



ИСТОКИ
Социальный туризм
для пенсионеров и
людей с ограниченны
возможностями здоровья

Социальный туризм для пожилых - это новая форма, направленная на сохранение здоровья, организации правильного и полезного отдыха, расширение круга общения по интересам, повышения работоспособности организма. С 2018г в ПМООО»ВОИ» стартовала программа по ЗОЖ, а с 2019г подготовка к социальному туризму для представителей старшего поколения. Это очень интересное и перспективное направление по повышению качества жизни старшего поколения. Сегодня далеко не каждый российский пенсионер может позволить себе путешествие по родному краю.

Участие в проекте поможет воплотить эти мечты, а заодно получить мощный заряд позитива и бодрости. Ведь среди наших пенсионеров есть много людей энергичных и любознательных, жаждущих ярких впечатлений и новых открытий, и туризм для них - один из лучших способов продления активного долголетия. Туризм оказывает большое влияние на оздоровление пожилых и людей с ограниченными возможностями и является фактором, противодействующим гипокинезии, которая деструктивно влияет на здоровье и психику. Двигательные ограничения значительно снижают жизненные возможности, служат причиной угнетения, уныния, стресса, потери веры в себя. Через туризм осуществляется терапия и профилактика психосоматических заболеваний, поддержание физической формы и здоровья.

Во-вторых, туризм создает среду полноценного общения, в которой человек с проблемами взаимодействует с разными людьми, устанавливает социальные контакты и имеет возможность выполнять различные социальные роли.

Туризм устраняет чувство потери достоинства, неполноценности, интегрирует пожилых и инвалидов в общество.

Проект «Истоки» будет реализовываться реализуется по следующим видами: изучение культуры, туризм-отдых, «Виртуальный туризм».

Результатами этого проекта явились: повышение социальной активности пожилых людей и маломобильных граждан, расширение круга общения, укрепление здоровья, сохранение хорошей физической формы, молодого внешнего вида, повышение жизненного тонуса пожилых людей.

Социальный туризм оказывает большое влияние на оздоровление пожилых людей, так как является фактором, противодействующим малоподвижному образу жизни, который отрицательно влияет на здоровье и психику. Туризм создают возможность устанавливать независимые и разнообразные контакты, которые помогают получить уверенную и эффективную жизненную поддержку, так необходимую пожилому человеку.

«Виртуальный туризм»- даст возможность пожилым и инвалидам , благодаря современным технологиям, посетить достопримечательности России и зарубежных стран. Реализуется посредством демонстрации слайд- шоу и видеофильмов.







































КОНЕЦ