Министерство социального развития, опеки и попечительства

Иркутской области

 Областное государственное бюджетное учреждение социального

 обслуживания «Комплексный центр социального обслуживания

 населения Иркутского и Шелеховского районов»

 **«*КРЕПЧЕ ЗДОРОВЬЕ-ДОЛЬШЕ ЖИЗНЬ*»**

**СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ**

 **Авторы проекта**: Иванова Татьяна Александровна,

заведующий отделением социального

обслуживания на дому по Иркутскому району и

Мотофонова Юлия Игоревна, специалист по

социальной работе отделения социального

обслуживания на дому по Иркутскому району.

 **Дата разработки проекта:** 15.07.2018 год.

Шелехов

2018 год

**Содержание**

1. Актуальность проекта. О проекте.

2. Целевые группы проекта.

3. Цели и задачи проекта.

4. Ожидаемый результат реализации проекта.

5. План реализации проекта.

6. Мероприятия проекта.

7. Бюджет, ресурсы проекта.

8.Заключение.

**СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «КРЕПЧЕ ЗДОРОВЬЕ-ДОЛЬШЕ ЖИЗНЬ»**

1. **Актуальность проекта. О проекте.**

Одним из приоритетных направлений государственной политики Российской Федерации является улучшение демографической ситуации в стране. Важной составляющей в решении этой проблемы является продление жизни человека. Современная медицина имеет все более выраженную профилактическую направленность. При этом у многих слова «здоровый образ жизни» и «профилактика заболеваний» продолжают ассоциироваться с молодым возрастом. Однако и у пожилых людей система мер по предупреждению заболеваний и их осложнений дает выраженный эффект. Народная мудрость утверждает, что «старость не радость». Но данный афоризм не учитывает всей сложности и многогранности явления. Это скорее мнение, и как таковому ему может быть противопоставлено иное мнение. Старость только начинает осмысливаться человечеством как возраст, таящий в себе большие резервы и возможности. Это отнюдь не время пассивного отдыха. Возможности находить радости и ценности в жизни не исчерпываются в определенный ее момент, необходимо всегда видеть в себе и в своем окружении новые ценности и привлекательные качества. В этом человека должны поддерживать его близкие, которые могут помочь ему сделать его старость более счастливой. В настоящее время одной из самых социально незащищенных групп населения в России являются люди старшего поколения. Если не считать инвалидность, болезнь, то тяжелым бременем для пожилого человека является его невостребованность. Особенно данная проблема видна в сельской местности, где сегодня закрыты многие учреждения культуры, спорта. Пожилые люди не могут позволить себе посетить театр, выставку, культурные мероприятия, которые организуются в городе. Налицо необходимость поддержки патриотических, нравственных, религиозных начал среди сельского населения. Смена жизненного статуса может спровоцировать такие изменения типа личности пожилого человека, что некоторые авторы называют их «пенсионной болезнью», когда человек, находивший в труде единственный смысл своей жизни не удовлетворён своим новым положением. Спасением от «синдрома пенсионной болезни» является активная жизненная позиция, интересные и полезные увлечения.

От старости вылечить нельзя, но вот замедлить её ход можно. Для того, чтобы и в пожилом возрасте быть активным нужно серьёзно заниматься своим здоровьем.

Проект направлен на формирование у пенсионеров города и района активной гражданско-нравственной жизненной позиции по отношению к своему здоровью и здоровью окружающих посредством пропаганды здорового образа жизни и формирования у людей старшего поколения чувства ответственности за свое состояние. Проект позволит продлить жизнь людей старшего поколения, повысить мотивацию и заинтересованность пожилых людей в решении своих жизненно важных проблем, даст знания людям о здоровом образе жизни, даст возможность участвовать пожилым людям в решении социальных проблем на местном уровне.

Проект предполагает работу с участниками Великой Отечественной войны, пенсионерами, ветеранами труда, пожилыми людьми и инвалидами отделений социального обслуживания на дому ОГБУСО «КЦСОН Иркутского и Шелеховского районов», а также со всеми гражданами пожилого возраста, заботящимися о своем здоровье.

«Приобрести здоровье – храбрость,

 сохранить его – мудрость,

 а умело распорядиться им – искусство».

 (Франсуа Волетер)

1. **Целевые группы,** на которые направлен проект:
* пожилые люди, инвалиды, участники Великой Отечественной войны, ветераны труда, состоящие на социальном обслуживании в отделениях социального обслуживания на дому ОГБУСО «КЦСОН Иркутского и Шелеховского районов», желающие улучшить качество жизни, посредством укрепления здоровья.
1. **Цели и задачи проекта**:

**3.1 . Цели проекта:**

- Поддержка социального статуса пожилого человека за счёт сохранения объёма и качества социальных ролей и активности путем дополнения или компенсации трудовой активности различными спортивно- оздоровительными видами деятельности;

- Формирование новых интересов и помощь в освоении новых видов социально-культурной деятельности, позволяющих заполнить досуг, расширить кругозор, адаптироваться к меняющемуся миру;

- Внедрение новой формы работы с пожилыми людьми и инвалидами;

- Профилактика и охрана здоровья граждан, пропаганда активного спорта и здорового образа жизни;

- Формирование у пенсионеров активно-творческой старости, когда пенсионеры ведут здоровый образ жизни, продолжают работать, участвовать в общественной жизни.

- Поддержка социального благополучия, оптимистического настроения, ощущения востребованности и нужности пожилых людей.

- Оказание пожилым людям морально-психологической поддержки, чтобы дать им уверенность в завтрашнем дне, наполнить их жизнь общением, сделать ее яркой и интересной.

**3.2. Задачи проекта:**

-Помощь пожилым людям в восстановлении утраченных и формирование новых коммуникативных навыков;

-Обеспечение комплекса культурно- просветительских и оздоровительных мероприятий;

-Поддержание жизненной активности пожилых людей и инвалидов;

-Сформировать систему представлений о здоровье и здоровом образе жизни у пенсионеров.

-Способствовать развитию здоровых жизненных увлечений и интересов, творческой самореализации пенсионеров.

-Проинформировать граждан по лекарственной безопасности, в том числе: неблагоприятный эффект, побочные эффект лекарственного препарата.

-Проведение разъяснительных бесед по мерам пищевой безопасности: особенности рационального питания пожилых людей и долгожителей, значение витаминов в питании. Продукты – источники витаминов, срок хранения и срок годности продуктов, пищевой статус как показатель здоровья, новые продукты питания в рационе населения России. Заболевания, передающиеся с пищей (пищевые отравления, инфекции).

**Реализация проекта: до 16.08.2019 года.**

1. **Ожидаемый результат**.

Проект «Крепче здоровье-дольше жизнь» обладает особой значимостью по причине, что результатом реализации его является:

* Радость и удовольствие от совместных мероприятий;
* Социальная активность лиц пожилого возраста, принимающих участие в творческих, спортивных конкурсах, соревнованиях, акциях, которые будут организованы в процессе реализации проекта.
* Повышение уровня знаний и представлений о здоровье человека и факторах его разрушающих, а также о способах профилактики возникновения вредных привычек.
* Оформление информационных стендов «Здоровый образ жизни», распространение информационных листовок, посвященных пропаганде здорового образа жизни (далее ЗОЖ), размещение на сайтах Министерства социального развития, опеки и попечительства Иркутской области и ОГБУСО «КЦСОН Иркутского и Шелеховского районов» информации о проведенных мероприятиях.
1. **План реализации проекта**:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Наименование мероприятия | Срок исполнения | Исполнитель | Приме-чания |
| 1. Нормативное обеспечение проекта. Подготовительный период.
 |
| 1.1 | Утверждение проекта  | Август 2018 | Директор учреждения |  |
| 1.2 | Составление бюджета | Август 2018 | Заведующий ОСОД по Иркутскому району |  |
| 1.3 | Формирование общественного мнения | Август 2018 | Заведующий ОСОД по Иркутскому району, специалист по социальной работе. |  |
| 1. Реализация проекта.
 |
| 2.1 | Определение социальных и деловых партнеров | Август 2018-август 2019. | Заведующий ОСОД по Иркутскому району, специалист по социальной работе. |  |
| 2.2 | Проведение переговоров с партнерами, подготовка и подписание договоров о сотрудничестве | Август-сентябрь 2018 | Заведующий ОСОД по Иркутскому району, специалист по социальной работе. |  |
| 2.3 | Контроль и оценка выполнения плана | Ежеквартально | Заведующий ОСОД по Иркутскому району, специалист по социальной работе. |  |
| 2.4 | Корректировка реализации проекта | По мере необходимости | Заместитель директора по социальной работе, заведующий ОСОД по Иркутскому району, специалист по социальной работе. |  |
| 2.5 | Подведение итогов, анализ результатов работы по проекту | Один раз в год | Заведующий ОСОД по Иркутскому району, специалист по социальной работе. |  |
| 2.6 | Информирование общественности о результатах реализации проекта | Один раз в год, после выполнения пункта 2.5 | Заведующий ОСОД по Иркутскому району, специалист по социальной работе. |  |

1. **Мероприятия проекта:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Наименование тем | Срок реализации |
| 1. | Проведение Дня здоровья для пожилых людей. | Сентябрь 2018 |
| 2. | Проведение лекций и бесед для лиц пожилого возраста и инвалидов из цикла «Здоровый образ жизни пожилых людей». | Ежеквартально |
| 3. | Подготовка материалов по тематике ЗОЖ, тиражирование для населения к каждому мероприятию. | Июль-сентябрь 2018 |
| 4. | Беседы на тему «Скажи жизни – ДА!». | Один раз в полугодие  |
| 5. | Практические занятия по физической активности «Уроки здоровья». | Один раз в квартал |
| 6. | Круглый стол «Мои года –мое богатство» с участием медицинских и социальных работников. | Один раз в полугодие |
| 7. | «Наше здоровье в нашей тарелке». Беседы на темы о правильном питании. | Ежемесячно  |
| 8. | Лекции на тему «В моде у пенсионеров здоровый образ жизни». | Ежемесячно  |
| 9. | Акция «Подари частичку тепла» (раздача смайликов, буклетов «Как смех и улыбка влияют на здоровье человека») | Один раз в квартал |

1. **Бюджет, ресурсы проекта.**

**7.1. Кадровые ресурсы проекта:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Должность | Мероприятия по проекту |
| 1. | Заместитель директора по социальной работе. | Осуществляет контроль и координацию деятельности по проекту |
| 2. | Заведующий отделением социального обслуживания на дому по Иркутскому району.  | Осуществляет общее руководство по реализации проекта |
| 3. | Специалист по социальной работе отделения социального обслуживания на дому по Иркутскому району. | Осуществляет реализацию мероприятий по проекту |

**7.2. Бюджет проекта:**

Источники финансирования проекта: ресурсы ОГБУСО «КЦСОН Иркутского и Шелеховского районов», благотворительные средства.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Наименование мероприятия | Требуется, руб. | Благотворительные средства, руб. |
| 1. | Приобретение материалов для тиражирования пропаганды ЗОЖ. | 7000,00 | 7000,00 |
| 2. | Приобретение канцелярских принадлежностей. | 10000,00 | 10000,00 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

1. **Заключение.**

Данный проект необходим для того, чтобы:

* пожилой человек имел четкое понимание своей необходимости и значимости, своей состоятельности.
* изменить существующее отношение к своему здоровью среди пенсионеров через пропаганду здорового образа жизни в пожилом возрасте, возможность практически повлиять, силами самих людей, на осознанный выбор в пользу здорового образа жизни, жизненные установки и ценностные ориентиры.
* повысить самооценку, личностный рост, сформировать установку на развитие личностных качеств, необходимых для успешной жизнедеятельности в современном обществе у граждан пожилого возраста.
* дарить радость, проявлять теплоту и заботу о тех, кто особенно нуждается в этом.

По завершению проекта мы будем продолжать эту работу и дальше, разбираясь в возникающих вопросах и находя решение любых задач, дарить частичку теплоты и радости людям.