

Активное долголетие.

В современном мире люди старшего возраста получают перспективу и новое качество жизни. «Увеличение периода активного долголетия, реализация программы системной поддержки и повышения качества жизни граждан старшего поколения, формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни» - так звучат отдельные направления регионального проекта «Старшее поколение».

В центре социального обслуживания населения Дятьковского района уже много лет работает «Университет третьего возраста», который систематически посещают 29 человек. Эта деятельность по организации работы с гражданами пенсионного возраста направлена на увеличение периода активного долголетия и продолжительности здоровой жизни, приобщение пожилых людей к активной позиции в обществе.

Объединение пенсионеров работает в форме организации мероприятий культурного досуга и активного отдыха, групповых спортивных занятий, кружков, праздничных концертных программ с приглашением артистов различных жанров. Для ежедневных спортивных тренировок оборудована секция: помещение для групповых занятий с музыкальным сопровождением, тренажерный зал, раздевалка. Каждый участник окружен вниманием и заботой в теплой дружеской атмосфере.

Эффективно осуществляется деятельность по организации культурно-просветительской и социально-досуговой работы с пожилыми людьми, направленной на удовлетворение широкого спектра образовательных, культурных, познавательных потребностей, которая проводится в форме встреч, лекций, тренингов, учебных курсов, с участием специалистов различных организаций и ведомств. Занятия ведутся в рамках факультетов: «Физической активности», «Православия», «Истории и культуры», «Охраны безопасности жизнедеятельности», «Правовых знаний», «Информационных технологий». Работа Университета осуществляется в режиме сотрудничества; заключены соглашения о взаимодействии с различными организациями.

В текущем году центр социального обслуживания участвует в проекте «Второй дистанционный курс психологических тренировок памяти для пожилых людей», проводимом Благотворительным фондом «София» при поддержке гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества. Ведут его квалифицированные московские специалисты-психологи и профессиональные артисты.

Каждое занятие включает в себя и умственные упражнения различного рода, и физические разминки, и творческие задания. Такая разносторонняя деятельность не утомляет пожилых людей, и можно наблюдать, как слушатели увлеченно работают в режиме прямого эфира.

Все эти формы работы позволяют сформировать культуру активности и принятия себя в “серебряном возрасте”, помогают улучшить здоровье, сделать более позитивным жизненный настрой и продолжить жизнь под девизом: “В 60 лет жизнь только начинается!”