИПИ №2»

Расположен наш дом на берегу Таганрогского залива, в жилом массиве. На территории много цветочных клумб, за которыми с любовью и с помощью сотрудников, ухаживают сами благополучатели. Во дворе много тенистых мест от высоких и стройных сосен, берез, тополей. Внутри двора несколько живописных беседок с удобными скамьями и столиками, где можно сыграть в шахматы, шашки или просто поболтать. Имеется спортивная площадка с набором уличных тренажеров, есть и своя собственная Часовня им. Покрова Пресвятой Богородицы, где проводятся богослужения по праздникам, причащение и соборование желающих.

В октябре 2019 года Таганрогский ДИПИ №2 стал базовым учреждением по внедрению системы долговременного ухода (СДУ) в государственных стационарных учреждениях, подведомственных Министерству труда и социального развития Ростовской области. Работа по внедрению СДУ проведена большая: совместно с представителями рабочей группы направления «Уход в стационарах» БФ «Старшие», проведен мониторинг текущего состояния учреждения, по итогам мониторинга разработана и утверждена Министерством труда и социального развития Ростовской области Дорожная карта;

обучены 2 специалиста по проведению обучающих тренингов по подготовке младшего и среднего медицинского персонала работе с пожилыми и инвалидами; проведена типизация благополучателей, на основе которой составлены индивидуальные планы ухода, проведено зонирование жилых помещений, выделены обеденные зоны в отделениях милосердия, разработан и утвержден план ежедневных прогулок с маломобильными, план досуговых занятий с целью реабилитации и социализации благополучателей, требующих дополнительного ухода и др.

В самом начале пути интеграции с систему долговременного ухода, мы обратились к ученым кафедры социальных технологий ЮФУ, чтобы они помогли нам понять вектор немедикаментозной работы с благополучателями. Студентами и волонтерами университета было проведено исследование субъективного благополучия пожилого человека, цель - узнать желания и потребности наших благополучателей, выявить слабые места в работе коллектива, на что именно необходимо обратить внимание, направить свои силы и компетенцию.

По данным исследования мы узнали, что предлагаемые нами формы досуга, сильной трудовой деятельности и творчества для жителей дома, по мере их адаптации в учреждении, постепенно приобретают все более формальный, обязательный («мероприятийный») и рутинный характер. Около 70% опрошенных респондентов имеют не востребованный потенциал, нереализованный личностный ресурс, 33% испытывают недостаток осмысленности собственной жизни, низко оценивают

свое настроение, состояния радости и веселья, и еще ниже – ощущение счастья и воодушевленности - 29%. Поэтому мы решили, что все что мы делали до этого, необходимо кардинально менять! Предоставление социальной немедицинской помощи решили перенаправить в сторону индивидуальной нуждаемости человека, максимального вовлечения и интеграции благополучателей в жизнь общества с привлечением волонтеров. Это позволит повысить эмоциональный фон и заинтересованность участия жителей в жизни дома. Для реализации данной идеи был разработан проект «Родные люди», главной целью которого выступала трансформация событийного волонтерства в индивидуальное сопровождение, или более точно - переход на «контактное» волонтерство.

В конце 2019 года волонтерами БФ «Детская деревня» г. Азова был изготовлен для нашего дома камин, так у нас появилась каминная гостиная, где теперь по большей своей части проходят камерные мероприятия в теплой, дружеской атмосфере. Каждую неделю к нам приезжали волонтеры от фонда и зимними вечерами возле камина проводили чаепитие с интересными рассказами и песнями под гитару с руководителем фонда Юрием Марахонько.

Хорошим примером контактного волонтерства стал также «День красоты» проведенный БФ «Старость в радость». Более 30 мастеров разных направлений оказывали услуги красоты: парикмахеры, визажисты, мастера маникюра, подологи, подарили радость красоты, молодости и здоровья. Марина Шкробец организовала и провела увлекательный мастер-класс по технике

Эбру (рисование на поверхности воды), в котором приняли участие все желающие. Веселый Мишка вручил благополучателям в отделениях милосердия подарки. Профессиональные фотографы запечатлели прекрасные моменты счастья и красоты. Охват благополучателей волонтерами был колоссальный, более ста человек получили услуги мастеров красоты. Пришли даже те..., кто никогда не участвовал в мероприятиях и был до этого пассивным жителем дома. Вот это был успех...! Люди оживились, впереди была весна и лето, а у нас было столько планов на этот сезон.

И тут в нашу жизнь вмешалась пандемия коронавируса COVID-19. И вот почти уже чуть больше года наши благополучатели находятся в режиме самоизоляции, в условиях жесткого карантина и три летних месяца из них в режиме обсервации. Они внимательно прислушиваются к прогнозам специалистов-эпидемиологов, т.к. ученые заявляют о длительной угрозе и новых рисках коронавирусной инфекции (COVID-19).

Сегодня ни для кого не секрет, что особая острота рисков заболеваемости, осложнений и смертности от COVID-19 – это для лиц пожилого возраста. Но Россия в целом, в отличие от ряда Европейских стран (Италия) смогла избежать негуманных проявлений в отношении пожилых людей с COVID-19, проживающих в домах престарелых. Скорее всего за счет своевременно введенного карантина и профилактической обсервации, введенной в учреждениях стационарного типа. На сегодняшний день 192 человека из состава получателей услуг, уже

получили вакцину и это дает нам надежду на скорое послабление карантинных мероприятий.

Кроме существующей самой угрозы заражения COVID-19, есть и еще одна проблема, так называемый вторичный ущерб – это, прежде всего, неблагоприятное влияние самоизоляции и карантинных ограничений на показатели социально-психологического благополучия пожилых людей в результате отказа от социального взаимодействия с окружающим миром, друзьями, родными и близкими людьми.

Наша работа в условиях карантина и обсервации была очень многогранна, кроме строгого выполнения всех необходимых санитарных и противоэпидемиологических мероприятий, нами развернут большой фронт работы по немедикаментозным формам терапии для того, чтобы минимизировать последствия вторичного ущерба.

Во время карантина и полной обсервации в учреждение закрыт доступ для посетителей (родных, друзей, волонтеров). Замкнутость, закрытость, отсутствие тактильного общения с родными - это и является основной проблемой психологического аспекта благополучателей на сегодняшний день, которую мы стараемся решать разнообразием форм и методов досуга.

Ищем новые интересные пути общения, например, нашим интересным открытием стали концерты под балконом нашего учреждения, первый концерт прошел в начале апреля 2020 года и с легкой руки наших волонтеров студии АРТ-сюрприз г. Таганрога стали регулярными. На нашей импровизированной «сцене под

балконом» прошло уже около 40 концертов, а главный наш подарок – стало выступление нашего земляка народного артиста РФ Федора Добронравова и работу в этом направлении мы продолжаем.

Одним из востребованных направлений социокультурной реабилитации инвалидов и людей пожилого возраста является ЭКСКУРСИОТЕРАПИЯ. Путешествия пенсионеров, инвалидов, ветеранов войны и труда улучшают эмоциональный фон, развивают познавательные и эстетические интересы, облегчают социализацию в современном обществе.

Тематика экскурсий разнообразна:

- историко-краеведческие: посещение достопримечательных мест, памятников истории и культуры г. Таганрога и РО;

- природоведческие (экологические): посещение уголков живой и неживой природы;

- искусствоведческие, литературно-художественные: посещение библиотек, музеев, театров, кинотеатров, развлекательные центры, участи в концертах;

- духовно-просветительские;

- оздоровительные и спортивно-массовые: проведение городских соревнований по настольной игре джакколо среди инвалидов-колясочников на базе дома-интерната; проведение шахматно-шашечных турниров среди получателей социальных услуг дома-интерната, посвященных праздничным датам; посещение получателями социальных услуг плавательного

бассейна «Прибой»; проведение зимней спартакиады «Связь поколений».

В теплое время года на открытом воздухе пользовались популярностью занятия на тренажерах спортивной площадки «Подтягивайся!» и ежедневная утренняя зарядка. Также в летний период ежедневно проводились вечера досуга: спортивные и настольные игры, творческие мастерские, музыкально-развлекательные мероприятия.

В связи с переходом работы дома-интерната в режим полной самоизоляции, начиная со II квартала 2020 года, экскурсионотерапия как метод приобрела особую специфику, которую можно назвать «экскурсия на балконе». Для посещающих наших получателей социальных услуг артистов и творческих коллективов концертная площадка расположилась на улице перед зданием дома-интерната, а зрители находились на своих балконах.

Особое место в организации досуга занимают онлайн концерты и встречи с известными и всеми любимыми актерами, которые организует для всех нас БФ «Старость в радость». Мы встречались с Евгением Мироновым, Борисом Шварцман, Марией Мироновой с актерами фильма «Тихий Дон» режиссера Сергея Урсуляка и очень всем понравилась встреча с героем России космонавтом Сергеем Рязанским.

А чего стоят различные всероссийские и региональные онлайн-конкурсы, которые также проводит БФ «Старость в радость», сколько азарта и жизни во всем этом?! Взять, например, всероссийский «Частушечный батл», в котором мы вышли

победителями, было очень сложно, но это было такое счастье - эта победа!

В рамках сохранения ментальной и физической активности маломобильных и немобильных проживающих нашего дома ежедневно в отделениях милосердия проходят занятия. Самые разные специалисты (психологи, трудинструктор, специалисты по соцработе и др.) приходят в гостевую зону на групповые или к постелям лежачих больных для индивидуальных занятий.

Организована утренняя зарядка под музыкальное сопровождение на свежем воздухе, индивидуальные занятия в зале ЛФК, групповые и индивидуальные занятия на спортивной площадке учреждения.

Общение и индивидуальные прогулки на свежем воздухе с инвалидами колясочниками, дементными больными, организовали прогулки на кроватях для лежачих больных и это не просто прогулки, а именно интересное времяпровождение: чтение интересных книг, статей о жизни знаменитых людей, о географии стран, их обычаях и др. Для них это и является порою единственным доступным видом деятельности, что нами всячески поддерживается и поощряется.

При организации культурно-досуговой деятельности, направленной на реабилитацию пожилых и инвалидов мы учитываем личность самого человека. Предназначение досуговых технологий - помочь пожилым и инвалидам освоить навыки общения, необходимые для адаптации в социокультурном окружении. Важно уметь предложить получателю социальных

услуг такое интересное занятие, которое не позволяло бы ему сосредоточиться на своих болезненных ощущениях и переживаниях. Чаще всего такие занятия связаны с более пассивными видами деятельности - чтением, просмотром телепередач, слушанием радио. Благодаря этому улучшается самочувствие, облегчается болезненное состояние. Даже механическое заучивание и использование стереотипных наборов действий, необходимых в стандартных культурных ситуациях, дает человеку возможность обрести определенную степень самостоятельности. При организации досуга учитываются физическое и эмоциональное состояние получателя социальных услуг, а также состояние его зрения, слуха, мобильности. Зная о снижении работоспособности, регламентируется длительность занятий, количество пауз и перерывов для разминок с учетом их физических, когнитивных и психоэмоциональных возможностей. Особого внимания требует методика оценки результатов деятельности получателей социальных услуг. Не завышая и не занижая их, подчеркиваются те стороны, которые ведут к успеху.

Занятия креативной деятельностью в различных кружках и мастер-классах расширяют кругозор и творческие способности, приобщают к разносторонней целенаправленной деятельности пожилых людей, улучшают работу мелкой моторики, поддерживают и развивают память, способствуют реабилитации, пробуждают интерес к происходящему в окружающем мире.

Все методы организации социально-трудовой реабилитации направлены на привитие навыков самообслуживания, личной

гигиены и приобщение к разносторонней целенаправленной деятельности. Вовлечение получателей социальных услуг в активную социально-трудовую деятельность и декоративно-прикладное творчество способствует реабилитации, пробуждает интерес ко всему происходящему в окружающем мире и потребность участия в жизни общества.

Улыбки, атмосфера поддержки и веселья, несомненно, привлекает многих в гостевую комнату на групповые занятия. Мелкая моторика рук, мини-тренинги на сохранение мнестических функций, чтение и обсуждение небольших литературных произведений и, конечно, самые разнообразные арттерапевтические занятия позволяют использовать время наблюдения с пользой.

Важное место занимает организация социально-педагогической деятельности. В неё входят такие задачи, как: развитие личности получателей социальных услуг, формирование у них позитивных интересов, поддержание речевой активности и ресурсосбережение. Формой осуществления этой задачи является проведение индивидуальных и групповых занятий по развитию артикуляции, дыхания, эмоциональной окрашенности речи, мелкой моторики, координации движения рук, гибкости и силы пальцев.

Активное участие в общественной жизни дома-интерната придает получателям социальных услуг ощущение своей необходимости окружающим людям, что тоже является одним из методов реабилитации.

Как метод реабилитации инвалидов и пожилых лиц можно рассматривать их участие в художественной самодеятельности. Это заряжает получателей социальных услуг положительными эмоциями, является стимулом к активной деятельности, повышает фон настроения, улучшает самочувствие. Занятость пожилых людей в культурно-массовых мероприятиях, участие в художественной самодеятельности, фестивалях и концертах, посещение выставок, театральных постановок и кинопоказов качественно заполняет их досуг, повышает собственную самооценку получателей социальных услуг, вызывает в них чувство удовлетворенности и собственной значимости.

Продолжает свою работу музыкально-познавательный клуб «Лира», на занятиях которого происходит ознакомление с творчеством и биографией известных композиторов, прослушивание их музыкальных произведений с последующим обсуждением. Данный вид досуговой деятельности обеспечивает благотворное влияние музыкальных произведений на человека, корректирует его физическое и психическое состояние.

Культурно-досуговым центром нашего дома-интерната также является библиотека, библиотерапия как один из методов реабилитации представляет собой сочетание книговедения, психологии и психотерапии. Он направлен на сохранение и стимулирование памяти пожилого человека, развитие личностного потенциала, удовлетворение потребности в коммуникации, пробуждение новых интересов, поддержку жизненного тонуса, облегчение установления дружеских

контактов, продление социальной активности, профилактику вредных привычек и одиночества.

Библиотека дома-интерната остается основным источником информации, знаний и желанным местом общения. Большинство посетителей приходит в библиотеку за тем, чтобы полистать периодику, узнать новости, поискать ответ на волнующий вопрос или разрешить возникший спор, тут помогут утолить информационный голод, посоветуют книгу по интересу. Библиотечный фонд дома-интерната составляет 10846 экземпляров. В библиотеку поступают также газеты и журналы, по благотворительной акции, проводимой ИД «Коммерсант» и ОАО «Газпромбанк», дом-интернат получает с сентября 2015 года общественно-политический журнал «Огонек» в двух экземплярах. Стартовавшая в 2016 году благотворительная акция «Почты России» стала популярной и продолжает дарить нашим читателям возможность знакомиться с новыми печатными изданиями.

Большой популярностью среди получателей социальных услуг пользуется посещение кинозала «Иллюзион», где проводится трансляция кинофильмов на широком экране в период карантина ежедневно, для любителей старых фильмов – кино в каминном зале, для тех, кто любит современное кино - в летний период организовали кино на большом экране в «Летнем кинотеатре» на свежем воздухе.

Очень часто люди старшего возраста плохо интегрированы в современное общество. Такое положение вещей несёт в себе много проблем и несогласованности. Общение между людьми, сейчас,

всё чаще происходит при помощи компьютера и интернета. А пожилым гражданам крайне нелегко быстро адаптироваться к такому формату, особенно без посторонней помощи. Мы начинали с обучения основам работы на ПК, но, освоив азы, пожилым людям нужны и другие навыки. Занятия проводятся по 3 различным учебным планам, т.к. уровень слушателей различный: первое знакомство, средний уровень, выше среднего уровня. Неотъемлемой частью занятий является клавиатурный тренажер Stamina, позволяющий слушателям курса совершенствовать практические навыки работы на клавиатуре и расширенный курс пользования интернетом, программой Skype, работа с электронной почтой, что тоже очень интересно и важно для социализации.

Самое главное, что мы выяснили, кроме получения знаний, люди получают ещё и огромную психологическую поддержку. К ним внимательно относятся, отвечают на их вопросы, они находят единомышленников и, что самое главное, когда они начинают работать в интернете и с электронной почтой, их общение увеличится в разы. Они находят друзей в других странах, родственников в социальных сетях. Получатели социальных услуг говорят, что благодаря Skype, они гораздо чаще стали общаться со своими друзьями.

На базе учреждения открыт и активно работает Центр «Серебряный волонтер». Работа Центра имеет теоретическую и практическую направленность. В настоящее время ведется работа по реализации следующих инновационных проектов:

1. «Связанные одной нитью» (изготовление вязаных изделий для воспитанников ГКУЗ РО «Дом ребенка Специализированный» г.Таганрога).

2. «Кулинарные рецепты от бабули» (составление и оформление сборника кулинарных рецептов «серебряных» волонтеров для выпускников детского дома).

3. «Ты не один» (посещение получателей социальных услуг отделений милосердия, оказание им посильной помощи).

Практическими добрыми делами «серебряных» волонтеров Центра явилось следующее:

- проведение мастер-класса «Блинчики от бабушки» для воспитанников ГБУСОН РО «Социальный приют для детей и подростков г.Таганрога»;

- проведение трудовой акции совместно с волонтерской организацией «Лига добра» МОБУ СОШ №12 г.Таганрога;

- поздравление ветеранов ВОВ с днем рождения, оказание помощи при торжественном вручении юбилейных медалей «75 лет Великой Победы»;

- оказание помощи при проведении в доме-интернате Областного конкурса «Красота «золотого возраста»-2020», спартакиады «Связь поколений», городских соревнований по джакколо, концертных программ творческих коллективов города, литературно-музыкальных встреч «У камина».

Серебряные волонтеры являются помощниками в организации занятий по интересам для инвалидов–колясочников в рамках реализации программы системы долговременного ухода.

В тесном контакте с сотрудниками дома-интерната работают представители Православной церкви. С открытием часовни Покрова Пресвятой Богородицы на территории дома-интерната появились новые возможности и пути работы с нашими получателями социальных услуг. Это и посильная трудотерапия, и повышение духовного уровня, и гармонизация внутреннего состояния путем воздействия христианского учения на человека, и демонстрация кинофильмов на духовные темы в индивидуальной и групповой формах. Имеется обширная передвижная библиотека духовной и православной литературы.

Продолжает работу хор духовной песни «Миряне». Потребность в духовном: вера и религия важны для многих пожилых людей. Священник православной церкви регулярно посещает дом-интернат, проводит праздничные службы, исповедует и причащает желающих, совершает ритуальные обряды по усопшим.

При организации культурно-досуговой деятельности важно уметь предложить такое интересное занятие, которое позволяло бы забыть о болезнях и переживаниях одиночества, и знать, ты не один – ты в семье!

**«Центр дневной заботы 65+»: практики «Звонок другу»,
«Внуки по переписке», «Добрая почта», Еврейский
благотворительный фонд «Хесед Шолом Бер»,
г. Ростов-на-Дону и города Ростовской области.**

Минджорая Татьяна Арнольдовна, исполнительный директор
организации «Еврейский благотворительный фонд
«Хесед Шолом Бер»», г. Ростов-на-Дону

Дерезко Ольга Николаевна, специалист «Центра дневной заботы
65+», Еврейский благотворительный фонд
«Хесед Шолом Бер», г. Ростов-на-Дону

«Центр дневной заботы 65+»: практики «Звонок другу», «Внуки по переписке», «Добрая почта», Еврейский благотворительный фонд «Хесед Шолом Бер», г. Ростов-на-Дону



**«Центр дневной заботы 65+»: практики «Звонок другу»,
«Внуки по переписке», «Добрая почта», Еврейский
благотворительный фонд «Хесед Шолом Бер»,
г. Ростов-на-Дону и города Ростовской области.**

Минджорая Татьяна Арнольдовна, исполнительный директор
организации «Еврейский благотворительный фонд

«Хесед Шолом Бер»», г. Ростов-на-Дону

Дерезко Ольга Николаевна, специалист «Центра дневной
заботы 65+», Еврейский благотворительный фонд

«Хесед Шолом Бер», г. Ростов-на-Дону

С 1998 года Еврейский благотворительный фонд «Хесед Шолом Бер» ведет свою работу в Ростове-на-Дону, в центре внимания находились пожилые люди, а вокруг них выстраивались программы в интересах семьи и детей. С 2019 начата работа «Центра дневной заботы 65+» в направлении семейного волонтерства и комплексной неформальной поддержки пожилых людей, проекты переписки и телефонных связей, с одной стороны, для развития взаимовыручки, социальных и моральных ценностей членов фонда, с другой – как ответ на вызовы пандемии, ограничение личных контактов и обострение проблем одиноких пожилых людей.

Пожилые люди в возрасте 65 лет и старше зачастую достаточно сохранны и вполне здоровы, но также с возрастом у них могут возникать бытовые и иные жизненные затруднения, нужна поддержка их интеллектуального, социального и

физического здоровья. Для этого нет ничего лучше активной социальной жизни, включенности и круга близких людей. Заменить семейное взаимодействие может альтернативная семья. Особенно такая помощь стала нужна в период пандемии, когда были существенно ограничены физические контакты как самих пожилых людей, так и их далеко проживающих близких. В этот момент востребованными стали формы телефонных коммуникаций, а для пожилых людей большую ценность по-прежнему представляют почтовые формы общения.

Еврейский благотворительный фонд «Хесед Шолом Бер» поддерживает межпоколенческие взаимодействия и взаимопомощь семейного типа по месту жительства. Основной задачей фонда является поддержка людей еврейской национальности, контактов и солидарности, национальной культуры и традиций. Однако работа фонда и виды поддержки реализуются без разделения по возрасту, полу или национальности, для всех желающих или нуждающихся. Имея базу постоянных волонтеров (прежде всего это семьи, вовлеченные в разные векторы работы фонда) и данные об одиноко проживающих пожилых людях в городе Ростове-на-Дону и области, фонд поддерживает их взаимодействия, обучает волонтеров, организует досуг, при возможности оплачивает расходы на сопровождение, переписку, телефонное общение. Волонтеры фонда ведут с пожилыми людьми взаимодействие с помощью почты, Интернет, поздравляют с праздниками сделанными вручную открытками, помогают в поиске

родственников («Добрая почта»), привлекают к переписке детей и подростков («Внуки по переписке»). Семьи волонтеров по принципу альтернативной семейной поддержки посещают и регулярно обзванивают пожилых людей – проект «Звонок другу». Каждая семья курирует 3-5 пожилых человека проживающих в их районе и поддерживает контакты, выявляет проблемы, передает запросы в фонд, оказывает бытовую и социальную помощь. В целях сохранения и поддержания коммуникаций, интеллектуального, социально-психологического и физического здоровья одиноких и одиноко проживающих пожилых ростовчан сотрудники фонда организуют их досуг и обучение, развивающие и здоровьесберегающие занятия (в период пандемии в онлайн формате).

Благополучателями Центра выступают одинокие и одиноко проживающие пожилые ростовчане и жители области, не нуждающиеся в стационарном и ином специальном уходе (около 250 благополучателей). Эти пожилые люди лишены круга близких людей, семейной поддержки. Цель практики – это организация поддержки семейного типа одиноких и одиноко проживающих пожилых ростовчан для продления качественной и достойной жизни. Партнерами Центра являются Общественная организация «Ростовская городская Еврейская национально - культурная автономия», фонды-грантодатели и частные спонсоры, а также волонтеры, местные сообщества.

На начальном этапе практики (в 2019 году) у фонда была группа постоянных участников – семьи (около 60), в которых

родители и дети (около 100 человек) вместе проводили досуг, общались, учились новым навыкам, помогали друг другу. В работу фонда были включены самые разные семьи, как правило, с еврейскими корнями, полные и многодетные, хорошо обеспеченные и семьи, воспитывающие детей с ОВЗ, неполные семьи, одинокие люди, пенсионеры и вдовы, женщины, пережившие насилие и пр. Все участники вели общие дела, досуг, обучение, игры, которые вели на добровольной основе активисты из числа этих семей, среди которых были психологи и педагоги, врачи и библиотекари. С приходом пандемии в 2019 году и введенными в связи с ней ограничениями, участники решили помогать одиноким пожилым людям, которые живут рядом. Семьи получали консультации и обучение от координаторов и приглашенных пробоноволонтеров (профессионалов), небольшую финансовую помощь от спонсоров. Родились идеи оформления открыток и писем, ведения регулярной переписки и телефонных контактов, а в случае необходимости – личного посещения. В проект вовлекались все желающие и нуждающиеся в помощи. Были собраны через личные и социальные, деловые контакты базы данных о пожилых людях, проживающих одиноко и желающих получать поддержку, письма, звонки и контакты семейного типа.

С 2019 года собирается и наполняется база данных об одиноко проживающих пожилых людях в городе Ростове-на-Дону и области. Обученные волонтеры, а также все вновь приходящие в проект участники регулярно контактируют с пожилыми людьми как дружественные семьи. Часто волонтеры оказывают бытовую и

социальную помощь (по дому, в коммунальных службах, МФЦ и пр.), вместе проводят праздники (в период ограничений пандемии в основном в онлайн-режиме). Детей и подростков учат поддерживать незнакомых пожилых людей через почтовую переписку, писать им личные. Волонтеры фонда ведут с пожилыми людьми взаимодействие. В режиме онлайн в центре используются различные формы социально-психологической поддержки: обучающие и развивающие семинары – практикумы с привлечением специалистов (консультации врачей, психологов, геронтологов, рефлексотерапевтов, социальных педагогов и т.д.), занятия йогой, ЛФК, мастер-классы по ЗОЖ, систематические занятия на развитие мелкой и крупной моторики, тренинги по улучшению памяти, внимания, арт-терапевтические практики. Занятия проводят добровольцы и профессионалы из числа членов фонда. В центре организуется интересный досуг - просмотр и обсуждение фильмов, посещение театров, тематических лекций, участие в собственном народном хоре 65+ и его концертной деятельности на различных городских площадках, совместные прогулки и дни рождения. Координаторы практики и руководитель фонда ведут контроль и оценку результатов, анализ достижений и неудач, информация о работе размещается в информационном пространстве, сетевых группах и сообществах, оформляются творческие отчеты, коллажи. Ведется самоанализ прогресса каждого участника, творческих достижений и взаимовыручки.

К числу результатов практики следует отнести количественные и качественные показатели. Так, 250 пожилых людей вовлечены в регулярные практики. В проекте участвуют 100 волонтеров (60 семей). Периодически в практике работают 10 специалистов и три координатора на постоянной основе, еженедельно проводится цикл занятий, посещения, поздравления во время праздников, 1 раз в месяц до 100 пожилых людей получают письма и открытки от детей и подростков. В ходе помощи пожилым людям дети и подростки, а также взрослые, получающие поддержку от фонда, сами учатся основам взаимовыручки, у них развиваются гуманистические социальные и моральные ценности, в ходе взаимодействий четырех поколений, не связанных кровным родством (прабабушки, бабушки, родители, дети) формируются долгосрочные межпоколенческие связи между участниками программы, преемственность поколений. В контексте качественных результатов происходит рост коммуникаций, сохранение потенциала, выявление и своевременное решение возникающих проблем пожилых людей, поддержание качества и достойного уровня жизни, статуса и самочувствия пожилых людей.

Данная практика является примером технологии альтернативной семейной поддержки. Пожилые люди получают внимание и заботу, не чувствуют себя брошенными и одинокими, вовлеченные в практику дети и подростки развивают свои навыки (моторика рук, коммуникативные навыки, владение техниками декупажа, прикладного творчества, исторические знания и пр.). В

ходе совместных занятий разновозрастные участники формируют единое сообщество, преемственность поколений, все участники с ограничениями, проблемами, трудной ситуацией в жизни получают чувство востребованности и состоятельности, нужности и включенности, взаимную поддержку, солидарность.

Уникальность Практики состоит в регулярном взаимодействии четырех поколений, не связанных кровным родством (прабабушки, бабушки, родители, дети) и в развитии долгосрочных социальных связей между участниками программы. Многое держится на инициативах отдельных активистов, их потенциал развивает и двигает практику, есть риски утраты части наработок в случае кадровых перемещений. Для развития практики нужны специалисты (гериатры, тренеры, социальные работники) для обучения волонтеров основам взаимодействия с пожилыми людьми, а также штат постоянных волонтеров. Центром планируется постоянный прирост качественных обученных работников на добровольной основе. В настоящее время в целях развития практик фонд ведет информирование и привлечение потенциальных участников 65+, новых молодых добровольцев через популярные социальные сети; проводятся тренинги (on-line) для волонтеров Центра (опытных и новичков). Центр начал подготовку работы групп ручного творчества (раскрашивание «по номерам», работа с салфетками, декупаж), привлекаются добровольцы–специалисты (врачи, психологи, педагоги). В планах центра есть идея создания мини Call-центра для постоянной связи» с пожилыми людьми, живущими

неподалеку через дежурного в Хеседе для оптимизации работы всех направлений. Продолжается выявление потребностей целевой группы и развитие стратегий и форматов работы в условиях частичной изоляции в период пандемии и поэтапного выхода из нее. Обсуждается развитие новых волонтерских инициатив для данной Практики в 2021 году, планируется прирост мероприятий, обратной связи, привлечение новых старших и новых помощников, организация обучения и развития команды, профилактика эмоционального выгорания, проведение супервизии, реклама добровольческого труда и его ценности для гражданского общества.

Тиражирование практики, получение информации и обсуждение вопросов партнерства предлагается с помощью электронной почты, телефонной связи: Еврейский благотворительный фонд «Хесед Шолом Бер», Минджорая Татьяна Арнольдовна (исполнительный директор, эл. почта shney@bk.ru.; телефон +7 863 262 58 08), Дерезко Ольга (derezko@yandex.ru).

Проект соседской помощи,
город Константиновск Ростовской области
Маштакова Оксана Сергеевна, инициатор практики,
студентка Южного федерального университета,
г. Константиновск Ростовской области



Маштакова Оксана Сергеевна в процессе соседской помощи



25 декабря 2020 г. около 18.00 на фото Лидия Александровна Семилетова и Оксана Маштакова ведут беседу. Лидия Александровна показывает альбом и вспоминает свою молодость

18 декабря 2020 г. на фото Белова Екатерина Александровна (волонтер) проводит анкетирование среди пожилых соседей на согласие получать соседскую помощь

11 января 2021 г. 15.30, г.Константиновск, инициативная группа (руководитель – Маштакова Оксана Сергеевна, 2 волонтера – Белова Екатерина Александровна, Фетисова Анастасия Александровна) осуществляют доставку продуктов питания



**Проект соседской помощи,
город Константиновск Ростовской области**

*Маштакова Оксана Сергеевна, инициатор практики, студентка
Южного федерального университета, г. Константиновск
Ростовской области*

Оксана Сергеевна Маштакова - студентка 5 курса заочной формы обучения направления подготовки «Социальная работа» Южного федерального университета. С 2020 года по инициативе Оксаны Сергеевны начала свою жизнь практика соседской помощи, предназначенная для оказания помощи гражданам пожилого возраста и инвалидам равнодушными гражданами, проживающими по соседству, а также для поддержания традиций соседской заботы о старшем поколении.

Практика стала своего рода ответом на вызовы пандемии. Реализация практики началась в декабре 2020 г. в рамках изучения дисциплины «Основы социальной геронтологии». Сначала практика была нужна для того, чтобы выполнить задание по учебному предмету, но по мере того, как стал развиваться процесс взаимодействия с соседями старшего возраста, Оксана Сергеевна все больше увлекалась этой нетрудной заботой, практика все более заинтересовывала, как говорит сама Оксана: «Стало просто приятно оказывать помощь своим близким, знакомым, соседям, так как период изоляции сказался на всех нас – не хватало простого общения». Оксана Сергеевна нашла единомышленников из числа своих друзей и знакомых, которые стали также принимать участие

в практике в качестве волонтеров – это молодые жительницы г. Константиновска Екатерина Александровна Белова и Анастасия Александровна Фетисова.

Эта инициатива реализована Оксаной Сергеевной, Екатериной Александровной и Анастасией Александровной как классическая соседская практика. Соседская помощь очень актуальна в настоящее время, так как с угрозой распространения коронавирусной инфекции социальным работникам приходится очень трудно справляться с поддержкой растущего круга благополучателей. Кто-то из специалистов может заболеть и уйти на больничный, в отпуск или даже уволиться. Учитывая, что одному социальному работнику приходится обслуживать до 15-20 человек, эта работа и так не из легких. В пандемию в помощи по простой доставке продуктов или лекарств стали нуждаться и вполне мобильные люди 65+, и многие, кто мог ранее рассчитывать на других пожилых соседей или родных. В кризисной ситуации оказалось гораздо больше людей, чем состояло на учете в социальных службах. Вот тут на помощь приходит соседская помощь. Кроме того, в 2020 году под влиянием ограничений и самоизоляции отмечался существенный спад и сокращение личных контактов в рамках социальной и семейной поддержки, стали расти предложения по онлайн или телефонным форматам оказания подобных услуг. Вместе с тем участились случаи мошенничества. Под видом помощи и заботы, услуг по доставке продуктов и лекарств стали появляться мошенники. Пожилые люди, нуждающиеся в помощи, часто

оставались не только без поддержки, но и без денег, которыми были оплачены обещанные, но не оказанные им услуги. Стало очевидно, что нельзя оставлять своих знакомых и соседей пожилого возраста в одиночестве. Соседская помощь является довольно безопасной, так как соседи – это знакомые люди, которых знаешь давно, а может и всю жизнь и, которым можно довериться в покупке продуктов и лекарств, можно побеседовать, попросить о помощи без риска быть обманутыми. При определенной договоренности возникает разгрузка для социальных работников, а гражданам пожилого возраста становится доступной быстрая дополнительная помощь и поддержка.

Не сразу получилось эту практику наладить. В начале возникала проблема общения и понимания важности самого проекта. Чтобы добиться определенного успеха, необходимо было наладить контакт с соседями, найти волонтеров, которые готовы качественно и своевременно помогать своим пожилым соседям. Далее, потребовалось обучить всех молодых волонтеров необходимым навыкам правильного общения, чтобы пожилым людям было легко с ними общаться. В ходе реализации этой практики всегда присутствовал риск заразиться. С этой проблемой очень сложно бороться, пожилые люди очень чувствительны и мнительны по отношению к своему здоровью. Из-за боязни заболевания не каждый пожилой человек согласится на помощь постороннего человека, и даже соседи не всегда готовы контактировать с помощниками-волонтерами. Поэтому возникает

риск в самом подборе группы добровольцев (молодых соседей) и определении получателей помощи. Наладить работу не всегда получается даже в СИЗах - средствах индивидуальной защиты. Но так было в первые месяцы пандемии, сейчас ситуации менее напряжена, хотя угроза еще существует. Волонтеры и пожилые благополучатели научились продуктивно общаться и доверять друг другу. Также важно подходить к такой взаимопомощи с пониманием основ психологии пожилого человека, с позиции знания его социальных и личных потребностей и особенностей, учета состояния его здоровья. Часто простое общение важнее, чем продукты или лекарства, доставленные волонтером на дом.

Цель данной практики заключается в организации взаимодействия волонтеров как альтернативных или неформальных социальных работников с гражданами, проживающими по соседству с обслуживаемыми или нуждающимися в социальных услугах гражданами. Участники проекта проводят работу с соседями по осуществлению ухода за пожилыми гражданами и инвалидами в дни, когда (или если) их не посещают социальные работники. Соседская помощь организуется путем предоставления гражданам пожилого возраста и инвалидам, в зависимости от характера их нуждемости, следующих социальных услуг: поддержание связи с родственниками; экстренный вызов врача; экстренная покупка и доставка лекарственных средств, продуктов питания. В рамках практики осуществлялась индивидуально-психологическая

поддержка, беседы с пожилыми соседями, просмотр с ними совместно личных фотографий, сбор историй жизни.

Актуальность технологии заключается в новизне, в увеличении в связи с рисками пандемии количества людей, нуждающихся в получении тех или иных социальных услуг и в простой человеческой поддержке. Сейчас практика стала уже привычной в нашем районе, возникает новая задача повышения уровня информированности населения об оказываемых участниками проекта социальных услугах.

Для тиражирования практики важно на первичном этапе провести сбор и анализ информации о готовности соседей взять на себя заботу об одиноких пожилых людях в дни, когда их не посещают социальные работники, либо о нуждающихся в разовой или систематической помощи пожилых соседях, не состоящих на социальном надомном обслуживании. Затем следует провести собеседование с соседями и пожилым человеком с целью выявления основных потребностей. До этапа реализации соседкой помощи требуется первичная диагностика как самого благополучателя, его эмоционального и психического состояния, так и его запросов, функциональности. Нужны беседы с соседями с целью изучения заинтересованности в оказании помощи, выявлении их ресурсов возможностей, в т.ч. личностных ресурсов, наличия времени и прочих аспектов для формирования базы потенциальных волонтеров. После установления характера, сути, форм и порядка взаимодействий соседей и пожилых людей, составляется график посещений и встреч, обучение навыкам

общения с пожилыми людьми соседей-добровольцев. На завершающем этапе проводится оказание помощи, постоянный социальный патронаж граждан пожилого возраста и инвалидов в режиме соседской помощи, контроль и оценка оказанных услуг и взаимодействия, оказание консультационной и психологической поддержки всех субъектов практики (как пожилых соседям-получателям помощи, так и соседям-волонтерам), направленной на преодоление трудностей. Важно вести сбор и анализ отзывов от всех участников практики, как волонтеров, так и пожилых граждан, с целью выявления значимости данной практики, хода работ, качества, выявления и преодоления трудностей и конфликтных ситуаций.

За время реализации практики результаты скромные, но речь идет о локальном соседском сообществе на несколько десятков жителей одного микрорайона маленького города. Так, в рамках практики оказано 15 услуг по доставке продуктов, 10 услуг по доставке лекарственных средств, проведены 25 бесед с пожилыми людьми и трижды приходилось делать вызов врача. Количество людей, получивших помощь – 25 человек (из них 14 женщин и 11 мужчин). Психологическое самочувствие пожилых людей значительно улучшилось, у них появилась возможность общения и обмена опытом с более молодым поколением, что является профилактикой социального одиночества. Практика соседкой помощи является незримым мостом, который помогает наладить отношения молодых людей с пожилыми, понять трудности и сложности преклонного возраста. Однозначно соседская помощь

находит положительные отклики не только у благополучателей, но и у волонтеров. Инициативная группа получает обратную связь и оценивает эффективность данной практики по состоянию психологического и физического самочувствия пожилых соседей, по отзывам, в которых в основном выражается благодарность. Итак, практика соседской помощи является эффективной.

Если есть желающие начать такую практику в своем доме или дворе, то стоит на этапе подготовки найти живущих с вами рядом, по соседству, людей пожилого возраста и выявить их потребности и пожелания. Также необходимо выявить в ближайшем окружении потенциальных волонтеров из числа соседей. Очень важно, чтобы эти люди имели навыки общения с пожилыми людьми, были коммуникабельны, вежливы и добродушны. Возможно, на первых порах потребуются усилия, обучение, «настройка» практики и адаптация. По мере общения соседи смогут найти общие темы для разговоров, взаимные формы поддержки, каждый может быть другом и помощником, все могут быть полезны друг другу и давать тепло, поддержку и заботу. Было бы продуктивно, если бы после осуществления данной практики каждый пожилой человек мог не только обратиться в ЦСО за услугами социального работника, но и помимо этого знал, что в выходной или праздничный день (или в ночное время, в кризисной ситуации) он всегда может обратиться к соседу, который ему не откажет в помощи. Для связи и обмена опытом предлагаются контакты (Оксана Маштакова, +79061816695, WhatsApp: +79518332628).

«Благотворительность своими руками»:

акция помощи пожилым жителям

станции Кагальницкой Ростовской области

Савельева Анастасия Олеговна, инициатор практики,

студентка Южного федерального университета,

станция Кагальницкая Ростовской области



Фотоотчет о сборе и вручении продуктовых наборов пожилым жителям станицы Кагальницкой

«Благотворительность своими руками»:

акция помощи пожилым жителям

станции Кагальницкой Ростовской области

*Савельева Анастасия Олеговна, инициатор практики,
студентка Южного федерального университета,
станция Кагальницкая Ростовской области*

Оказание благотворительной помощи в России имеет давние традиции. Историки находят корни сострадательного отношения к ближнему еще в обычаях древних славян. Благотворительность, понимаемая древними славянами, как безвозмездная помощь, составляла важную часть их жизни. Поворотным пунктом в развитии благотворительности, по мнению многих историков, стало принятие христианства, призывавшего к любви и милосердию. Благотворительность прошла долгий путь своего становления и развития, и стала основой для формирования такой профессиональной деятельности как «социальная работа». Однако и сегодня есть место благотворительной деятельности.

По инициативе автора зимой 2020 года была инициирована акция благотворительной помощи в интересах пожилых жителей станции Кагальницкой Ростовской области на основе выявления их потребностей и актуальных проблем путем неформальных бесед и соседского общения.

В период пандемии пенсионеры оказались самой незащищенной частью населения, поэтому оказать им посильную помощь было долгом большинство односельчан. По инициативе

автора в станице Кагальницкой была проведена на благотворительной основе акция по сбору продуктов для местных пожилых жителей с опорой на помощь местных предпринимателей, а также раздача масок – средств индивидуальной защиты для пенсионеров. Магазин «Продукты» индивидуальной предпринимательницы Л.А. Двурядкиной оказал огромную помощь и выделил продукты питания для пенсионеров, которые проживают одиноко и самостоятельно не всегда могут обеспечить высокое качество жизни и даже просто регулярное хорошее питание. Таких пенсионеров по трём улицам было выявлено 15 человек, из них 8 женщин и 7 мужчин; из которых два ветерана ВОВ и 5 инвалидов. Для оказания этим людям небольшой поддержки авторов с помощью ИП Двурядкиной было собранно и передано получателям 15 пачек гречневой крупы, 15 пачек риса, 15 пакетов молока, 15 пачек печенья, 15 кг. сахара и 15 кг. муки. А также автором из личных средств был сделан заказ на 100 масок самозащиты для дальнейшей раздачи их пенсионерам.

В период пандемии оказалась востребованной и иная помощь, например, жители станицы и автор данного проекта стали участниками двух акций: «Акция милосердие», которая была организована МБОУ Кагальницкой СОШ № 1, для членов профсоюза (бывшие педагоги), у которых обнаружили онкологическое заболевание, а также в акции «Лента памяти», где была оказана помощь пенсионерам по доставке продуктов.

Вокруг нас всегда могут найтись люди, которым нужна, а иногда и жизненно необходима помощь: психологическая,

финансовая, материальная, медицинская и прочая. Государство, к сожалению, не всегда может справиться с этим и всем оказать помощь быстро и в нужном объеме. Поэтому волонтерским и благотворительным инициативам всегда есть место. Принять участие в благотворительной акции или проекте способен каждый человек, внося свою посильную помощь. Этими акциями мы показываем пример, как нужно и можно помочь ближним, прежде всего «нашим» бабушкам и дедушкам.

**Центр заботы. Школа ухода "Жить дома!" Пункт
бесплатного проката средств технической реабилитации.**

АНО помощи пожилым людям и инвалидам

«Старость в радость», г. Ростов-на-Дону

Шкробец Марина Николаевна,

директор АНО помощи пожилым людям и инвалидам

«Старость в радость», г. Ростов-на-Дону

Интервьюер Екатерина Кравец,

студентка Южного федерального университета,

г. Ростов-на-Дону



Марина Николаевна Шкребец -
руководитель АНО помощи пожилым
людям и инвалидам «Старость в радость»
г. Ростов-на-Дону



ФОНД ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ

Старость в радость КОМПЬЮТЕРНЫЙ ТЕЛЕФОН: 8-951-52-25-006 SVR-ROSTOV.RU

АНО ПОМОЩИ ПОЖИЛЫМ ЛЮДЯМ И ИНВАЛИДАМ «СТАРОСТЬ В РАДОСТЬ» РОСТОВ-НА-ДОНУ

Жить дома!
ШКОЛА УХОДА

ПРОЕКТ ЦЕНТРА ЗАБОТЫ. ШКОЛА УХОДА «ЖИТЬ ДОМА!»

- БЕСПЛАТНАЯ ШКОЛА УХОДА ДЛЯ РОДСТВЕННИКОВ И БЛИЗКИХ;
- ПУНКТ БЕСПЛАТНОГО ПРОКАТА СРЕДСТВ РЕАБИЛИТАЦИИ

КОНТАКТНЫЙ ТЕЛЕФОН: 8-951-52-25-006 SVR-ROSTOV.RU



**Центр заботы. Школа ухода "Жить дома!" Пункт
бесплатного проката средств технической реабилитации.**

АНО помощи пожилым людям и инвалидам

«Старость в радость» г. Ростов-на-Дону

Шкребец Марина Николаевна,

директор АНО помощи пожилым людям и инвалидам

«Старость в радость» г. Ростов-на-Дону.

Интервьюер Екатерина Кравец, студентка Южного

федерального университета, г.Ростов-на-Дону

Марина Николаевна Шкребец реализует свои инициативы в интересах пожилых людей с 2012 года. Целями деятельности АНО помощи пожилым людям и инвалидам «Старость в радость» г. Ростов-на-Дону является прежде всего повышение качества жизни людей старшего поколения и людей с дефицитом самообслуживания.

В 2018-2019 гг. волонтеры и активисты АНО «Старость в радость» начали обучение персонала основам долговременного ухода в стационарных учреждениях. Обучение показало свою эффективность и актуальность. Коммуникации с людьми в повседневных практиках показали необходимость аналогичной работы не только в учреждениях социального обслуживания, но и вне учреждений, для людей, которые ухаживают за своими родственниками в домашних условиях. С приходом пандемии стала очевидной острая востребованность данной помощи и АНО

«Старость в радость» Ростов-на-Дону откликнулись на запрос и приступили к реализации такого обучения для всех желающих.

Тренеры, специалисты по гигиене, уходу, психологии стали внедрять обучение в рамках «Школы ухода» - своего рода неформального центра поддержки людей, желающих научиться уходу за своими близкими, которым требуется квалифицированный уход. В реализацию практики вовлечено 15 штатных работников, постоянных волонтеров, разовых участников. Проведение обучения реализуется на бесплатной основе в офлайн формате и опирается на трансляцию самых современных методик социально-медицинского ухода и психологической поддержки в режиме сжатого и емкого обучения и предоставления бесплатного проката оборудования людям, которые нуждаются в реабилитации.

Данная практика дает людям возможность продолжать жить дома при наступлении дефицита самообслуживания благодаря обучению их родственников. Практика расширяется, проводятся все новые и новые обучающие серии, курсы, увеличивается число групп и людей, обученных в рамках Школы. Тиражирование практики, получение информации и обсуждение вопросов партнерства предлагается с помощью электронной почты, телефонной связи, открыта для связи директор АНО помощи пожилым людям и инвалидам «Старость в радость» г. Ростов-на-Дону - Марина Николаевна Шкребец: <https://vk.com/mnrostova>; svr-rostov@mail.ru; тел 8-919-884-84-48.

А теперь предлагаем познакомиться поближе с самой Мариной Николаевной Шкребец. В этом помогла интервьюер студентка Южного федерального университета Екатерина Кравец.

Интервьюер Екатерина Кравец: Как началась Ваша деятельность в сфере социальной поддержки?

М.Н. Шкребец: *Моя социальная деятельность началась с благотворительности. А участие в благотворительности с осознания того, что процесс зарабатывания и потребления перестал приносить удовлетворение. Я поняла, что есть другие потребности, духовные, и для реализации духовных потребностей я пришла в благотворительность.*

Интервьюер Екатерина Кравец: С какого времени Вы начали заниматься проблемами пожилых людей? Как выстраивалась карьера?

М.Н. Шкребец: *С 2008 года я начала заниматься именно помощью пожилым людям. Карьера волонтера состоит в обеспечении себя все большей и большей нагрузкой. Важно было соизмерить уровень сил с тем, что хотелось, собственно говоря, сделать. Понятно, что изменить мир не получится в глобальном смысле слова, но сделать его чуточку лучше для конкретного человека - это вполне в наших силах. Поэтому о карьере в общем смысле слова в сфере волонтерства говорить, наверное, не стоит. Собственно говоря, я начала заниматься помощью пожилым людям вместе со своим супругом, мы начали ездить в один дом престарелых, навещать проживающих. Потом начали*

публиковать в социальных сетях небольшие посты. Цель была - повернуть общество к проблеме одиночества, к проблеме старости, рассказать о тех, кто, зачастую, при живых детях живет в домах престарелых, возможно у кого-то пробудить совесть, заставить подумать. И к нам стали подтягиваться другие люди, создалась волонтерская группа, в результате которой вот уже 12-13 лет мы занимаемся помощью пожилым людям и опекаем уже больше 20 домов престарелых. 2 года назад я собралась поменять своё место работы, предложила свои услуги в благотворительном фонде, в котором являлась просто волонтером. Сейчас я имею честь работать региональным координатором в благотворительном фонде «Старость в радость».

Интервьюер Екатерина Кравец: Как Вы пришли к проблемам пожилых людей, что побудило вас начать работать в данной сфере?

М.Н. Шкребец: Наверное, у немногих людей случается некий инсайт, благодаря которому они начинают чем-то заниматься. Всё-таки я думаю, именно выбор направления занятий благотворительностью с пожилыми людьми был основан на нескольких знаковых моментах в течение жизни, у каждого они свои. Как я к этому пришла, какие события привели меня - наверное это только моя история, и вряд ли она кому-то интересна. У меня были прекрасный дедушка и две прекрасные бабушки, о которых я до сих пор вспоминаю с любовью и посвящаю им все свои благие дела.

Интервьюер Екатерина Кравец: *Чем Вы занимались до работы с пожилыми людьми?*

М.Н. Шкребец: *Я работала до прихода в благотворительность директором транспортной компании, до этого я много лет работала на нашем замечательном Роствертоле.*

Интервьюер Екатерина Кравец: *Сложно ли было освоить данную профессию или скорее творчество, дело?*

М.Н. Шкребец: *Сложно ли было освоить данную профессию? Не сложно, потому что все мои наработки до этого способствовали организации волонтерской группы, открытию АНО помощи пожилым людям и инвалидам. Я продолжаю учиться, и сейчас нахожусь в процессе учебы, еду в Москву сдавать экзамены по курсу «Тренер по системе долговременного ухода». Учиться приходится всегда, всю жизнь, стоять на месте нельзя. Год назад к нам пришёл Зоот, я обучила пользованию им массу людей в области. Благодаря этому сейчас наши замечательные учреждения участвуют в онлайн мероприятиях, мастер классах, экскурсиях, витринах, проводим концерты, просто общаемся друг с другом.*

Интервьюер Екатерина Кравец: *Каков Ваш жизненный девиз?*

М.Н. Шкребец: *Жизненный девиз меняется в зависимости от ситуации, но скорее всего я бы назвала такой:*

«Не позволяй душе лениться!

Чтоб в ступе воду не толочь,

Душа обязана трудиться

И день и ночь, и день и ночь!»

По образованию я физик, закончила наш Ростовский государственный университет, теперь это ЮФУ. Второе образование у меня маркетинг, президентская программа обучения руководящих кадров. Собственно говоря, работа региональным координатором позволяет мне применить практически все жизненные навыки и опыт, полученные в предыдущих моих работах. Я хочу завершить интервью такими словами: я безмерно благодарна всем людям, кто меня поддерживает, которые верят, что мир можно преобразовать маленькими шажочками. Я счастлива, что нашла соратников, что с Елизаветой Олескиной у нас полное взаимопонимание и созвучие душевных струн. Я горжусь своими волонтерами, теми кто со мной давно и теми, кто только присоединяется. Я благодарна всем людям, которые участвуют в сборах подарков, проявляют себя как автоволонтеры, делают репосты в социальных сетях, так или иначе способствуют тому, что отношение к старости в нашей стране меняется, и меняется в лучшую сторону.

**Программа адаптации к новым условиям жизни
«Безопасность. Предотвращение потерь». Инициатива
поддержана Комитетом по предпринимательскому
образованию РОО «ОПОРА РОССИИ», г. Ростов-на-Дону
Гащук Михаил Александрович, Лазарева Оксана Владимировна,
инициаторы программы адаптации к новым условиям жизни
«Безопасность. Предотвращение потерь», г.Ростов-на-Дону**



Гашук Михаил Александрович
Генеральный директор ООО
Консалтинговый Центр "Решение",
Управляющий Бюро по защите прав
предпринимателей и инвесторов в
Ростовском отделении Общероссийской
общественной организации малого и
среднего предпринимательства
"ОПОРА РОССИИ", г.Ростов-на-Дону



Лазарева Оксана Владимировна
Руководитель комитета по
предпринимательскому образованию
РООО малого и среднего
предпринимательства «Опора России»,
координатор проекта «Волонтерское
движение предпринимателей «ТОЧКИ
ОПОРЫ» (зам. рук. Комитета по
социальному предпринимательству РОО
«Опора России», член Федеральной
Комиссии по социальному
предпринимательству «Опора России»),
доцент Ростовского института (филиала)
ФГБОУ ВО «Всероссийский
государственный университет юстиции
(РПА Минюста России, г.Ростов-на-Дону)

**Программа адаптации к новым условиям жизни
«Безопасность. Предотвращение потерь». Инициатива
поддержана Комитетом по предпринимательскому
образованию РОО «ОПОРА РОССИИ», г. Ростов-на-Дону**
*Гащук Михаил Александрович, Лазарева Оксана Владимировна,
инициаторы программы адаптации к новым условиям жизни
«Безопасность. Предотвращение потерь», г.Ростов-на-Дону*

В России есть ряд категорий людей, которые выходят на пенсию довольно рано – например, военные пенсионеры, пенсионеры правоохранительных органов и специальных служб, также случается, что в разряд безработных лиц в силу обстоятельств попадают люди, имеющие стаж службы в правоохранительных органах или специальных силовых службах, Министерстве обороны РФ. Такие люди, как правило, полны сил и энергии, имеют уникальный опыт, но трудно приспособиваются к условиям «гражданской жизни». Они могут испытывать трудности в адаптации к новым требованиям жизни при смене социального статуса, проблемы трудоустройства в коммерческом секторе после завершения карьер в силовых органах и Министерстве обороны РФ.

Авторы программы повышения квалификации и адаптации к новым условиям жизни «Безопасность. Предотвращение потерь» инициировали создание системы адаптации целевой аудитории к новым условиям и возвращению в трудовую сферу максимально быстро. Программа реализуется в двух форматах: формат

повышения квалификации и формат обучения экспертов. Она направлена на сокращение времени на поиск работы и возвращение к активной деятельности, повышение стоимости ценных кадров на рынке труда, приобретение ими новых навыков, а в итоге – на повышение качества жизни целевой аудитории.

Инициатива предложена и поддерживается Комитетом по предпринимательскому образованию РОО «ОПОРА РОССИИ», в том числе, планируется партнерское взаимодействие с различными СО НКО, Правительством РФ в лице профильных Министерств, МО РФ, с крупным и средним бизнесом.

Программа стартовала 21 апреля 2021 года, сформирована экспертная группа, набрана «пилотная группа» для обучения. В процессе освоения программы формируются навыки, необходимые для принятия решений в новых условиях жизни, успешного трудоустройства и полноценной эффективной работы. Участие человека в данной программе само по себе может выступать подтверждением компетенции для работодателя. В рамках программы ведется взаимодействие с основными стейкхолдерами - трудоспособное население и пенсионеры, работодатели, государство, НКО. Основой программы выступает обучение целевой аудитории гибким навыкам, востребованным у потенциальных работодателей с привлечением экспертов-практиков.

В рамках программы осуществляется формирование банка вакансий для слушателей программы и навигация выпускников программы в процессах их трудоустройства и трудовой адаптации.

В долгосрочной перспективе программа создает условия для форсирования кадрового резерва для экономики региона и федеральных округов в области экономической безопасности и управления рисками. В масштабах личности слушателя программы результатом станет быстрое и эффективное трудоустройство и повышение качества жизни целевой аудитории.

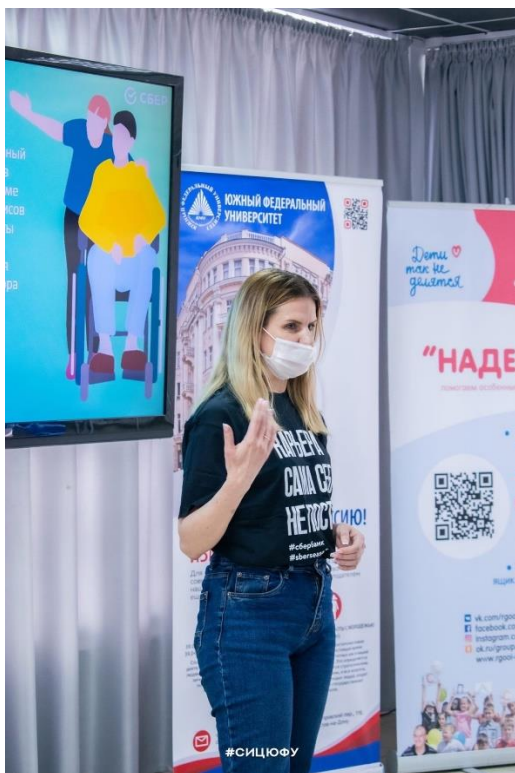
Контакты для связи и обмена опытом (Оксана Лазарева: uspeh-project@yandex.ru; @uspehproject; @Im_worthy; Михаил Гащук: dir@opora-pravo.ru).

Сбер-Волонтер:
**Социальная ответственность бизнеса, волонтерские
инициативы и особенные решения
СберБанка в Ростовской области**

Королева Мария Олеговна, эксперт дивизиона «Особенные
решения», Юго-Западный банк ПАО «СберБанк»,
г. Ростов-на-Дону

Клековкина Людмила Владимировна, руководитель проектов
дирекции по развитию корпоративной культуры,
Юго-Западный банк ПАО «СберБанк», г.Ростов-на-Дону

Интервьюеры Алла Новикова, Альбина Аджикова, студенты
Южного федерального университета, г.Ростов-на-Дону



Мария Олеговна Королева, эксперт дивизиона Особенности решения, Юго-Западный банк ПАО» Сбербанк», г.Ростов-на-Дону



Юго-Западный банк ПАО» Сбербанк», г.Ростов-на-Дону



Форум «Благотворительность и добровольчество: ресурс преобразований» 27-30 апреля 2021, г.Ростов-на-Дону: «Ярмарка лучших практик социально-ориентированных НКО региона». Демонстрация костюма, ограничивающего возможности экспертом дивизиона Особенности решения Юго-Западного банка ПАО» Сбербанк» Марией Королевой



Сбер-Волонтер:

Социальная ответственность бизнеса, волонтерские инициативы и особенные решения СберБанка в Ростовской области

*Королева Мария Олеговна, эксперт дивизиона «Особенные
решения», Юго-Западный банк ПАО «СберБанк»,
г. Ростов-на-Дону*

*Клековкина Людмила Владимировна, руководитель проектов
дирекции по развитию корпоративной культуры, Юго-Западный
банк ПАО «СберБанк», г.Ростов-на-Дону*

*Интервьюеры Алла Новикова, Альбина Аджикова, студенты
Южного федерального университета,
г. Ростов-на-Дону*

СберБанк известен каждому россиянину, но не всем известна широкая работа банка в области особенных решений и корпоративного добровольчества. СберБанк организует работу дивизиона «Особенные решения» для того, чтобы услуги банка стали легкодоступными для всех категорий людей.

Одной из актуальных проблем в современном обществе является инклюзия, включенность всех людей в активные взаимодействия с инфраструктурами, прежде всего, затруднения с получением разного рода услуг и приложений могут испытывать люди с нарушениями зрения или слуха, опорно-двигательного аппарата, ментальных или речевых функций. Сейчас для людей, которые не могут в силу каких-либо проблем выйти на улицу (т.е.

ограничена подвижность или получена травма), доступна доставка карт домой, услуга доступна в Ростове-на-Дону. К сожалению, не во всех отделениях СберБанка из-за технологических особенностей зданий, в которых они находятся, есть специальное оборудование для людей на инвалидных колясках, поэтому если инвалид хочет воспользоваться услугами банка, то компания вызывает ему такси за свой счет и отправляет в ближайший оборудованный офис, где он сможет подняться на коляске.

СберБанк привлекает людей с инвалидностью как экспертов для тестирования своих новых программ, услуг и технологий с целью определения удобства и качества, выявления проблемных зон и недостатков. В общении с целевой аудиторией (людьми с особенностями здоровья, коммуникаций или мобильности) происходит обратная связь, оценка продуктов банка, приходит понимание того, как улучшать услуги и делать их более доступными для всех.

Для того чтобы сотрудники банка в каждом отделении относились с пониманием к особенностям и потребностям людей «с особенностями», в банке проводится регулярное обучение персонала и тренинги. Обучение сотрудников встроено в стандарты обучения работы в банке. Так, чтобы сотрудник почувствовал, как сложно может быть человеку с ослабленным здоровьем, сотруднику предлагается примерить очки, имитирующие заболевания глаза, или утяжеляющий костюм, который прибавляет вам 25 килограммов веса и затрудняет гибкость суставов и конечностей, ограничивает ваши

передвижения. Для того чтобы стало понятнее, как себя чувствует человек в возрасте или у которого есть заболевания, сказывающие на работе опорно-двигательной системы и вестибулярного аппарата, предлагается примерить тренажер, имитирующий тремор рук и предлагается поставить роспись на документе. Когда твои руки тебя не слушают и твоя роспись не похожа на привычную, сотрудник становится гораздо лояльнее к подобным проявлениям в своей профессиональной практике.

В Сбере постоянно развиваются новые формы взаимодействия и технологии доступности услуг для всех людей. Так, постоянное развитие и тестирование получают оффлайн и онлайн-сервисы для людей с ослабленным зрением или слухом, для тех, кто может разговаривать с окружающими только с помощью голосовых помощников или передвигается в инвалидной коляске. Благополучателями этих услуг и векторов работы банка являются более 10000 людей, нуждающиеся в специализированном уходе по всей стране.

В СберБанке большое внимание уделяется вопросам корпоративного добровольчества, проводятся уроки для волонтеров и ведется совершенствование системы волонтерства. Так, с помощью сайта любой работник СберБанка имеет возможность создать свой проект по оказанию помощи населению и предложить его к реализации. Эксперт дивизиона «Особенные решения» Мария Королева рассказывает о том, почему она работает в дивизионе и занимается трансляцией ценностей и технологий инклюзии в работу банка и социум: *«У нас в семье*

всегда было уважительное отношение к старшим, людям с особенностями развития. Я вижу, что это приносит пользу людям и от этого есть какое-то внутреннее ощущение, что ты делаешь то, чего не делают другие люди, не просто работаешь и перебираешь бумажки. Меня вдохновляет волонтерское движение в СберБанке».

Банк большое внимание уделяет обучению всех желающих основам финансовой грамотности. В частности, при работе с пенсионерами и инвалидами такие уроки финансовой грамотности становятся практически персональными: обученный сотрудник занимается осведомлением, поддержкой и помощью в использовании банковскими приложениями своих слушателей. В рамках данного вектора сотрудники Сбера занимаются вопросами предупреждения мошенничеств, учат своих слушателей не попасться на удочку мошенников и не быть обманутым, но также в целом ведут широкое обучение по освоению всех форм и видов услуг банка для людей всех возрастов и статусов, прежде всего старшего возраста и пенсионеров. Волонтеры учат пожилых людей разумному обращению с деньгами и планированию личного бюджета. После прохождения обучающих занятий в рамках программы по результатам диагностики финансовая грамотность растет и поведение слушателей становится все более продуктивным, ответственным и безопасным.

**Поддержка пожилых жителей в опыте работы органа
территориального общественного самоуправления (ОТОС)
микрорайона «Пицунда», г.Ростов-на-Дону**

Лебедева Ольга Николаевна, член органа территориального
общественного самоуправления (ОТОС)

микрорайона «Пицунда», г. Ростов-на-Дону

Интервьюеры София Трайчук, Альбина Аджикова, студенты
Южного федерального университета, г.Ростов-на-Дону



Коллектив активистов органа территориального общественного самоуправления (ОТОС) микрорайона «Пицунда», г.Ростов-на-Дону



Фотоархив ОТОС «Пицунда»



Кубки и награды ОТОС «Пицунда»

**Поддержка пожилых жителей в опыте работы органа
территориального общественного самоуправления (ОТОС)
микрорайона «Пицунда», г. Ростов-на-Дону**

*Лебедева Ольга Николаевна, член органа территориального
общественного самоуправления (ОТОС) микрорайона
«Пицунда», г.Ростов-на-Дону*

*Интервьюеры София Трайчук, Альбина Аджикова, студенты
Южного федерального университета,
г.Ростов-на-Дону*

В последние годы большое внимание в нашей стране уделяется развитию институтов гражданского общества, практик горизонтальной солидарности и поддержке социальных инициатив людей. Одним из наиболее перспективных инструментов такого общественного самоуправления являются ОТОСы и КТОСы – органы и комитеты территориального общественного самоуправления. Об опыте работы в интересах пожилых людей мы расскажем в процессе интервью активистки такого сообщества - Ольги Николаевны Лебедевой, члена ОТОС микрорайона «Пицунда», г. Ростов-на-Дону.

Интервьюер София Трайчук: Добрый день. Пожалуйста, и расскажите, чем Вы занимаетесь?

О.Н. Лебедева: *Меня зовут Ольга Николаевна Лебедева и я являюсь членом территориального общественного самоуправления и председателем ветеранской организации микрорайона Пицунда в Первомайском районе Ростова-на-Дону,*

также являюсь руководителем хора "Голоса Пицунды» и членом женсовета Первомайского района. Орган территориального общественного самоуправления в нашем микрорайоне «Пицунда» города Ростова-на-Дону существует с 2009 года, мы начинали почти на улице, а теперь успели вот так вырасти!

Интервьюер София Трайчук: Расскажите подробнее о своей деятельности

О.Н. Лебедева: *Наш микрорайон в народе прозвали "Пицунда", он расположен на улице Можайская в Первомайском районе Ростова-на-Дону, у нас создан орган территориального общественного самоуправления. В нем всего 13 многоквартирных домов и прилегающая частная территория. Говоря о роде наших занятий, то я думаю, проще будет назвать то, чем мы не занимаемся, потому что многообразие видов нашей деятельности огромно. Нас интересует работа с ветеранами, пенсионерами, также воспитательный процесс среди детей и молодёжи занимает отдельное место в нашей общественной деятельности. Мы зачастую проводим различные мероприятия для людей всех возрастов, ежегодно проводим праздник "Прощай, лето - Здравствуй, школа", где чествуем детишек, которые пойдут в первый класс, дарим им подарки. А что касемо ветеранов и пенсионеров, они тоже всегда принимают участие в организации таких праздников, все стоят у нас на учёте, мы регулярно общаемся с ними, оказываем им определенную помощь, если необходимо. К сожалению, у нас нет возможности помогать им материально, но что касается моральной помощи и*

поддержки- они всегда могут рассчитывать на нас. Также занятие хорovým пением приносит нам немалую радость. Сама идея возникла внезапно. Мы решили, что занятия в хоре будут гораздо полезнее и увлекательнее для людей старшего возраста, смогут приносить им большое удовольствие, ведь тогда каждый наш подопечный смог почувствовать себя нужным, смог вспомнить свою молодость и общаться со своими единомышленниками.

Интервьюер Альбина Аджикова: Какого возраста участники вашего коллектива?

О.Н. Лебедева: У нас в ОТОСе и в Совете Ветеранов в основном состоят пенсионеры и ветераны, то есть люди от 60 и до 85 лет.

Интервьюер Альбина Аджикова: Какие мероприятия в интересах пожилых людей Вам удалось реализовать за последний год?

О.Н. Лебедева: Я считаю, что за последний год с пожилыми людьми у нас была проведена колоссальная работа, которая, я думаю, в России нигде не проводилась. Мы с нашим коллективом, с нашей ветеранской организацией решили, что с годами многие люди стали забывать о том, что наши предки пожертвовали своей жизнью на войне, чтобы сейчас мы и наши дети жили счастливо и не знали, что такое война. Нами был проведен ряд мероприятий с целью напоминания родственникам погибших о подвиге их близких, а молодому поколению о том, какие жертвы пришлось принести ради свободы и будущего страны. Также

нами был организован замечательный праздник под названием "День пожилого человека". Мы встречали наших гостей с песнями, танцами, провожали их за праздничный стол. Это приносило огромную радость нашим подопечным. Люди даже самых старших возрастов выходили в центр зала потанцевать, пообщаться, прочитать стихотворения или просто насладиться такой приятной атмосферой праздника! Также стоит рассказать вам о проведении нами мероприятия в честь праздника международного женского дня, потому что это было бесподобно! Мы позвали гостей, придумали различные конкурсы, танцы, песни, а потом радостно поздравляли наших женщин с их праздником! Я думаю, что ради их улыбок стоит жить! Ведь когда видишь другого человека счастливым, ты сам невольно осознаёшь, как приятно бывает нести добро и как от этого становится тепло на душе...

Интервьюер София Трайчук: *Расскажите, пожалуйста, более подробно о себе и своей жизни, о своём прежнем месте учёбы и работы, с чего вы начинали?*

О.Н. Лебедева: *Училась я в Белоруссии. Там же я окончила техникум лёгкой промышленности по специальности "Технолог швейного производства". В Россию я переехала позднее со своим мужем и тогда же стала работать на авиаремонтном заводе. Если говорить более конкретно про мою работу, то тогда на мне лежала ответственность за облицовку самолёта. На данный момент мне семьдесят семь лет. Вообще я очень разносторонний человек, и, соответственно, увлечения у меня тоже самые разнообразные! Например, я очень люблю петь, танцевать, в*

молодости работала в пионерском лагере, была вожатой и также обучала детишек танцам! Говоря о семье, у меня есть два замечательных сына и трое внуков! Оба окончили медицинский университет. Я ими очень горжусь!

Интервьюер Альбина Аджикова: Как повлиял приход новой коронавирусной инфекции COVID-19 на Вашу общественную деятельность?

О.Н. Лебедева: Да никак. Конечно, запрещали нам выступления, но мы все равно проводили их в прошлом году на улице, правда с соблюдением всех норм и рекомендаций Роспотребнадзора. В нашем кружке, пусть и небольшими группами по 3 - 4 человека, мы все равно собирались, пели песни, общались.

Интервьюер София Трайчук: Опишите Ваши персональные качества и отношение к жизни.

О.Н. Лебедева: Вы знаете, я очень люблю жизнь. Всегда стараюсь негатив брать «под пятку», читаю молитвы, часто хожу в церковь, очень помогает в трудные моменты! Когда прочтешь молитву, то сразу становится легче на душе. Вера в Бога и надежда на лучшее помогают помнить, что у тебя есть Всевышний Отец, который тебя любит и оберегает. Я стараюсь ездить в санатории, чтобы подлечить здоровье, очень трепетно отношусь к нему.

Интервьюер Альбина Аджикова: Какие возникали проблемы при реализации вашей практики?

О.Н. Лебедева: Разносторонность характеров людей в нашем коллективе. Вы понимаете, люди все очень разные, а уже возраст, даже на незначительные недопонимания реакция может

быть острой. Мы, конечно, стараемся сглаживать все конфликты общими усилиями. Еще, наверное, самый главный недостаток нашей практики - это то, что мы делаем всё бесплатно, это для нас лично большой недостаток. Вот, к примеру, у нас 4 вида костюмов, приходится разыскивать, кто бы помог, кто бы пошил их, кто бы помог с подарками, с едой, у нас отсутствует какое-либо финансирование, поэтому мы ищем резервы для содержания практики. Не хватает материальной поддержки.

Интервьюер София Трайчук: Расскажите о ваших партнерах, с кем вы сотрудничаете?

О.Н. Лебедева: Мы сотрудничаем особенно с нашей управляющей компанией - «Коммунальщик Дона», они нас всегда поддерживают. Также наши партнеры база «Союз 98», «Аэронавигация Юга», Институт предпринимателей, многие школы нашего города.

Интервьюер Альбина Аджикова: Каковы Ваши планы на будущее?

О.Н. Лебедева: Я уже, честно говоря, из-за возраста думала, что пора останавливать мою общественную деятельность и прекращать это, но к нам в коллектив пришли новые люди, более молодые и энергичные, с горящими сердцами, и тогда я поняла, что не могу их оставить. Поэтому, главная наша дальнейшая перспектива - двигаться вперед, несмотря ни на что, и ПОБЕЖДАТЬ! А также, само собой, проводить все больше мероприятий в силу своих возможностей, и быть более востребованными!

**Социальная адаптация, поддержка и здоровье пожилых
людей в современном обществе**

Пушкина Наталья Рэмовна,

член Общероссийской общественной организации «Союз
пенсионеров России», заместитель руководителя Ресурсного
центра «Серебряные волонтеры Дона» Регионального отделения

ООО «Союз пенсионеров России»

по Ростовской области - «Союз пенсионеров Дона»

Интервьюер Илья Резников,

студент Южного федерального университета, г. Ростов-на-Дону



Наталья Рэмовна Пушкіна



Продовольственная помощь пенсионерам, акция «Забота и доброта»



В октябре 2020 года "Союз пенсионеров Дона" провел форум "Экология и здоровье"



25-летие Союза пенсионеров Дона



Субботник на берегу Дона



Анатолий Петрович Частников организует занятия северной ходьбы в Аксайском местном отделении Союза

**Социальная адаптация, поддержка и здоровье пожилых
людей в современном обществе**

Пушкина Наталья Рэмовна,

*член Общероссийской общественной организации «Союз
пенсионеров России», заместитель руководителя Ресурсного
центра «Серебряные волонтеры Дона» Регионального отделения
ООО «Союз пенсионеров России» по Ростовской области -
«Союз пенсионеров Дона»*

*Интервьюер Илья Резников, студент Южного федерального
университета, г.Ростов-на-Дону*

Более 25 лет в России действует Общероссийская общественная организация, основными целями которой являются защита прав и свобод лиц старшего поколения, обеспечение условий для активного долголетия населения и реального участия пенсионеров в решении задач развития российского государства – «Союз пенсионеров России». «Союз пенсионеров России» имеет отделения во всех 85 регионах Российской Федерации, работает в соответствии с поставленными целями и задачами, пользуется заслуженным уважением у населения и органов власти всех уровней, сотрудничает со многими государственными, коммерческими и общественными организациями, рядом политических партий, общественными движениями. Более десяти лет ООО «Союз пенсионеров России» возглавляет член Совета Федерации Федерального Собрания Российской Федерации Валерий Владимирович Рязанский, первый заместитель

председателя Комитета СФ по социальной политике.

Региональное отделение ООО «Союз пенсионеров России» по Ростовской области – «Союз пенсионеров Дона» стало одним из соучредителей общероссийской организации еще в 1994 году. В настоящее время членами организации в Ростовской области являются около 5 млн. человек.

Основными направлениями работы общероссийской организации являются развитие компьютерной грамотности лиц старшего возраста, «Университетов третьего возраста», проведение ежегодных всероссийских спартакиад, турниров по шахматам и конкурсов хоров. Каждое региональное отделение добавило за годы работы новые направления в свою деятельность. В «Союзе пенсионеров Дона» в дополнение к названным четырем направлениям деятельности добавлены и активно развиваются работа по охране и поддержанию здоровья пенсионеров, выставочное, экологическое, туристическое и спортивное направления работы, проведение юридических консультаций и обучение финансовой грамотности, организация посещений пенсионерами культурно-зрелищных мероприятий, театров.

Год пандемии COVID-19 конечно же повлиял на деятельность «Союза пенсионеров Дона». Однако, даже будучи ограниченными в передвижении и общении, лидеры организации продолжали активно работать, используя в первые месяцы пандемии в основном онлайн-формат и более адресную поддержку лиц, нуждающихся в помощи. Члены организации не почувствовали себя брошенными организацией. Этому во многом

способствовала многолетняя работа по развитию компьютерной грамотности пожилого населения, уже несколько лет проводимая при активной поддержке «Союза пенсионеров России», вузов и колледжей Ростовской области, Ростовского отделения коммерческого банка «Кубань-кредит» и открытой в 2018 году «Академии третьего возраста» в Донском государственном техническом университете.

Благодаря поддержке ряда коммерческих структур, индивидуальных предпринимателей, ВПП «Единая Россия» председателю «Союза пенсионеров Дона» Джинибалаюну Сергею Мануковичу удалось организовать продовольственную поддержку членам организации. Так, 25 марта 2020 года Региональное отделение «Союза пенсионеров Дона» и индивидуальный предприниматель Спартак Киракосян провели совместную акцию «Забота и доброта» для пенсионеров Ростова-на-Дону старше 65 лет. Предпринимателем были закуплены продуктовые наборы, в которые входили товары первой необходимости, консервы, крупы, сладости. Благодаря слаженной работе волонтеров по организации добровольческой акции в один день были доставлены продуктовые наборы 210-ти членам Союза. Добровольцы из числа зарегистрированных на портале «Мы вместе», а также из партнерских добровольческих организаций, получили маски и перчатки, адреса доставки. Пенсионеры искренне благодарили за своевременную помощь.

В начале декабря 2020 года в г. Москве прошел форум «Союза пенсионеров России» на тему: «Социальная адаптация,

поддержка и здоровье пожилых людей в современном обществе». На форуме присутствовали представители региональных отделений Союза, органов власти и организаций, вовлеченных в реализацию программ активного долголетия. Онлайн-трансляция мероприятия велась на платформе: https://www.rospensioner.ru/pryamaya_traslyazia. В числе спикеров форума выступили заместитель председателя Комитета Совета Федерации по социальной политике Елена Бибикина и главный гериатр Минздрава России Ольга Ткачева. Были обсуждены выполнение задач федерального проекта «Старшее поколение» в 2020 году, развитие службы гериатрической помощи, роль цифрового обучения и физической активности в укреплении здоровья и социального самочувствия пенсионеров, подходы к активизации их возможностей, с помощью информационных технологий, серебряное волонтерство, а также перспективы развития туризма для пожилых.

Представители регионов рассказывали о том, как старшее поколение переживает период самоизоляции и продолжает искать новые возможности для активного долголетия в условиях ограничений, связанных с коронавирусной пандемией.

Особое внимание было уделено теме сохранения здоровья в пожилом возрасте – многие отделения «Союза пенсионеров России» развивают «Школы здоровья», которые делятся практическими рекомендациями по ведению ЗОЖ, рациональному питанию, оздоровительным занятиям физкультурой, профилактике наиболее распространенных

возрастных заболеваний, контролю состояния здоровья. О том как организовать просветительские занятия в режиме онлайн рассказали представители Владимирской области. Обсуждая тему социального туризма для старшего поколения, направленного на повышение познавательной активности, расширение круга общения, сохранение физического и психического здоровья, выступающие отмечали, что не каждый пенсионер может позволить себе путешествовать, и какие меры возможно принимать для увеличения числа пенсионеров – туристов.

Выступающие делились опытом решения проблем информационной и социальной изоляции пожилых людей. Было отмечено, что обучение компьютерной грамотности должно учитывать возрастные особенности обучаемых, их потребности и интересы. Важнейшие среди задач, которые решают пенсионеры с помощью компьютера и Интернета: общение с родными и знакомыми, поиск необходимой информации, решение бытовых вопросов (ЖКХ, медицинское обслуживание), дистанционное обучение, организация досуга, профессиональная деятельность, в том числе переквалификация и поиск работы.

Один из докладов был посвящен новым формам занятости старшего поколения. Опыт благотворительного фонда «Саров» показал, что многие пенсионеры хотели бы продолжать работать и иметь дополнительный доход. Одна из текущих задач – информирование пенсионеров об этой возможности и помощь в поиске вариантов занятости, в том числе обучение навыкам презентации себя, своего опыта, знаний и талантов.

На форуме была масштабно рассмотрена тема серебряного волонтерства. В этом движении активно участвуют люди в возрасте 55+ по всей России. Своей задачей они считают активное участие в решении актуальных для общества задач. В период пандемии волонтеры шили и раздавали защитные маски, доставляли продукты и лекарства соседям, принимали меры по организации свободного времени пожилых людей. О перспективах развития проектов и их роли в социализации пожилых людей рассказали руководители региональных отделений Рязанской области и Республики Карелия.

10 декабря состоялся IX съезд ООО «Союз пенсионеров России». Съезд прошел в современном, обусловленном непростой эпидемиологической обстановкой, формате видео-конференц-связи. Было отмечено, что все региональные отделения «Союза пенсионеров России» смогли помочь членам организации преодолеть сложности пандемического периода.

В состав Президиума ООО «Союз пенсионеров России», состоящего из 19 представителей регионов России, был избран председатель «Союза пенсионеров Дона». Сергей Манукович Джинибалаян является директором МБУК Центральная библиотечная сеть г. Ростова-на-Дону. В сети более 40 библиотек. Данное обстоятельство способствует развитию деятельности Союза, предоставляя возможности популяризации его деятельности при установлении взаимоотношений со значительным числом пожилых людей в городе.

Конечно деятельность «Союза пенсионеров Дона», не

прекращавшаяся даже в течение остро проблемного пандемического периода, последствия которого еще до конца не устранены, поддерживалась и направлялась правлением, руководителями местных отделений, такими как Светлана Александровна Кричухина (г. Аксай), Галина Михайловна Ваниева (г. Батайск), Анатолий Петрович Честников (Кировский район г. Ростова-на-Дону), Мария Ильинична Лысенко (Ворошиловский район г. Ростова-на-Дону), активистами (Нина Ильинична Антонова, Мария Сергеевна Мозаль, Людмила Васильевна Тархова, Лариса Михайловна Степанова, Алексей Васильевич Проскурин, Наталья Рэмовна Пушкина) и многими другими членами организации.

В отделении г. Аксая продолжали работать четыре клуба, занимавшиеся вопросами здоровья, развития творчества пожилых, воспитания подрастающего поколения. В г. Батайске проводились шахматные турниры, культурно-массовые мероприятия. Продолжались занятия по компьютерной грамотности. С августа 2020 года, с выставки «Арт-Ростов» возобновилась деятельность ГК «ДонЭкспоцентр», в выставочных проектах которого «Союз пенсионеров Дона» принимает участие с 2016 года. Представители Союза, работающие на стенде, стали общаться с пожилым населением очно. Честников А.П. проводил занятия по северной ходьбе в парке им. Революции в г. Ростове-на-Дону. Вот уже несколько лет пять раз в неделю более 25 человек приходят на занятия. Мозаль М.С., которая с марта 2020 года «водила» членов «Союза

пенсионеров Дона» в театры, на концерты и выставки в формате онлайн, стала приглашать в Ростовскую филармонию, театры.

Ресурсный центр «Серебряные волонтеры Дона» был создан в декабре 2017 года – готовились к чемпионату мира по футболу и изучали опыт других регионов. В течение 2018 - 2019 гг. работа серебряных волонтеров велась по десяти направлениям. В период ограничений, связанных с пандемией коронавируса, работа не могла вестись также активно: руководителю Центра – 75 лет. Но появились новые формы работы – онлайн приглашения на различные мероприятия в данном формате, участие в некоторых экологических субботниках, другие мероприятия. В октябре в рамках выставки «Здоровье и долголетие» был организован форум «Экология и здоровье». Серебряные волонтеры вплотную занялись вопросами мониторинга родников, провели обследование состояния кладбищ в городе Ростове-на-Дону. В первом полугодии прошлого года волонтеры участвовали в подготовке XIX международных Каяльских чтений. В результате проведения I-го конкурса песенного творчества в х. Погорелов Белокалитвинского района имени А.М. Листопадова в области появился еще один традиционный праздник.

«Союз пенсионеров Дона» готов к сотрудничеству с партнерами. Подписан ряд соглашений о взаимодействии. В 2020 году Союз стал членом Коалиции «Забота рядом», что расширило возможности повышения квалификации в рамках проводимых Коалицией вебинаров и обмениваться опытом с другими членами Коалиции.

В настоящее время серебряные волонтеры помогают органам территориального общественного самоуправления в Ростовской области успешнее строить работу, координировать действия, направленные на улучшение условий жизни населения региона. Эту работу мы начали потому, что у пенсионеров больше знаний и опыта, да и свободного времени, чем у работающего населения и учащейся молодежи. Кроме того, статистика показывает – каждый третий житель Ростовской области пенсионер.

Работы впереди много. Мы предлагаем: вступайте в Общероссийскую общественную организацию «Союз пенсионеров России», основная долгосрочная программа которого «Активное долголетие». Живите с девизом - «Активное долголетие».

Наталья Рэмовна Пушкина – заместитель руководителя Ресурсного центра «Серебряные волонтеры Дона» Регионального отделения Общероссийской общественной организации «Союз пенсионеров России» по Ростовской области «Союз пенсионеров Дона». Наталья Рэмовна работала во Всесоюзном научно-исследовательском институте торговли и спроса населения при Министерстве торговли СССР, на предприятиях торговли и промышленности, в органах ВЛКСМ, в плановых и исполнительных органах Правительства Ростовской области.

В рамках совместной работы студенты Института философии и социально-политических наук Южного федерального университета познакомились с Натальей Рэмовной

Пушкиной. Их заинтересовала эта женщина, добрая и чуткая, полная энергии и идей. Студент ЮФУ Илья Резников представил некоторые выдержки из своего интервью с Натальей Рэмовной.

Интервьюер Илья Резников: Расскажите о своем участии в работе Союза пенсионеров Дона

Н.Р. Пушкина: В Общероссийскую общественную организацию «Союз пенсионеров России» я вступила в 2009 году, как только вышла на пенсию. Мне повезло – создателем регионального отделения и бессменным руководителем до 2014 года являлся Ткачев Василий Стефанович. Это был необыкновенный человек по знаниям (2 высших образования), и по опыту трудовой деятельности (был руководителем областного уровня, работал в отделении Пенсионного Фонда России по Ростовской области), и по душевным качествам. Фронтовик, подростком ушедший на Великую Отечественную Войну, имевший награды, но и память от войны – осколок в ноге - - ходил с палочкой.

В 2009 году прошел форум «Союза пенсионеров России», утвердивший на все последующие годы программу и девиз «Активное долголетие».

В региональном отделении мы начали создавать Университет третьего возраста. Работало несколько факультетов – ЗОЖ, экономики и права, садоводства и огородничества. Пенсионеры с удовольствием посещали занятия. Работа проводилась в помещении Совета ветеранов Ленинского района г. Ростова-на-Дону, так как Ткачев В.С. был и его председателем.

2015 год все изменил. После ухода из жизни Ткачева В.С. (1926 -2014) пришли новые руководители в Совет и в Союз. В настоящее время деятельность Регионального отделения «Союза пенсионеров России» развивается успешно. Новые члены приходят со своими идеями, программами. Мне удалось убедить ректора ДГТУ Месхи Б.Ч. в необходимости организации работы университета третьего возраста. Первые группы (120 чел.) в «Академии третьего возраста» прошли обучение в 2018 году. Когда Союзом началась организация курсов компьютерной грамотности для пенсионеров, участвовала в этой работе и даже проводила занятия.

С осени 2016 года удалось договориться о бесплатном предоставлении стенда для «Союза пенсионеров Дона» практически на каждой выставке ГК «ДонЭкспоцентр» (не выходим только на 2 - 3 узкоспециализированные). У нас сложилась команда из семи человек. Если даже кто-то заболел – на выставку выходим. Выставка – наш медиаресурс. Население узнает о нас. Пенсионеры присоединяются к деятельности Союза (по уставу принимаем с 18 лет).

В декабре 2017 создали Ресурсный центр «Серебряные волонтеры Дона». Работа строится по 10 направлениям. Участвовали как волонтеры и в проведении Чемпионата мира по футболу (ЧМ-2018) и Дельфийских игр (2019), в «Формуле 1», других мероприятиях. Меня избрали членом Совета по развитию добровольчества – постоянно действующего консультативно-совещательного органа при Правительстве Ростовской области.

Была организатором ряда туристических поездок, например, в хутор Погорелов Белокалитвинского района, в хутор Пухляковский Усть-Донецкого района области, в станицу Старочеркасскую, Парк-Лога, на различные событийные мероприятия, в Донской исторический музей и в другие музеи региона. Стараюсь ежедневно быть на связи с членами Союза, используя электронную почту и WhatsApp. География проведения наших активностей очень разная, потому что мы проводим различные виды практик.

Интервьюер Илья Резников: Как Вы пришли к этой деятельности? Какова Ваша жизненная позиция?

Н.Р. Пушкина: Вовлечению меня в данную практику способствовали мои личные качества - открытость к общению, желание познания чего-то нового, любовь к активному образу жизни и положительные эмоции, получаемые от оказания помощи людям. Если занимать активную позицию, жизнь становится насыщенной, обретает больше смысла. Когда возникают сложные ситуации нужно не опускать руки, а действовать. Есть проблема - её нужно решать.

Общественной работой занимаюсь с молодости, была и руководителем крупной общественной организации, и председателем Ревизионной комиссии РК ВЛКСМ Кунцевского района г. Москвы. Была народным депутатом районного СНДТ Кунцевского района. Сейчас – ветеран труда. Выйдя на пенсию, работала и в «Союзе пенсионеров Дона», и в Совете ветеранов Ленинского района г. Ростова-на-Дону. Являюсь общественным жилищным инспектором Общественной палаты Ростовской

области. Получила награду от Всероссийской общественной организации Героев, Кавалеров Государственных наград и Лауреатов Государственных премий «Трудовая доблесть» - знак отличия «Трудовая доблесть».

Интервьюер Илья Резников: Как меняется жизнь (Ваша и окружающих) в процессе вовлечения в эту работу?

Н.Р. Пушкина: Моя жизнь меняется только в лучшую сторону, полагаю и жизнь участников практики также, появляются яркие краски в жизни, всегда получаем полезные навыки и опыт.

Интервьюер Илья Резников: Как повлиял приход пандемии, введение ограничений и режима самоизоляции на Вашу жизнь и деятельность?

Н.Р. Пушкина: Пандемия нас практически сразу коснулась, потому что многие люди, которые занимались организацией практики, переболели. Но уже с августа мы начали проводить различные выставки и мероприятия офлайн, ограничения были стандартные, многое приходилось делать и в онлайн формате.

Интервьюер Илья Резников: Опишите Ваши персональные качества и отношение к жизни

Н.Р. Пушкина: Я всегда училась, продолжаю это делать и сейчас. Окончила Академию народного хозяйства имени Г.В.Плеханова (г. Москва), Северо-Кавказскую Академию государственной службы (г. Ростов-на-Дону), прошла курс переквалификации – российско-голландская программа «РИММА – маркетинг» в РИНХ (г. Ростов-на-Дону). Несколько раз

повышала уровень своей квалификации, работая на государственной службе и в общественных организациях. Имею организационные навыки, умение правильно вести диалог. Мне присущи добродушие, позитив, дисциплина, жизнерадостность. Всегда ищу новый опыт и возможности.

*Всем, кому интересно узнать больше об Общероссийской общественной организации «Союз пенсионеров России», получить дополнительную информацию о деятельности его региональных отделений, приглашаю посмотреть:
<https://www.rospensioner.ru/about/information>.*

Всегда открыта к новым знакомствам и общению –Пушкина
Наталья Рэмовна: +79895360954

ФОРУМ «СТАРШЕЕ ПОКОЛЕНИЕ ДОНА»:

Проекты расширения возможностей пожилых людей.

АНО «Ресурсный центр социальных программ и проектов

«Старшее поколение»», Коалиция «Забота рядом»,

Ростовская область

Лобанова Вера Николаевна, учредитель АНО «Ресурсный центр
социальных программ и проектов «Старшее поколение»»,

г. Ростов-на-Дону

Канивец Наталья Николаевна, директор АНО «Ресурсный центр
социальных программ и проектов «Старшее поколение»»,

г. Ростов-на-Дону



Ярмарка «Донская осень»



Мастер-классы



Чемпионат по компьютерному многоборью среди пожилых людей «Понятный интернет»



Школа здоровья



Студия живописи «Краски жизни»



Фестиваль творчества «Осенний листопад»

ФОРУМ «СТАРШЕЕ ПОКОЛЕНИЕ ДОНА»:

Проекты расширения возможностей пожилых людей.

АНО «Ресурсный центр социальных программ и проектов

«Старшее поколение»», Коалиция «Забота рядом»,

Ростовская область

Лобанова Вера Николаевна, учредитель АНО «Ресурсный центр социальных программ и проектов «Старшее поколение»»,

г. Ростов-на-Дону

Канивец Наталья Николаевна, директор АНО «Ресурсный центр социальных программ и проектов «Старшее поколение»»,

г. Ростов-на-Дону

Ежегодно к Дню пожилого человека в Ростове-на-Дону проводится Форум «Старшее поколение Дона» при участии ведущих активистов и практиков, реализующих самые разные инициативы в регионе в интересах пожилых людей и в целях расширения их прав и возможностей. Форум посвящен вопросам благополучия и активного долголетия людей старшей возрастной категории, и проходит в формате конгрессно-выставочного мероприятия социальной направленности. Форум направлен на расширение взаимодействия государственных органов, органов местного самоуправления и некоммерческих организаций, выявление и тиражирование лучших практик по поддержке и помощи людям старшего поколения, на развитие благотворительности и добровольчества в регионе.

В реализации Форума принимают участие сотни организаций и тысячи участников. Организаторами Форума выступают Правительство Ростовской области, Министерство труда и социального развития Ростовской области и АНО «Ресурсный центр социальных программ и проектов «Старшее поколение»», при поддержке Министерства здравоохранения Ростовской области, Министерства культуры Ростовской области, Администрации города Ростова-на-Дону. Партнерами Форума являются ПАО СберБанк, Региональный информационный холдинг Дон-медиа, Авторадио - Ростов-на-Дону 104.1 FM, АНО поддержки и помощи людям старшего поколения и инвалидам «Мои года-моё богатство», Южный федеральный университет, Отдел по церковной благотворительности и социальному служению Ростовской-на-Дону епархии, РРОБО «Православная служба помощи "МИЛОСЕРДИЕ-на-Дону"», Региональное отделение ООО «Союз пенсионеров России» по РО - Союз пенсионеров Дона, АНО Помощи пожилым людям и инвалидам "Старость в радость", АНО ЦСОН "Милосердие" г.Волгодонск, «RElabel» Студия брендинга и дизайна, ООО «Главреклампроект» и другие.

В Программу Форума традиционно входит социально-практическая Конференция «Общество для всех возрастов», серия круглых столов, дискуссионных площадок, слёт добровольцев «Активное поколение», выставочные мероприятия (выставка «Активное долголетие», ярмарка «Донская осень»).

Конференция «Общество для всех возрастов» является открытой коммуникационной площадкой Ростовской области для обмена опытом специалистов различных направлений, работающих с людьми старшего возраста. Эксперты Донского региона обсуждают возможности популяризации активного образа жизни для людей старшего возраста, вовлечения пожилых людей в социальную жизнь. Участники высказывают мнения и вносят предложения по организации дальнейшей работы и реализации программ в целях развития практик и принципов активного долголетия. Ключевыми темами Конференции становятся наиболее острые и значимые вопросы - как внедряются социальные инновации в интересах старшего поколения и реализуются их ресурсы, какие в регионе есть площадки и практики для пожилых людей, как поддерживается активный досуг и творчество, реализуется социальный туризм, дополнительное образование и занятость; рассматриваются специальные подходы в области медицинского обслуживания населения в контексте перехода к новым базовым стандартам в области гериатрии; обсуждается развитие волонтерского движения в этой сфере.

Коммуникационная площадка Ростовской области - слёт добровольцев «Активное поколение» предназначена для обмена опытом добровольчества в интересах и по инициативе самих людей старшего возраста. На площадках Форума реализуется интерактивная площадка «Мои года моё-богатство», проходит чествование трудовых династий «Трудовая династия Дона» и

супружеских пар, проживших в браке свыше 60 лет «Во благо семьи и общества». Одним из ключевых направлений Форума является поддержка творческих инициатив и коллективов, реализуются танцевальные и спортивные площадки, клубы по интересам, выставки и мастер-классы творческих работ, областной Фестиваль творчества людей старшего поколения «Осенний листопад» и областной Фестиваль творческих коллективов Дона «Молоды душой». Доброй традицией Форума становится областной чемпионат по компьютерному многоборью среди пожилых людей «Понятный интернет» и Донской культурный марафон «Народное творчество на Дону», разнообразные социально-образовательные площадки.

В рамках Форума проводится линейка спортивно-оздоровительных мероприятий, мастер-классов и конкурсов («Будь здоров!», Донской шахматный турнир «Матч поколений», Площадка «Тихий Дон - здоровье в каждый дом!», «Школа здоровья», интерактивная площадка «Спорт – норма жизни»), различные военно-патриотические и историко-культурные мероприятия (военно-патриотическая площадка «В жизни всегда есть место подвигу», интерактивные площадки «Парк «Патриот», «Легенды СССР»).

В программу Форума входит широкий перечень тематических консультаций, образовательных лекций и семинаров от ведущих профессионалов региона – гериатров, диетологов, врачей, психологов и других специалистов, например, мастер-классы по психотерапии («Сундучок воспоминаний»), площадка

для визуального преобразования всех желающих при поддержке профессиональных и начинающих парикмахеров и визажистов «Серебряный имидж», ведутся научные исследования (проект «Социальный климат старения» по инициативе ученых и студентов ЮФУ), коммуникативные программы и акции («Истории жизни», «Письма радости»).

Ежегодно в рамках Дня пожилого человека в Ростове-на-Дону и Ростовской области Форум «Старшее поколение Дона» собирает инициативных и творческих людей, которые реализуют в регионе технологии и практики расширения возможностей и реализации потенциала представителей старшего поколения.

АНО «Мои года – мое богатство»

Лобанова Вера Николаевна,

учредитель АНО «Мои года – мое богатство»



Краски жизни



Подарки и продуктовая помощь



Клуб путешествий



Духовная поддержка



Мир без границ



Поздравление именинников



Межпоколенческая коммуникация



АНО «Мои года – мое богатство»

Лобанова Вера Николаевна,

учредитель АНО «Мои года – мое богатство»

Центр поддержки и помощи людям старшего поколения и инвалидам «Мои года - моё богатство» в Ворошиловском районе г.Ростова-на-Дону начал свою работу в 2015 году. Задачами деятельности АНО «Мои года – мое богатство» являются содействие социальной адаптации и самореализации пожилых и одиноких людей, инвалидов и людей с ограниченными возможностями здоровья с опорой на новые технологии и формы добровольческой помощи, обеспечение комфортных условий проживания одиноких, малообеспеченных, болящих людей, в т.ч. путем реализации системы долговременного ухода за гражданами, нуждающимися в уходе пожилого возраста и инвалидами. Ключевыми направлениями Центра выступает оказание духовной и социальной поддержки, развитие разносторонних интересов и творческих инициатив, продуктовая и социально-бытовая помощь, спортивно-оздоровительные, социокультурные, досуговые и образовательные программы, поддержка межпоколенческой коммуникации. Девизом центра можно назвать такую фразу: *«Если человек любит жизнь, умеет радоваться, старается трудиться, думает больше о других, а не о себе, тогда он молод душой!»*.

В рамках АНО «Мои года - мое богатство» реализуются клуб путешествий «Ой ты, Русь моя, милая Родина», литературно-

музыкальный салон «Лира» и студия живописи «Краски жизни», межпоколенческие программы и проекты «Счастливые внуки», «Письма радости», «Звонки дружбы», «Истории жизни», образовательные площадки (например, компьютерные курсы «Мир без границ»). Многофункциональная спортивно-досуговая площадка для пожилых людей «Спортивное долголетие» включает такие направления как клуб настольных и подвижных игр «Ваш ход», настольный теннис, шахматы, шашки, нарды, пазлы, лото, домино и пр. Служба поддержки «Забота рядом. Ростов-на-Дону» ведет еженедельные поздравление с юбилеями, днями рождения, регулярные встречи с партнерами, воспитанниками школ и детских садов, студенческими волонтерскими группами и творческими коллективами, организует чаепития, праздничные концерты и тематические мероприятия.

В структуре социальной поддержки одиноких, малообеспеченных пожилых людей и людей с ограниченными возможностями здоровья, болящих людей, важное место занимают духовные лица. Опыт показывает существенный интерес пожилых людей к вопросам духовной жизни. Создана система привлечения лиц, имеющих духовный опыт, к реализации данной программы. Ведется партнерство с учреждениями культуры и досуга, с образовательными учреждениями основного и дополнительного, среднего и высшего образования (ГБУК Библиотека им. Ю.А. Гагарина, Детская музыкальная школа № 10 им. С.С. Прокофьева, МУА ДОУ г.Ростова-на-Дону Детские сады

№ 42, 111, 134, 137, Ростовский-на-Дону колледж связи и информатики, Институт философии и социально-политических наук Южного федерального университета), учреждениями подведомственными Минтруд Ростовской области, Ворошиловским отделением РРО ООИ «Всероссийское общество инвалидов», Советом Молодежи Ворошиловского района, Советом ветеранов Ворошиловского района, с добровольческими организациями (Региональное отделение ВОД «Волонтеры-медики», Детское общественное объединение «Добрые сердца»), социально-ответственным бизнесом (ПАО СберБанк) и другими партнерами.

За годы жизни с опорой на ресурсы своей команды и поддержку грантодателей - Фонда президентских грантов по развитию гражданского общества, Международного грантового конкурса «Православная инициатива», Коалиции «Забота рядом», организованной Альянсом «Серебряный возраст» и фондом Елены и Геннадия Тимченко, - АНО «Мои года – мое богатство» смогла расширить векторы и масштабы своей деятельности, но главное – ежедневно повышать качество жизни пожилых людей.

Участие в проектах и программах делает жизнь участников наполненной, интересной и содержательной, способствует улучшению эмоционального состояния одиноких, малообеспеченных, болящих пожилых людей, инвалидов, людей с ограниченными возможностями здоровья, росту количества людей старшего поколения и инвалидов, принимающих участие в делах милосердия, воцерковленных, интеграции пожилых людей

и инвалидов в социокультурную, общественную жизнь, способствует развитию форм и инструментов расширения возможностей подопечных и их «помощников» - добровольцев.

Команда АНО поддержки и помощи людям старшего поколения и инвалидам «Мои года-моё богатство» готова к сотрудничеству и обмену опытом (г. Ростов-на-Дону, 344113, Комарова бул., 30/4, +7 918 555-48-60, +7 928 132-72-13).

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
Новые практики социальной поддержки пожилых людей как признак развития эмпауэрмент-технологий вследствие пандемии COVID-19	
Киенко Татьяна Сергеевна, кандидат социологических наук, доцент кафедры социальных технологий Института философии и социально-политических наук ФГАОУ ВО «Южный федеральный университет», г.Ростов-на-Дону	8
Особенности социального самочувствия пожилых людей в условиях самоизоляции	
Птицына Наталья Алексеевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры социологии, социальной работы и управления персоналом Института социально-экономических наук ФБГУ ВО «Ивановский государственный университет», г. Иваново	
Маркова Елена Константиновна, кандидат психологических наук, доцент кафедры непрерывного психолого-педагогического образования Института гуманитарных наук ФБГУ ВО «Ивановский государственный университет», г. Иваново	16
Проект «Социальный UPGRADE», город Новошахтинск Ростовской области	
Позднякова Юлия Николаевна, студентка Новошахтинского филиала Южного федерального университета, г. Новошахтинск	
Мартынова Евгения Васильевна, научный руководитель, кандидат социологических наук, доцент кафедры социальной работы и педагогического образования Новошахтинского филиала Южного федерального университета, г. Новошахтинск	26
СОЦИАЛЬНЫЙ КЛИМАТ СТАРЕНИЯ: опыт реализации научно-практического проекта в условиях вынужденной самоизоляции	
Панфилова Элеонора Александровна, Лельмеж Татьяна Юрьевна, Галстян Нарине Гамлетовна, Исупова Екатерина Евгеньевна,	

Гнедышева Ирина Николаевна, Нурутдинов Амир Измитинович,
Зубова Дарья Евгеньевна, Абдуллагаджиева Айшат Алиевна,
Писляр Елена Вячеславовна, Мороз Анастасия Анатольевна,
Борисова Анна Игоревна, студенты Южного федерального
университета, г. Ростов-на-Дону
Киенко Татьяна Сергеевна, научный руководитель, кандидат
социологических наук, доцент кафедры социальных технологий
Института философии и социально-политических наук Южного
федерального университета, г. Ростов-на-Дону 34

**Авторская телевизионная программа «Третий возраст».
Телеканал ДОН24 и ОТР (региональное вещание), г. Ростов-на-
Дону**

Ртищева Лидия Павловна, автор и ведущая телевизионной
программы «Третий возраст». Медиа-холдинг «Дон-медиа»,
г. Ростов-на-Дону 61

**Проект «Твори добро». Кировское районное отделение
Общероссийской общественной организации «Российский
Красный Крест» в городе Ростове-на-Дону**

Ященко Вероника Владимировна, руководитель Кировского
районного отделения Общероссийской общественной организации
«Российский Красный Крест», г. Ростов-на-Дону 67

**Проект «Школа золотого возраста». Региональная
общественная организация содействия защите прав
пострадавших от террористического акта «Волга-Дон»,
г.Волгодонск Ростовской области**

Халай Ирина Ивановна, руководитель Региональной общественной
организации содействия защите прав пострадавших от
террористического акта «Волга-Дон», г. Волгодонск Ростовской
области

Интервьюер Александр Афанасьев, студент Южного федерального
университета, г. Ростов-на-Дону 78

Проект «Уход на дому и сохранение памяти». Некоммерческая организация Благотворительный Фонд социальной поддержки «Семейный центр», город Ростов-на-Дону и города Ростовской области

Равская Регина Давидовна, исполнительный директор некоммерческой организации Благотворительный Фонд социальной поддержки «Семейный центр» г.Ростов-на-Дону 89

Проект «Активное долголетие». Некоммерческая организация Фонд поддержки гражданских инициатив «Содействие», районный поселок Каменоломни, 3 муниципальных поселения Октябрьского района, г. Шахты Ростовской области

Кулешова Наталья Ивановна, лидер проекта «Активное долголетие», директор НКО Фонд поддержки гражданских инициатив «Содействие», р.п. Каменоломни, Октябрьский район Ростовской области

Интервьюеры Алла Новикова, Альбина Аджикова, студенты Южного федерального университета, г. Ростов-на-Дону 106

Технологии и формы немедикаментозной терапии на примере ГБУСОН РО «Таганрогский ДИПИ №2»

Савина Елена Анатольевна, директор ГБУСОН РО «Таганрогский ДИПИ №2» 120

«Центр дневной заботы 65+»: практики «Звонок другу», «Внуки по переписке», «Добрая почта», Еврейский благотворительный фонд «Хесед Шолом Бер», г. Ростов-на-Дону и города Ростовской области.

Минджорая Татьяна Арнольдовна, исполнительный директор организации «Еврейский благотворительный фонд «Хесед Шолом Бер»», г. Ростов-на-Дону

Дерезко Ольга Николаевна, специалист «Центра дневной заботы 65+», Еврейский благотворительный фонд «Хесед Шолом Бер», г. Ростов-на-Дону 137

Проект соседской помощи, город Константиновск Ростовской области

Маштакова Оксана Сергеевна, инициатор практики, студентка Южного федерального университета, г. Константиновск Ростовской области 147

«Благотворительность своими руками»: акция помощи пожилым жителям станицы Кагальницкой Ростовской области

Савельева Анастасия Олеговна, инициатор практики, студентка Южного федерального университета, станица Кагальницкая Ростовской области 156

Центр заботы. Школа ухода "Жить дома!" Пункт бесплатного проката средств технической реабилитации. АНО помощи пожилым людям и инвалидам «Старость в радость», г. Ростов-на-Дону

Шкробец Марина Николаевна, директор АНО помощи пожилым людям и инвалидам «Старость в радость», г. Ростов-на-Дону
Интервьюер Екатерина Кравец, студентка Южного федерального университета, г. Ростов-на-Дону 161

Программа адаптации к новым условиям жизни «Безопасность. Предотвращение потерь». Инициатива поддержана Комитетом по предпринимательскому образованию РОО «ОПОРА РОССИИ», г. Ростов-на-Дону

Гащук Михаил Александрович, Лазарева Оксана Владимировна, инициаторы программы адаптации к новым условиям жизни «Безопасность. Предотвращение потерь», г. Ростов-на-Дону 169

Сбер-Волонтер: Социальная ответственность бизнеса, волонтерские инициативы и особенные решения Сбербанка в Ростовской области

Королева Мария Олеговна, эксперт дивизиона «Особенные решения», Юго-Западный банк ПАО «СберБанк», г.Ростов-на-Дону
Клековкина Людмила Владимировна, руководитель проектов дирекции по развитию корпоративной культуры, Юго-Западный банк ПАО «СберБанк», г.Ростов-на-Дону
Интервьюеры Алла Новикова, Альбина Аджикова, студенты Южного федерального университета, г.Ростов-на-Дону 174

Поддержка пожилых жителей в опыте работы органа территориального общественного самоуправления (ОТОС) микрорайона «Пицунда», г.Ростов-на-Дону

Лебедева Ольга Николаевна, член органа территориального общественного самоуправления (ОТОС) микрорайона «Пицунда», г.Ростов-на-Дону

Интервьюеры София Трайчук, Альбина Аджикова, студенты Южного федерального университета, г.Ростов-на-Дону 180

Социальная адаптация, поддержка и здоровьепожилых людей в современном обществе

Пушкина Наталья Рэмовна, член Общероссийской общественной организации «Союз пенсионеров России», заместитель руководителя Ресурсного центра «Серебряные волонтеры Дона» Регионального отделения ООО «Союз пенсионеров России» по Ростовской области - «Союз пенсионеров Дона»

Интервьюер Илья Резников, студент Южного федерального университета, г.Ростов-на-Дону 188

ФОРУМ «СТАРШЕЕ ПОКОЛЕНИЕ ДОНА»: Проекты расширения возможностей пожилых людей. АНО «Ресурсный центр социальных программ и проектов «Старшее поколение»», Коалиция «Забота рядом», Ростовская область

Лобанова Вера Николаевна, учредитель АНО «Ресурсный центр социальных программ и проектов «Старшее поколение»», г. Ростов-на-Дону

Канивец Наталья Николаевна, директор АНО «Ресурсный центр социальных программ и проектов «Старшее поколение»», г. Ростов-на-Дону 204

АНО «Мои года – мое богатство»

Лобанова Вера Николаевна, учредитель АНО «Мои года – мое богатство», г.Ростов-на-Дону 211

Научное издание

**ЛУЧШИЕ СОЦИАЛЬНЫЕ ПРАКТИКИ
РАСШИРЕНИЯ ПРАВ И ВОЗМОЖНОСТЕЙ ПОЖИЛЫХ
ЛЮДЕЙ («EMPOWERMENT»-ТЕХНОЛОГИЯ)
В ГОРОДАХ И СЕЛАХ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ СБОРНИК

Сдано в набор 25.05.2021. Подписано в печать 26.05.2021.

Печать цифровая, гарнитура Times New Roman.

Формат 60x84/16. Усл. печ. л. 6,4.

Тираж 550 экз. Заказ № 120.

Отпечатано в типографии

ООО «Фонд науки и образования»

344006, г. Ростов-на-Дону, ул. Б. Садовая, 111

тел. 8-918-570-30-30.