**Номинация «Рожденные помогать»**

*Проект «Активная жизнь для Богородских пенсионеров»*

Численность населения Богородского муниципального округа составляет 2879 человек, пожилых людей 816 человек, это почти 35 %.

Для пожилых людей организован кружок при центральной районной библиотеке, создан вокальный ансамбль при Богородском Доме Культуры и клуб для инвалидов «Оптимист» при районном обществе инвалидов. Мероприятий, поддерживающих здоровый образ жизни, к сожалению нет.

При работе с  пожилыми людьми и оказании  им волонтерской помощи  необходимо учитывать типичные проблемы этой категории людей и особенности характера, свойственные их возрасту:

1. Одной из наиболее острых является проблема одиночества.

2. Физиологические сдвиги в организме делают престарелых  более уязвимыми для депрессивных и тревожных состояний.  Нередко интересы ограничиваются бытом, телевизором и заботой о здоровье.

3. У человека в старости распадается мотивационная сфера. Стремления заработать денег, сделать карьеру, устроить семью — уже пройдены, и человек перестает вообще чего-либо желать. Вслед за угасанием  мотивационной сферы наступает эмоциональный упадок и угасание интеллекта.

4. Наряду с психологическими, у пожилых людей возникает множество бытовых трудностей, связанных с ограничением подвижности и многими другими возрастными болезнями.

Главной целью является создание клуба «СИЛА ДУХА» для активных пенсионеров поселка Богородское в 2020 году.

Задачи проекта:

- проинформировать старшее население об создании клуба в районной газете «Заря»;

- составить план работы клуба;

- привлечь и обучить волонтеров работать с пожилыми людьми;

- пропаганда здорового образа жизни;

- оказать социальную помощь и психологическую поддержку одиноким и престарелым людям;

Руководитель проекта:

Ведущий специалист по спорту и молодежной политике управления по социальным вопросам администрации Богородского муниципального округа Трушникова Анжела Андреевна. Соруководители – руководитель районного общества инвалидов Наговицына Фаина Николаевна, руководитель районного общества ветеранов Бунчук Наталья Федоровна, волонтеры Богородского муниципального округа.

Сроки реализации проекта 1 год (июнь 2020 года - май 2021 год)

Этапы работы над проектом:

|  |  |
| --- | --- |
| **Этапы работы над проектом** | **Сроки реализации** |
| ***Подготовительный:*** проинформировать старшее население об создании клуба в районной газете «Заря»; поиск волонтеров через соц. сети, составить план работы клуба, график работы клуба, распределить обязанности между соруководителями, подготовить положение по спортивным мероприятиям. | Июнь 2020 г |
| ***Организационный***: организовать сбор пожилых людей и волонтеров, организовать встречи с медработниками для проведения бесед по ЗОЖ, обучение волонтеров работе с пожилыми людьми | Июль 2020 г |
| ***Итоговый:*** участие в спортивных соревнованиях, эстафетах, организованные походы с руководителем проекта на площадку ГТО. Беседы с медработниками о здоровом образе жизни, занятия со спорт инвентарем в спортзале и на свежем воздухе. Освещение деятельности участников по проекту в СМИ, сети Интернет.Подведение итогов о выполненной работе клуба, вручение благодарственных писем участникам клуба, награждение самых активных пожилых людей. | Июнь 2020- май 2021 |

Планируется 2 раза в месяц организация мероприятий.

Целевая аудитория - пожилые люди Богородского муниципального округа.

Ожидаемый результат:

- повышение посещаемости пожилых людей на мероприятиях – 90 %.

- повышение уровня сформированности навыков здорового образа жизни у пожилых людей – 85 %.

- умение волонтеров работать с пожилыми людьми - 89 %.

- по завершении проекта пожилые люди самостоятельно занимаются физкультурой – 75%.

- формирование определенных групп по интересам – 69%.

Для реализации проекта необходимо:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Количество** | **Цена за шт.** | **Общая сумма** |
| Волейбольные мячи | 2 | 1000  | 2000 |
| Обручи | 6 | 500 | 3000 |
| Коврики для занятия спортом | 8 | 500 | 4000 |
| Гантели (вес 1 кг) | 10 | 300 | 3000 |
| Бумага «Снегурочка» | 1 | 230 | 230 |
| Ручки (синие) | 15 | 15 | 225 |
| Благодарственные письма | 40 | 18 | 720 |
| Грамоты  | 15 | 20 | 300 |
| Призы  | 50 | 20 | 1000 |
| **ИТОГО** |  |  | **14 475 р.** |

При получении бюджета и наших ресурсов мы получаем ожидаемый результат.