Ставропольская краевая организация общества «Знание» России

**Завершен проект**

**«Пожилые волонтеры помогают пожилым»**

Ставропольской краевой организацией общества «Знание» России,  в г.Ставрополе, завершен социально значимый проект:**«Пожилые волонтеры помогают пожилым»**(грант администрации города Ставрополя**»** муниципальной программы «Социальная поддержка населения города Ставрополя на 2014-2016 годы»).

В рамках проекта обучены и привлечены к волонтерской деятельности 20 чел. активных пенсионеров,cформированы списки ветеранов и инвалидов Великой Отечественной войны - (4 чел.), других категорий из числа граждан пожилого возраста, нуждающихся в помощи - (20чел.).

Занятия по проекту проводили высокопрофессиональные специалисты, ученые – психологи, юристы, медицинские работники, программисты, сами пожилые люди.

Проведены обучающие семинары, семинары-практикумы, тренинги по темам:

- «**Законодательная база по защите прав и законных интересов пожилых** **людей»**:

- законодательные, нормативные акты, охраняющие права и интересы граждан пожилого возраста; рассмотрены вопросы наследования, опеки (попечительства), защиты жилищных прав; нарушения прав и свобод, оказания психиатрической помощи и др.

- защита прав потребителей в части предоставления ЖКУ, сделок с недвижимым имуществом, земельными участками и др.

- **«Психологические особенности людей пожилого возраста»** :

* - как помочь себе и подопечному осознать и изменить малоэффективные модели поведения; как разрешать возникающие сложные жизненные ситуации в семье; как достигать поставленных целей и жить в гармонии с собой и окружающим миром; как качественно взаимодействовать с другими людьми и др.

- **Оказание социально – бытовой помощи на дому**:

-беседы, совместные прогулки;

-посещение лечебных учреждений, выставок («Русская Гжель» , «Octоber Cat-2014») , городских мероприятий ( День народного единства);

-посещение факультетов народного университета «третьего возраста» Ставропольской краевой организации общества «Знание» России;

-помощь в изучении функций мобильных телефонов, компьютера;

-выполнение разовых поручений (почтовые отправления, посещение церкви, др.).

- **оказание** **социально - медицинских услуг**:

-организация лечебно-оздоровительных мероприятий: обучение подопечных дыхательной и оздоровительной гимнастики, здоровому питанию (помощь в приготовлении здоровой пищи), покупка и доставка медикаментов по заявке подопечных.

 - **правовые услуги:**

-помощь в оформлении документов по просьбе подопечного;

- содействие в получении юридических и иных консультаций, в том числе запись и сопровождение на консультацию в Ставропольскую краевую организацию общества «Знание» России на факультет «Юридическое бюро»,по оказанию бесплатной юридической помощи;

- **проведение санитарно - просветительной работы**:

- проведение бесед по профилактике заболеваний, поддержания физического состояния, в соответствии с полученными знаниями на семинарах-тренингах;

- мотивация подопечных на лечебно-трудовую деятельность (прогулки, посещение факультетов по интересам народного университета «третьего возраста» Ставропольской краевой организации общества «Знание» России, другие мероприятия, проводимые для граждан пожилого возраста в городе Ставрополе);

- **поздравление подопечных с государственными и иными праздниками:**

- День пожилых людей;

- День памяти жертв политических репрессий;  
- День памяти (Дмитриевская поминальная родительская суббота);  
- День Согласия и Примирения;  
- День матери.

- **«Особенности социальной работы с пожилыми людьми»** :

**-** ФЗ РФ «Об основах социального обслуживания населения в Российской Федерации», «О социальном обслуживании граждан пожилого возраста и инвалидов»;

- гарантированные государством социальные услуги для граждан пожилого возраста, утвержденные Постановлением Правительства РФ, Ставропольского края;

-деятельность учреждений, предоставляющих социальные услуги в городе Ставрополе, формы и виды их работы, порядок и условия предоставления социальных услуг.

- «**Технологии оздоровления пожилых людей»** :

- ведение здорового образа жизни в пожилом возрасте и  факторы риска заболеваний (предупреждение остеопороза, атеросклероза, гепертонии и др.);

- практические вопросы здорового питания в пожилом возрасте.

- **«Помоги себе сам - здоровый образ жизни в пожилом возрасте**»:

- профилактика заболеваний, поддержания

физического состояния, народных методик восстановления здоровья,

здорового питания (рецепты);

- оздоровительная гимнастика;

- обмен опытом в применении народных рецептов и др.

-  **«Творческий труд – главное лекарство от старости»**:

- мотивация пожилого человека на занятия творчеством, с целью   устранения психологической напряженности, повышения самооценки; на занятия библиотерапией, как одним из важных факторов стимуляции умственной деятельности, улучшения памяти и др.;

-художественное творчество (изготовление различных поделок из ткани, конфетных оберток, составление мозаики с использованием крупы и др.

**«Основы компьютерной грамотности для пожилых»**:

- устройство компьютера. Основные и дополнительные устройства компьютера;

- знакомство с ОС Windows: определение, программы. Программа освоения навыков набора текста Stamina;

- рабочий стол, его элементы. Папки, работа с папками. Файлы, работа с файлами;

- съемные носители, работа с ними;

- графические редакторы, рaint. Создание презентаций;

- текстовые редакторы, меню текстовых редакторов, Word, меню Word;

- элементы меню Word, файл, правка;

- вид, вставка,формат, сервис, таблица, окно, справка;

- знакомство с Интернет; браузеры Интернет, поиск информации;

- электронная почта, создание электронного ящика в Yandex, Mail, Gmail;

- социальные сети; создание аккаунта в социальных сетях, чаты, программы Skypе, Агент;

- загрузка информации с Интернета;

- программы удаления информации;

- работа с изображениями в средствах просмотра. Перенос изображений с камеры, фотоаппарата, телефона, сканирование файлов;

- защита компьютера; Advanced System Car, Ccleaner;

- запись информации на диски. Программы Finereader, Nero;

- создание личного он-лайн кабинета (операции ввода, вывода денег, перечисления, оплаты коммунальных услуг и др.).

- работа в личном кабинете пенсионного фонда РФ, лечебных учреждениях;

- электронное правительство. Госуслуги (личный кабинет).

По итогам окончания занятий с геронтоволонтерами проведен мастер-класс для закрепления практических навыков геронтоволонтерской деятельности.

Проведен «круглый стол»: «Роль геронтоволонтерства в повышении качества жизни пожилых людей».

Изготовлены атрибутика геронтоволонтера (косынки, значки), волонтерские книжки.

Геронтоволонтеры достаточно высоко оценили уровень проведения проекта «Пожилые волонтеры помогают пожилым», отметили ,что получили знания для передачи своим подопечным, подчеркнули актуальность проекта, в связи с немалым количеством одиноких пожилых людей, нуждающихся в помощи со стороны окружающих.

Участники проекта заявили «желание работать», «возможность изменить к лучшему жизнь пожилых людей, попавших в сложную жизненную ситуацию - это счастье», «оказываем помощь по зову сердца», «у проекта, несомненно, есть будущее» и др.

На « круглом столе» участники проекта приняли решение организовать движение: «Пожилые помогают пожилым» с целью продвижения идеи геронтоволонтерства, увеличения участников добровольческой деятельности, в том числе молодежи.

С целью оказания практической помощи геронтоволонтерам разработаны и изданы методические рекомендации **«Учебно - методическое пособие для геронтоволонтера»**.

**Выводы по проекту:**

Как результат проведенной работы проект оказал положительное воздействие на продвижение идеи геронтоволонтерства, помог активным пенсионерам ощутить собственную значимость и необходимость реального участия в развитии гражданского общества через милосердие, любовь к нуждающимся в помощи людям.

Проект объединил интересы активных пенсионеров-геронтоволонтеров и граждан пожилого возраста , попавших в сложную жизненную ситуацию по оказанию социальной, правовой, психологической помощи, что позволило улучшить качество жизни людей старческого возраста ,избавить их от чувства одиночества, привлечь к участию в общественно-культурной жизни, оказывать практическую помощь пожилым людям в решении различных возникших проблем.

Намечены направления деятельности геронтоволонтерской службы на перспективу, исходя из потребностей пожилых людей - это расширение работы с одинокими людьми по оказанию юридической, психологической помощи, привлечению их на занятия в народный университет «третьего возраста» Ставропольской краевой организации общества «Знание», на факультеты «Культура», «Сад и огород», «Помоги себе сам», «Юридическое бюро».

Председатель В.А. Братусина