



**Региональное Отделение
Общероссийской общественной организации
«Союз пенсионеров России» по Краснодарскому краю**
г. Краснодар, 350015, ул. Красноармейская, 136, тел: 89884778542

РО ОО СПР по Краснодарскому краю представляет в поддержку старшего поколения

Пилотный проект «Активный возраст»

срок реализации 1 апреля-30 сентября 2023 г.

Организатор проекта РО ОО СПР по Краснодарскому краю, председатель правления
Ивакина Алина Иосифовна +7 988 477-85-42

Координатор проекта заместитель председателя правления РО ОО СПР по
Краснодарскому краю Емтыль Мариета Довлетбиевна, +7 -961-595-59-02

Партнер -социальный проект MEMINI (профилактика деменции и старческого слабоумия))

Куратор – геронтолог Садовский Михаил Владимирович (г.Ейск)

Участники проекта - репрезентативная группа 10-15 человек (члены СПР) в возрасте от 60 лет, рекомендованные по результатам входного тестирования по методике социального проекта MEMINI

Ожидаемый результат: значимое улучшение психо-эмоционального состояния для участников наблюдаемой репрезентативной группы

В ходе исследования будут выявлены наиболее эффективные виды активности , разработаны на основе данного пилотного проекта рекомендации и предложен максимально результативный комплекс занятий для старшего поколения. Обоснована целесообразность разработок по созданию центров «Активный возраст» в муниципальных образованиях края, повышению эффективности возможностей уже имеющихся центров общения старшего возраста.

Методы: входное тестирование по тестам MEMINI, отбор участников проекта, индивидуальный подход, разработка программ обучения, реализация обучения, контрольное тестирование.

Виды профилактических занятий:

Физическая активность: дартс, цигун, скандинавская ходьба

Социальная активность- волонтерская деятельность

Мелкая моторика- Дамское рукоделие: вышивка, квиллинг, рисование и живопись, студия стиля

Когнитивная активность: настольные игры (спортивный бридж, руммикуб), театр миниатюр, иностранный язык

Контроль результатов осуществляется посредством сравнительного тестирования репрезентативной группы : через 3 месяца и через 6 месяцев.

Материал подготовлен Емтыль М.Д.