

# Комплексная система заботы о старшем поколении



**Котова  
Марина Айтчевна**

**заведующая отделением  
дневного пребывания  
граждан пожилого  
возраста и инвалидов,  
нуждающихся в  
посторонней помощи**



**Государственное бюджетное учреждение Республики Адыгея  
"Красногвардейский комплексный центр социального обслуживания населения"**

# Познакомимся



**Котова  
Марина Айтчевна**

Проживаю в селе Красногвардейском Республики Адыгея свыше 32 лет.

Опыт наставнической деятельности в социальной сфере сельской местности свыше 16 лет.

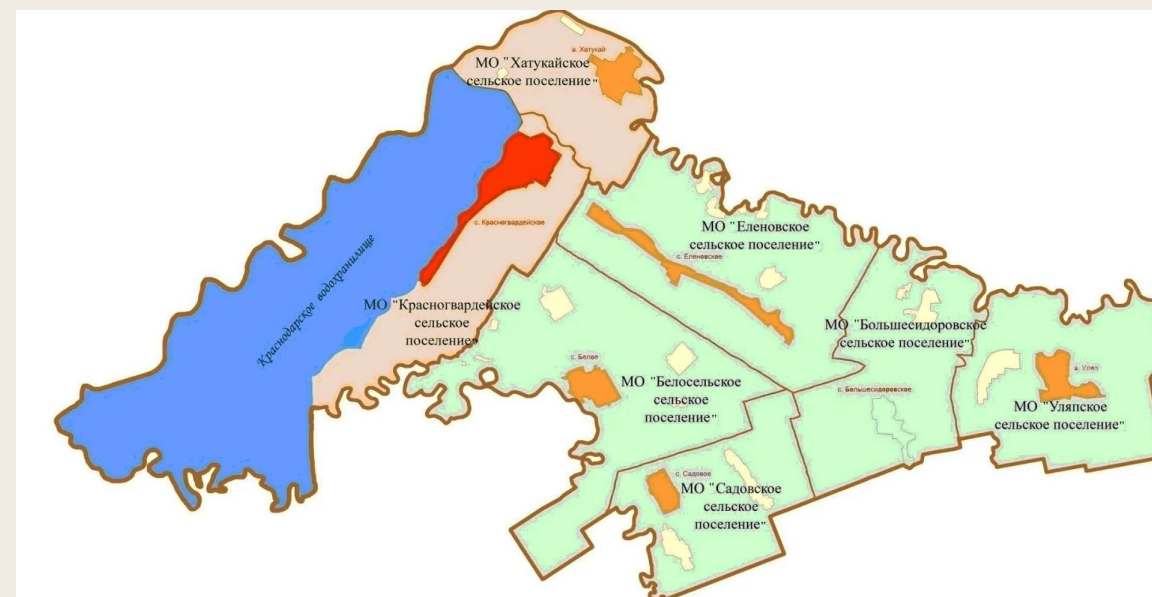
С 23 марта 2022 года, в рамках реализации пилотного проекта системы долговременного ухода, в селе Красногвардейском открыто первое в Республике Адыгея отделение дневного пребывания граждан пожилого возраста и инвалидов, нуждающихся в постороннем уходе.

Отделение дневного пребывания - структурное подразделение Красногвардейского комплексного центра социального обслуживания населения.

С первого дня работы отделения являюсь в нем заведующей и наставником комплексной системы заботы о старшем поколении на территории всех сельских поселений Красногвардейского района Республики Адыгея.

**Проживая и работая много лет в сельской местности, знаю не понаслышке о проблемах населения старшего поколения и ежедневно сталкиваюсь с их решением:**

- Преобладание одиноко проживающих пожилых людей, которые остаются без помощи и поддержки близких родственников, так как в большинстве случаев молодежь переезжает в крупные города и населённые пункты
- Низкая социальная мобильность и активность ввиду удвленного проживания от райцентра и отсутствия общественного транспорта
- Одиночество и ощущение невостребованности появляются из-за недостатка полноценного общения со сверстниками, родными и близкими



Площадь Красногвардейского района Республики Адыгея - 725,52 км<sup>2</sup>

В составе Красногвардейского района Республики Адыгея 7 сельских поселений

По данным на 1 марта 2026 года, в Красногвардейском районе Республики Адыгея проживает 7 003 человека в возрасте от 60 лет и старше



Моя практика комплексной системы заботы о старшем поколении охватывает 1050 граждан старшего поколения, в том числе с инвалидностью и маломобильностью


# СОВРЕМЕННЫЕ ВЫЗОВЫ для старшего поколения в сельской местности

**Цель практики:** повысить качество жизни пожилых граждан Красногвардейского района путем поддержания активного долголетия

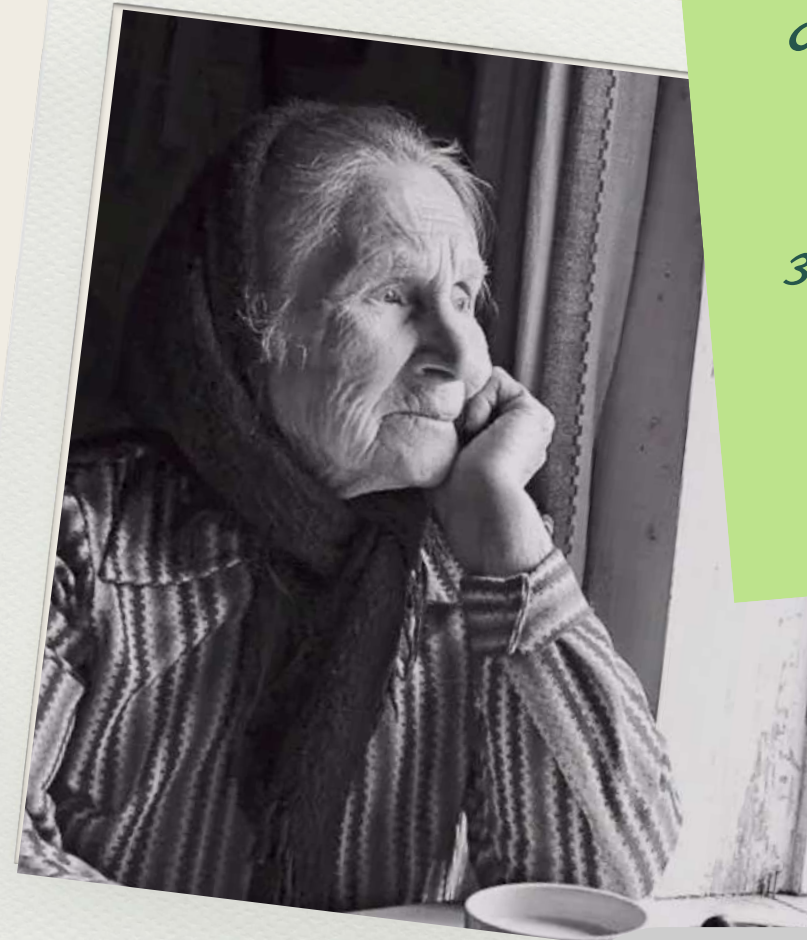
## Задачи :

- создание условий для повышения качества жизни и социальной активности граждан старшего поколения, укрепление физического и психологического здоровья
- организация регулярных визитов Мобильных бригад в отдаленные места проживания пожилых граждан
- оказание психологической поддержки одиноким пожилым людям
- проведение социально-культурных мероприятий, направленных на снижение социальной изоляции
- повышение доступности социальных услуг для старших жителей отдаленных территорий
- формирование сообществ в клубах по интересам
- профилактика когнитивных нарушений и заболеваний, связанных со старением
- оказание поддержки родственникам или другим ухаживающим лицам в осуществлении родственного ухода за тяжелобольными людьми
- проведение мероприятий по тиражированию практики, с целью предоставления возможности другим специалистам ознакомиться с направлениями работы.

**Целевая группа:** 1050 граждан старшего поколения от 60 до 87 лет, проживающие на территории Красногвардейского района Республики Адыгея



Организуем персонализированный подход и максимальную адаптацию социальных услуг для каждого подопечного



*Старшее поколение сталкивается с изоляцией и ухудшением здоровья, особенно в сельских регионах*

**Необходим комплексный подход для сохранения независимости и качества жизни**

# Этапы создания комплексной системы заботы о старшем поколении



Старт  
23 марта 2022

2023 год

2024 год

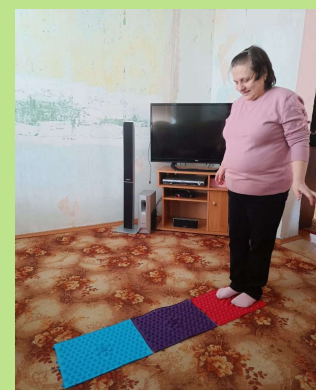
2025 год

## Открытие отделения дневного пребывания

- В отделении дневного пребывания заработали 2 новых направления: «Школа родственного ухода и «Пункт проката технических средств реабилитации»
- Внедрение в работу отделения инновационного проекта «Жизнь без границ» - обладателя гранта Федерального агентства по делам молодежи в размере 250000 рублей (15 граждан старшего поколения считали наставниками у детей из неблагополучных семей)
- Первой группой получателей социальных услуг становятся 9 граждан старшего
- 26 пенсионеров принимают участие в программе "Золотой возраст" - профилактика возрастных заболеваний



- Реализация проекта «Академия здоровья на дому» - обучение социальных работников пользованию реабилитационным оборудованием, проведение оздоровительных сеансов на дому для 85 маломобильных граждан
- Выездные консультации Мобильной бригады по решению социальных проблем населения старшего поколения
- Реализация направления «Точка общения» - проведение в отдаленных местах проживания на базе районных домов культуры и на дому оздоровительных и досуговых занятий



- Открытие Добро.Центра «Молоды душой» - Федеральная франшиза и грант Всероссийского конкурса «Молоды душой» в размере 750000 рублей - развитие "серебряного" волонтерства
- Партнерство с АНО «Центр содействия физической культуры и спорту» (участие в фестивалях людей зрелого возраста, посещение мастер-классов по здоровью, участие в мероприятиях «Ретро весна», Ану-ка бабушки!)
- Открытие пункта вещевой помощи для старшего поколения при сотрудничестве с АНО «Важные вещи»
- Взаимодействие с АНО «Рука помощи» (участие в республиканских интеллектуальных играх «Ключ к долголетию»)

- Реализация проекта «Новый путь» - гратообладателя Открытого конкурса "Сила внимания" Фонда Тимченко - участие пожилых в инклюзивных мастерских
- Вовлечение в социальный туризм новых граждан старшего поколения - экскурсионные проекты «Маршрут Перезагрузка» и «Патриотический маршрут»
- Реализация проекта «Эковолонтерство» - обучение служением при сотрудничестве с Майкопским государственным технологическим университетом. Проведение с «серебряными» волонтерами и студентами экологических акций «Чистое село», «Чистый дом», «Росток», уборка обелиска



1050 граждан старшего поколения стали благополучателями практики

# Отделение дневного пребывания

*Досуг и творчество  
(поддерживаем интерес  
к жизни)*

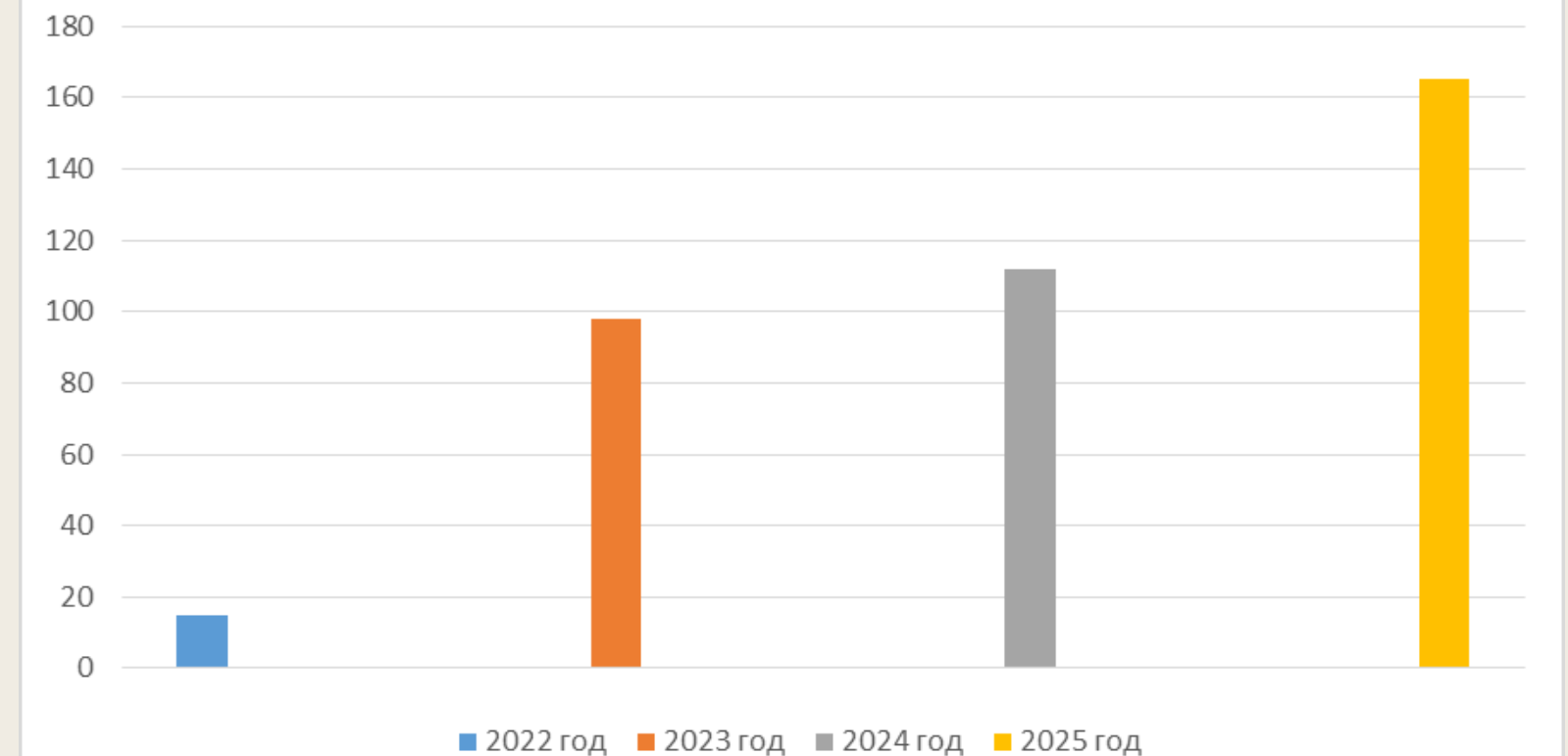


*Психологическая  
поддержка (избавляем  
от чувства одиночества)*



Чтобы решить проблему долговременного квалифицированного ухода Президент Владимир Путин поставил перед Правительством задачу создать сеть центров для организации долгосрочного ухода за пожилыми людьми и инвалидами

Рост посетителей отделения дневного пребывания



*Занятия спортом -  
как основа здоровья*



*Тренируем мозг  
(подбираем ключ к  
замедлению старения)*



Стабильный рост охвата - востребованность и эффективность предоставления социальных услуг. Все подопечные проживают дома, а в отделении дневного пребывания получают необходимую поддержку с учётом их потребностей

100 %

Доля посетителей дневного отделения, удовлетворенных качеством социального обслуживания

15 постоянных партнеров

Вовлеченность в мероприятия 600 граждан старшего поколения

## Мероприятия, проведенные в 2025 году, при партнерском взаимодействии

- Акция "Помощь бойцам СВО"
- "Зрядка с чемпионом"
- "Ретро весна" к 8 Марта
- Фестиваль для людей с ОВЗ «Берег надежды» (заняли 4 призовых места)
- Спартакиада для людей с ОВЗ
- ГТО для старшего поколения
- Акция "10000 шагов к жизни»
- Участие в интеллектуальном проекте "Ключ к долголетию" (заняли призовое место)
- "День адыгской культуры"
- Игра "КВН"
- "Вальс Победы"
- Благотворительный марафон "Вместе сможем - вместе поможем" (помощь бойцам специальной военной операции)
- Творческий фестиваль для пожилых людей "Тепло сердец"
- "А ну-ка, бабушки!"



## Партнерское взаимодействие

Поддержка Министерства труда и социального развития Республики Адыгея, Отдела по молодежной политике и спорту администрации МО «Красногвардейский район», Управления культуры и кино, Союза женщин Республики Адыгея

Бюджетные учреждения:

- Национальная библиотека Республики Адыгея
- Детская школа искусств
- Школы Красногвардейского района
- Районный Дом культуры
- Центральная библиотека
- Детско-юношеская спортивная школа
- Физкультурно-оздоровительный комплекс «Кавказ»

Поддержка НКО:

- Региональное отделение партии «Единая Россия»
- АНО СОН «Долголетие»
- АНО «Центр благотворительной помощи людям в сложной жизненной ситуации «Важные вещи»
- Красногвардейская районная организация «Всероссийское общество инвалидов»
- Ресурсный центр поддержки гражданского общества Адыгеи
- Центр содействия развитию физической культуры и спорта
- «Движение Первых»
- Благотворительное патриотическое движение «ZНаших»

Прошла курс обучения основам палиативной помощи от Ассоциации медицинских работников Республики Адыгея, являюсь тренером по уходу

*Награждена благодарственным письмом за успешные результаты практики*



# Школа родственного ухода и пункт проката технических средств реабилитации



- Особенности Школы родственного ухода - консультации на дому и практическое обучение, создание сообщества помощников по уходу и их регулярная поддержка
- В 2025 году 25 граждан прошли обучение и, получив навыки комплексного ухода, продолжают ухаживать за тяжелобольными маломобильными пожилыми людьми, получают психологическую поддержку и уверенность в своих силах



Получила новые знания в области организации родственного ухода у педагогов Благотворительного Фонда "Старость в радость", г.Москва



Технические средства реабилитации пункта проката: трости, ходунки, костыли, коляски, опоры для спины, противопролежневые матрасы возвращают мобильность в домашних условиях, улучшают качество жизни, облегчают родственный уход. Один предмет реабилитации помогает предотвратить необходимость стационарной госпитализации

*Результат качественного ухода на дому - отсутствие необходимости помещения маломобильных пожилых людей в стационарные учреждения*

# Мобильная бригада и её особенности

В составе Мобильной бригады выезжаю адресно в отдаленные села и аулы к гражданам старшего поколения, состоящим на социальном обслуживании

**Особенность Мобильной бригады** - организация направления "Точка общения" (проведение на базе районных домов культуры р досуговых мероприятий для старшего поколения, которые в силу ограничений по здоровью и проживанию в отдаленной местности не могут посещать отделение дневного пребывания

**Регулярные встречи** - укрепление социальных связей

**Развлекательные программы** - снятие стресса и развитие талантов

**Интеллектуальные мероприятия** - стимуляция активности и поддержка любознательности

**Оздоровительные занятия** - продление активного долголетия



Благодаря направлению "Точка общения" появились Клубные формы самоорганизации:

- добровольческий клуб по плетению сетей для СВО
- народные ансамбли "Селяночка" и "Сударушки"
- клуб любителей скандинавской ходьбы
- творческие районные и дистанционные конкурсы
- клуб веселых и находчивых
- клуб путешественников



*182 мероприятия  
42 - при  
межведомственном  
взаимодействии*

**РЕЗУЛЬТАТ - социальная активность и позитив**

*Клубная и кружковая работа организована в  
7 сельских поселениях для 120 граждан старшего поколения*

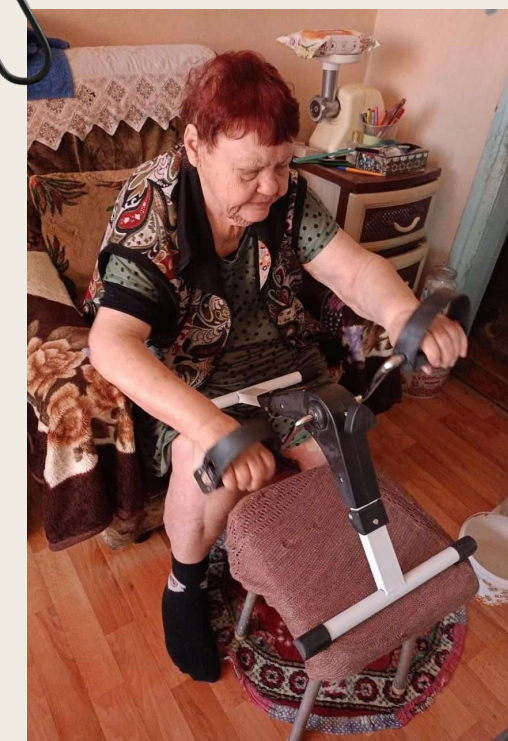
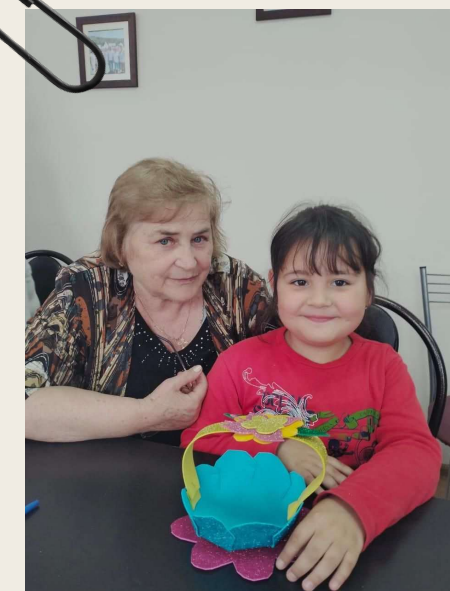
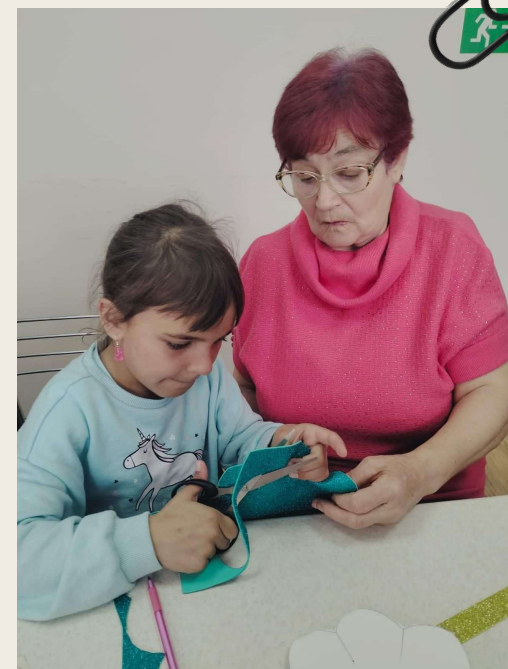
# Инновационные подходы

Являюсь автором и менеджером следующих инновационных проектов заботы о старшем поколении:

Проект «Жизнь без границ» - обладатель гранта Федерального агентства по делам молодежи в размере 250000 рублей 45 граждан старшего поколения стали наставниками у детей из неблагополучных семей, организуется совместный досуг и тематические мастер-классы наставников

Проект «Академия здоровья на дому» - победитель конкурса грантов Республики Адыгея на развитие гражданского общества (750000 рублей). Реализуется совместно с социально-ориентированной некоммерческой организацией «Долголетие»

85 маломобильных граждан старшего поколения из отдаленных мест проживания получили возможность бесплатного пользования реабилитационным оборудованием в домашних условиях



# Инновационные подходы

Проект «Новый путь» - поддержка пожилых людей, в том числе с инвалидностью. Реализуется благодаря гранту Фонда Тимченко открытого конкурса "Сила внимания" в размере 455000 рублей

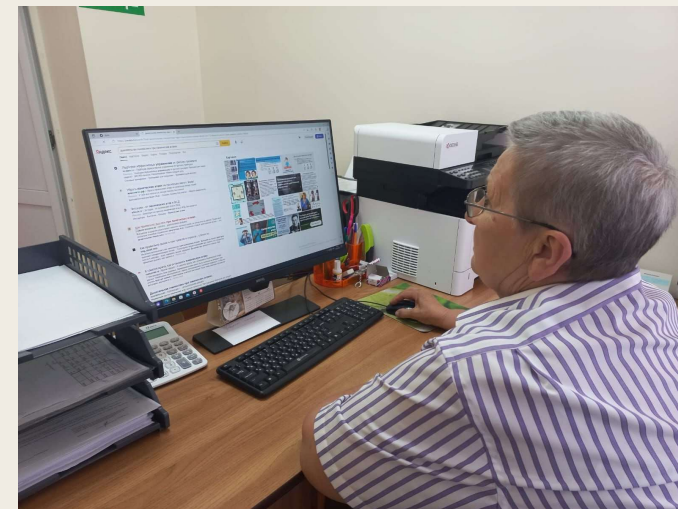
Созданы инклюзивные мастерские на базе отделения дневного пребывания для 55 граждан старшего поколения, которые занимаются творчеством, посещают занятия психолога, участвуют в тематических досуговых мероприятиях, путешествуют

**Результат: поддержка и развитие социальных инициатив людей старшего поколения и инвалидов путем создания инклюзивных мастерских, организация активного досуга**

*Помогаем пенсионерам стать активней и наполнить жизнь новыми смыслами!*

**Вместе мы создаем мир, где каждый чувствует себя важным и нужным**

Наши инклюзивные мастерские:



"Кругозор", "Навигатор" (обучение навыкам компьютерной грамотности)



"Психология общения"

"Правополушарное рисование"

"Азбука здоровья"



"Скандинавская ходьба"



"Волонтерство"



"Социальный туризм"



"Музыкальная шкатулка"



"Рукоделие"

# Внедрение социальных туристических проектов

Разработала и реализую совместно с СОНКО "Долголетие" экскурсионные туристические проекты: "Маршрут Перезагрузка" (грант 585000 рублей) и "Патриотический маршрут" (1000000 рублей) - победители Конкурса грантов Республики Адыгея на развитие гражданского общества

## Что содержит проект?

Бесплатные адаптированные маршруты выходного дня с посещением природных достопримечательностей, исторических памятников Великой Отечественной войны, музеев, театров, памятников культурного наследия

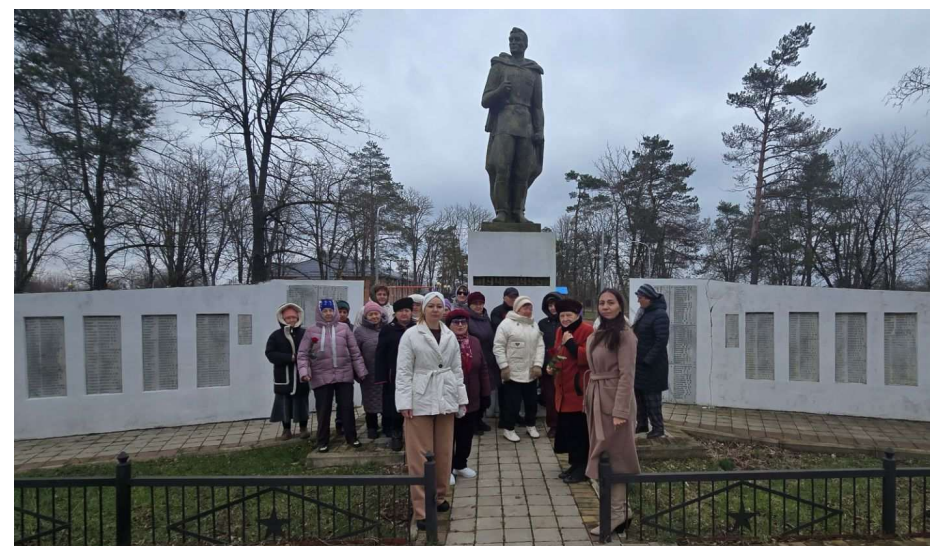
Выступаю в роли гида и помогаю преодолеть экскурсионный маршрут с учетом ограничений здоровья, с обеспечением комфорта и безопасности в пути

По проекту каждому путешественнику в поездке выдаются вкусные угощения



*25 групповых  
экскурсионных поездок  
85 участников*

**РЕЗУЛЬТАТ - групповые поездки  
избавляют от чувства одиночества,  
повышают социальную активность**



# Волонтерство

## Введена система мотивации "серебряных" волонтеров

Для воплощения в жизнь социальных инициатив старшего поколения разработала проект "Добро Центр "Молоды душой", который прошел отбор на федеральную франшизу и стал обладателем гранта в размере 750000 рублей Всероссийского конкурса "Молоды душой"

- 1 раз в месяц для «серебряных» волонтеров организуются бесплатные экскурсионные поездки выходного дня
- 2 раза в месяц проводятся "добро-встречи" за чаепитием для неформального общения и поддержания доброй атмосферы
- для всех "серебряных" волонтеров организуются поздравительные программы в дни рождения

96

"серебряных" волонтеров воплощают в жизнь идеи по поддержке:

- бойцов специальной военной операции
- малообеспеченных семей
- одиноко проживающих пенсионеров

*РЕЗУЛЬТАТ: став "серебряными" волонтерами, люди старшего возраста чувствуют себя востребованными и реализованными*



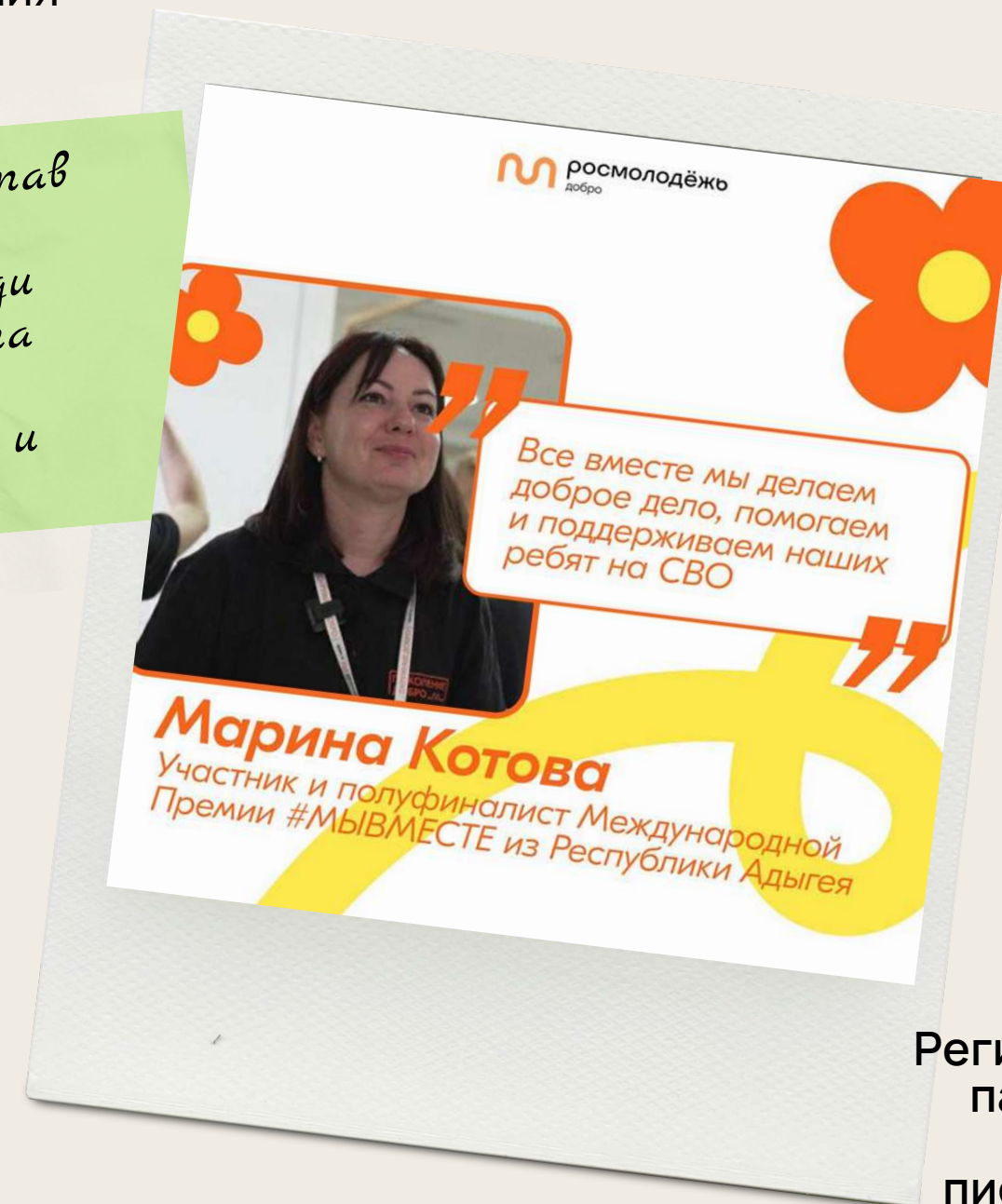
Вяжем носки для бойцов СВО



Собираем и передаём гуманитарную помощь в зону СВО



Принимаем участие в патриотических встречах



Все вместе мы делаем доброе дело, помогаем и поддерживаем наших ребят на СВО

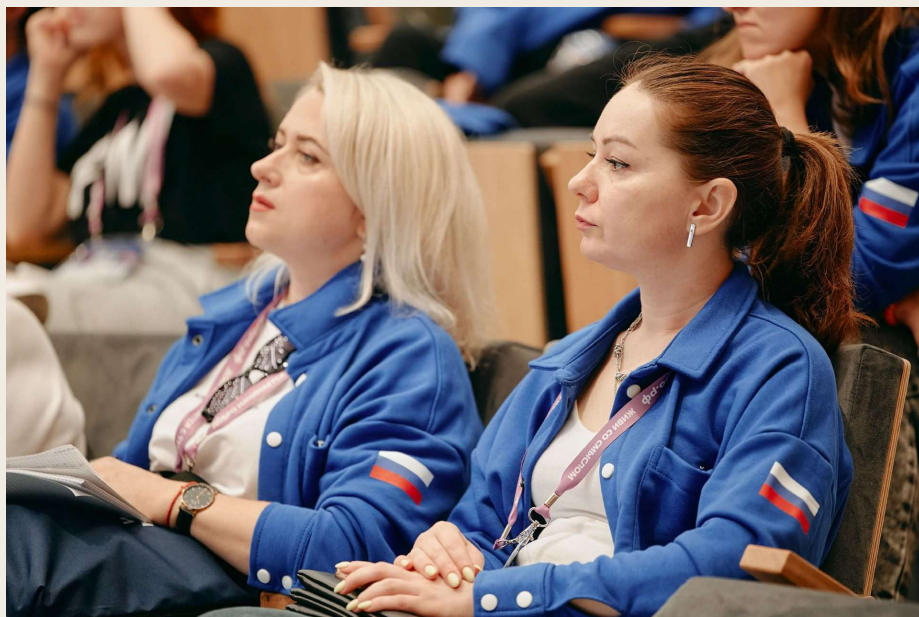
**Марина Котова**  
Участник и полуфиналист Международной Премии #МЫВМЕСТЕ из Республики Адыгея



Награждение Регионального отделения партии "Единая Россия" благодарственными письмами "серебряного" актива за поддержку участников СВО

# Тиражирование опыта

Поделилась опытом реализации практики в 2024 - 2025 годах:



Обменялась опытом с коллегами страны в мастерской управления "Сенеж" Президентской платформы "Россия - страна возможностей"



Представила проект "Добро.Центр" в конкурсе лучших практик на Всероссийской платформе "Смартека"



Рассказала о добровольческой деятельности "серебряных волонтеров" на Добро.Конференции, г.Москва



Представила выставку творческих работ старшего поколения на республиканском мероприятии "День социального работника"



В составе делегации Республики Адыгея приняла участие в Международном Форуме "МЫВМЕСТЕ", признана полуфиналистом Премии



Представила опыт реализации практики на окружном Форуме добровольцев, г. Ставрополь



Поделилась идеями практики в интервью на республиканском телевидении



Рассказала о практике коллегам социальной сферы на семинаре "Меняем мир ВМЕСТЕ"

# Социальный эффект практики комплексной системы заботы

↑ **100%** Улучшение показателей эмоциональной сферы у граждан старшего поколения по результатам психологических диагностики

↑ **99%** Высокий уровень посещаемости занятий и мероприятий

↑ **98%** Улучшение когнитивных функций (памяти, мышления, внимания)

↑ **100%** Положительные отзывы подопечных и их родственников



Огромная благодарность- Марине, Карине, Ирине и Виктории!! Девочки, если б вы только знали, какое благое дело вы делаете 🙌🙏  
Терпения Вам 🙏  
Всех Вам мыслемых и немислимых благ 🙏  
Спасибо Вам за Ваш благородный труд 🙏

14:51

**Нестеренко Наталья АЛЕКСЕЕВНА**  
Девчули, оказывается можно стареть красиво и счастливо 🙌  
Главное побольше позитива 🙌

15:28

Марина Айтчевна 🌟 так держать 🏆🏆🏆 Пусть твои стремления по улучшению качества жизни подрастающего поколения 🥰🥰 и людей старшего возраста 🥰 будут оценены по достоинству и получают поддержку для дальнейшего развития 📈

11:09

**Астанина Татьяна ВАСИЛЬЕВНА**  
Дорогие, девочки центра досуга зрелых людей!!!  
Марина, Вика, Карина, Ирина!!!

15:47

Низкий поклон за ваш благородный труд!

15:48

Слова благодарности и наилучших пожеланий вам и вашим семьям (тылу или группе поддержки) за ваше теплое и доброе отношение к старшему поколению. Добро возвращается сторицей. Семейного счастья, здоровья, позитива, терпения и благополучия всем!!!

15:48

## Победы



Боярищева Татьяна Андреевна одержала победу в творческом конкурсе

## Вдохновение



Деметьева Валентина Борисовна, жительница села Белого, одна из первых посетительниц дневного отделения, как-то призналась в беседе, что уже много лет ее не посещало вдохновение, а ведь когда-то она любила рисовать. После посещения отделения вдохновение вернулось и прекрасные картины снова спутники жизни Валентины Борисовны

## Увлечение



У Купреевой Раисы Сергеевны появилось хобби - вышивка из атласных лент

## Творчество



Талалай Тамара Григорьевна исполняет на сцене песни собственного сочинения, а недавно, в юбилейный День рождения, при поддержке районной администрации для Тамары Григорьевны был организован сольный концерт, который с радостью посетили всем отделением

## Новые умения



Деметьева Валентина Борисовна увлеклась кулинарией

Чтобы ознакомиться с публикациями в СМИ о практике, предлагаю перейти по коду