



**УТВЕРЖДАЮ**  
**Главный врач бюджетного учреждения**  
**Ханты-Мансийского**  
**автономного округа-Югры**  
**«Нижеварттовская психоневрологическая больница»**  
**О.Д. Жевелик**

\_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019 год

# **СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ** **«ЮГОРСКОЕ ДОЛГОЛЕТНИЕ»**

**Подготовила**

**специалист по социальной работе**  
**БУ ХМАО – Югры «Нижеварттовская**  
**Психоневрологическая больница»**  
**Чумак Елизавета Сергеевна**

**2019 г.**

## Паспорт проекта

### Наименование проекта

Социальный проект «Югорское долголетие»

### Автор проекта

Чумак Е.С. – специалист по социальной работе БУ ХМАО – Югры «Нижневартовская психоневрологическая больница» г. Нижневартовск.

### Исполнители проекта

Волонтеры медицинских организаций г. Нижневартовска

### Цели и задачи

**Цель:** Вовлечение граждан пожилого возраста в активную общественную и социально значимую жизнь и, как следствие, увеличение качества и продолжительности их жизни.

### Задачи:

1. Обучение пожилых людей, современным технологиям, повышение их социальной комфортности в современном быстро изменяющемся обществе;
2. Формирование и развитие среды общения;
3. Преодоление одиночества через организацию досуга;
4. Улучшение психоэмоционального состояния граждан пожилого возраста;
5. Содействие улучшению физического здоровья и активности;
6. Оказание участникам проекта профилактической консультативно-оздоровительной помощи;
7. Формирование ощущения самодостаточности и нужности путем самореализация граждан старшего поколения через волонтерскую деятельность.

### Сроки реализации проекта

Февраль – декабрь 2019 г.

## Содержание

Введение .....	4
Глава I. Теоретическая часть работы с пожилыми людьми	
1.1 Формирование представление об психологических и социальных особенностях пожилых людей.....	8
1.2 Принципы и механизмы оказания психологической социальной помощи населению пожилого возраста.....	8
Глава II. Социально –психологическая помощь пожилым людям города Нижневартовска	
2.1 Организация работы по реализации проекта.....	10
Заключение.....	11
Список литературы.....	12
Приложение	

## **Введение**

### **«Здоровье есть высочайшее богатство человека»**

#### **Гиппократ**

Сохранение и поддержание психического и физического здоровья граждан пожилого возраста имеет не только огромное социальное, но и экономическое значение для общества и государства, поскольку от уровня здоровья и качества их жизни зависят на сколько люди данной категории могут позволить себе участвовать в трудовой деятельности, снижение расходов на здравоохранение, трудоспособное население снизит затраты времени на уход за больными. Поэтому необходим комплекс мер, не только медицинского, но и социального характера, исполнение которых позволит продлить период трудоспособности, улучшить качество жизни.

Согласно статистике до 80 % людей старших возрастных групп страдают хроническими заболеваниями, эти особенности в состоянии здоровья и течении заболеваний, а также наличие многих социальных проблем создают определенные трудности при диагностике, лечении и уходе, что требует особых подходов к организации не только медицинской, но и социальной помощи лицам пожилого и старческого возраста.

Существенную роль при организации геронтологической медицинской помощи должна играть профилактика и информирование, целями которой в данном случае является борьба с преждевременным старением, устранение факторов риска, ведущих к нему, своевременное и эффективное лечение заболеваний, возникающих с возрастом, решение социальных проблем старения и профилактика риска формирования социальной дезадаптации.

#### **Актуальность.**

Рост людей пожилого возраста в современном мире постепенно растет.

Важность заключается в соответствии идеи проекта требованиям современного общества и государственного заказа на воспитание социально активной личности.

Социальный статус пожилых людей в обществе должен стать выше и позволить, быть его полноправными участниками, самодостаточными и социально ориентированными. Актуальностью предлагаемого проекта является привлечение самих участников проекта в его реализацию через организацию различных мероприятий, направленных на здоровый образ жизни, на улучшения психоэмоционального состояния, а также продление активности участников проекта путем вовлечения в работу волонтерского движения

Пожилые люди научатся следить за своим здоровьем и заниматься профилактикой различных заболеваний, а также станут самодостаточными и почувствуют свою социальную значимость.

### **Цели и задачи**

**Цель:** Вовлечение граждан пожилого возраста в активную общественную жизнь и, как следствие, увеличение продолжительности и качества жизни.

Для достижения указанной цели были поставлены следующие **задачи проекта:**

1. Обучение пожилых людей, современным технологиям, повышение их социальной комфортности в современном быстро изменяющемся обществе;
2. Формирование и развитие среды общения;
3. Преодоление одиночества через организацию досуга;
4. Улучшение психоэмоционального состояния граждан пожилого возраста
5. Содействие улучшению физического здоровья и активности;
6. Оказание участникам проекта профилактической консультативно-оздоровительной помощи;
7. Формирование ощущения самодостаточности и нужности путем самореализация граждан старшего поколения через волонтерскую деятельность.

**Методы, использованные при работе над проектом:**

- социальная диагностика (анкетирование, социальный опрос);

- социально-психологические,
- социально-педагогические,
- социально-медицинские,
- социально-экологические.

**Адресная направленность Проекта:**

Граждане пожилого возраста (женщины старше 50 лет, мужчины старше 55 лет)

**Предмет:**

Оказание медицинской, психологической, и социальной помощи пожилым гражданам города Нижневартовска.

**Мероприятия в рамках проекта:**

Информационно – профилактические лекции по основным заболеваниям в пожилом возрасте;

Информационно – правовые лекции;

Компьютерные курсы;

Творческая мастерская;

Участие в различных акциях и мероприятиях;

**Критерии оценки ожидаемых результатов:**

Активное участие граждан пожилого возраста в разработке и реализации социальных проектов, а также объединение всех участников в единую команду;

Улучшение их психоэмоционального состояния

Повышение знаний лиц пожилого возраста в области охраны здоровья

**Проект выполнялся в несколько этапов:**

Выбор темы, формулировка целей и задач, определение методов.

На **первом этапе** была выявлена статистика одиноких пожилых граждан. Был определен риск развития различных заболеваний физического и психического

спектра, как следствия их одиночества и неактивности. Был создан актив из участников проекта «Югорское долголетие».

**Второй этап** предусматривал теоретическую и практическую помощь пожилым людям. На данном этапе проводилось широкое освещение деятельности волонтеров медицинских организаций с участниками проекта, а также совместная реализация различных мероприятий, направленных на активный и здоровый образ жизни.

**Третий этап** заключал в себе подведение итогов проекта, и организация форума волонтеров медицинских организаций и ново обречённых волонтеров серебряного возраста, анализ результатов.

**Практическое значение данной работы состоит в:**

Уменьшение уровня заболеваемости и смертности среди пожилых людей;

Увеличении гражданской активности пожилых людей в процессе участия в реализации проекта, а также желающих вносить социально – значимый вклад в жизнь города Нижневартовска и жителей города;

## ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ РАБОТЫ С ПОЖИЛЫМИ ЛЮДЬМИ

### 1.1 Формирование представление об психологических и социальных особенностях пожилых людей.

Основная часть пожилых людей страдают от одиночества. Основными причинами одиночества в пожилом и старом возрасте являются выход на пенсию, уход с работы, разрушение деловых связей, смерть кого – то из близких, длительная болезнь. Согласно статистике в ХМАО численность женщин более чем в два раза превышает численность мужчин.

Правильная организация жизни пожилого человека, вовлечение его в социальную жизнь, правильно организованный досуг - вот основа качественной и полноценной жизни. От умения направлять свою деятельность в свободное время во многом зависит хорошее социальное, психологическое и физическое самочувствие пожилого человека.

Таким образом, наиболее слабыми сторонами пожилых людей возраста становится:

1. Дефицит общения;
2. Нарушение социальных связей;
3. Потеря социальной значимости, ощущение ненужности;
4. Обострение имеющихся заболеваний;
5. Риск развития со стороны психических функций и как следствие риск формирования социальной дезадаптации.

### 1.2. Принципы и механизмы оказания психологической социальной помощи населению пожилого возраста

Как показывает статистика, пожилые люди являются наиболее социально – незащищенными слоями населения, которые нуждаются в особом отношении к ним государства.

Социальное и психологическое сопровождение лиц серебряного возраста – это комплекс правовой, медицинской и социально -

психологической помощи, которые основываются на принципах человеколюбия и милосердия по отношению к людям, которые в этой помощи нуждаются.

Социально – психологическое сопровождение состоит из профилактики, оказания необходимой помощи и поддержки.

Целью **профилактики** является сохранение психического и физического здоровья лиц пожилого возраста.

Оказание необходимой помощи основывается на быстром и своевременном реагировании.

С целью улучшения качества жизни лиц пожилого возраста осуществляется поддержка в социально – значимых ситуациях.

Пожилые люди Нижневартовска нуждаются в полном гарантированном обеспечении, удовлетворении социально – значимых потребностей: общение, организация досуга, информирование о важности сохранения физического и психического здоровья.

Удовлетворение данных потребностей требует объединение усилий работников здравоохранения, образования, социальных сфер и т.д.

Для работы с пожилыми людьми необходима знания в области психологии, геронтологии медицины.

Лица пожилого возраста, проживающие одни и не имеющих родственников особенно нуждаются в помощи.

Старение нашего организма — это естественный процесс, и деятельность волонтеров медицинских организаций стремится сделать этот процесс максимально продуктивным и безболезненным.

## ГЛАВА II. СОЦИАЛЬНО – ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ ПОЖИЛЫМ ЛЮДЯМ ГОРОДА НИЖНЕВАРТОВСКА.

### 2.1 Организация работы по реализации проекта

В апреле 2018 года БУ ХМАО – Югры «Нижневартовская психоневрологическая больница» был организован слет волонтеров медицинских организаций города Нижневартовска. Результатом, которого стало объединение волонтеров в одну команду, создание и реализация проекта по геронтологии в 2019 году.

Весь 2018 год волонтеры медицинских организаций города Нижневартовска работали над профилактикой различных зависимостей и популяризации здорового образа жизни. Были организованы и проведены 13 общегородских мероприятий со СМИ, а также 224 мероприятия внутри различных организаций.

В январе 2019 года нами исследована и проанализирована актуальность темы. Поставлена цель и задачи для ее реализации. В этот период было проведено анкетирование, которое подтвердило важность и нужность мероприятий, направленных на социальную адаптацию лиц пожилого возраста. В городе Нижневартовске организованы различные клубы по интересам для пожилых людей, но для улучшения качества жизни пожилых людей необходимо взаимодействие специалистов всех сфер. Составлен и утвержден график информационных профилактических лекций для пожилых людей, а также план собраний участников проекта со специалистом по социальной работе для разработки различных мероприятий и благотворительных акций, приуроченных к различным праздникам. Заключены соглашения с библиотечной системой, с фитнес центрами, с культурно – досуговыми центрами для более эффективной реализации проекта.

Проект «Югорское долголетие» не имеет рамок, специалисты, курирующие проект будут помогать и придумывать все новые и новые мероприятия и реализовывать вместе с участникам проекта.

## Заключение

В 2018 году Президент России Владимир Путин в ходе послания Федеральному собранию обратил особое внимание на необходимость создания комплексных программ поддержки пожилых граждан нашей страны.

Волонтеры медицинских организаций твердо убеждены в том, что их совместно разработанный и активно реализованный социальный проект «Югорское долголетие» при бюджетном учреждении Ханты–Мансийского автономного округа – Югры «Нижневартовская психоневрологическая больница» улучшит качество жизни горожан пожилого возраста.

Результатам **первом этапе** - выявление статистика одиноких пожилых граждан, определение риска развития различных заболеваний физического и психического спектра, как следствия их одиночества и неактивности и создание актива из участников проекта «Югорское долголетие».

Результатам **второго этапа** - теоретическая и практическая помощь пожилым людям. проведение широкого освещения деятельности волонтеров медицинских организаций с участниками проекта, а также совместная реализация различных мероприятий, направленных на активный и здоровый образ жизни.

Подводя итоги по третьему этапу, можно сделать вывод, насколько эффективен и социально – значимый проект для города Нижневартовска.

## Список литературы:

<http://biblios.newgoo.net/t5103-topic>

1. Альперович В.Д., Геронтология. Старость. Социокультурный портрет. Учебное пособие-М.: «Издательство Приор», «Экспертное бюро», 1998 г., 272 с
2. Дыскин А.А., Решетов А.Л. Здоровье и труд в пожилом возрасте. М., 1988
3. Социальная работа: теория и практика: учеб. пособие / под ред. Е.И. Холостовой. – М.:Инфра-М, 2005.-427 с.
4. Холостова Е.И. Пожилой человек в обществе: В 2 ч. М.: Социально-технологический институт, 1999 - 320с.
5. Холостова Е.И. Социальная работа с пожилыми людьми: Учебное пособие. 2-е изд. — М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2003. — 296 с.
6. Циткилов П. Я. Информационно – методические материалы по организации работы с волонтерами / П. Я. Циткилов // Социальная работа. – 2007. - №5. – С. 58-60.
7. Энциклопедия социальной работы / под ред Е.И. Холостовой. – М., 2003. – 346 с.

# Приложение









## Югорское долголетие

В этой группе Вы можете найти различные мероприятия, в которых о...  
24 участника



Написать  
сообщение



Пригласить  
друзей



Настроить  
подписку



Другие  
действия

Темы  
13

Фото  
25

Видео  
2

Участники  
24



Друзья в группе: **Надежда  
Щербакова (Томилова), Лидия**



**Югорское долголетие**  
9:05



99+

Лента

46

Обсуждения



Сообщения



Музыка



Рекомендации

