



АКТИВНОЕ ПОКОЛЕНИЕ

Архангельская, Вологодская, Мурманская, Псковская область

Истории успеха проектов, направленных
на улучшение качества жизни людей
пожилого возраста

**ФОНД
ТИМЧЕНКО**

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД
ЕЛЕНЫ И ГЕННАДИЯ
ТИМЧЕНКО



2014-2015



«Бабий бунт»

КРАТКАЯ СПРАВКА

Руководитель проекта:

Светлана Павловна Федосеева.

Цель проекта: формирование представления о пенсионном возрасте как о времени дальнейшего раскрытия творческих сил и способностей, адаптации молодых пенсионеров к новым социальным ролям, стилю и образу жизни.

Территория: д. Абакумово, д. Калитинка, д. Полуборье, Каргопольский район Архангельской области.

Сумма гранта: 100 000 рублей.

Длительность проекта:

5 месяцев.

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение культуры «Каргопольский многофункциональный культурный центр»

Организаторы проекта поставили перед собой задачи: объединить женщин пенсионного возраста в клубных учреждениях деревень Абакумово, Калитинка, Полуборье; способствовать формированию у участниц новых интересов и освоению ими новых видов социальной деятельности; расширить кругозор участниц, помочь им адаптироваться к современным условиям жизни, к новым социальным ролям; создать условия для удовлетворения потребности людей старшего возраста в самовыражении, признании, уважении окружающих. На средства гранта были закуплены фотоаппараты для трех будущих клубов, организованы выезды участниц проекта, организована доставка специалистов для проведения мастер-классов.

В проекте принимали участие женщины трех деревень: Абакумово, Калитинка, Полуборье – 70 женщин от 50 до 70 лет, и сотрудники местных филиалов Каргопольского культурного центра.

«В деревнях муниципального образования «Павловское» Каргопольского района: Полуборье, Калитинка, Абакумово проживает в среднем 360 человек. В настоящий период времени жители деревень в основном – пенсионеры, из которых 50 % женщины до 70 лет. А ведь жизнь среднестатистического пенсионера, как правило, не отличается разнообразием и богатством положительных эмоциональных впечатлений.

Смена социального статуса людей, особенно женщин, сопровождается целым рядом нежелательных перемен: сужается сфера контактов и круг общения, снижается количество доходов, что, естественно, приводит к резкому сокращению культурных контактов, снижению активности, одиночеству, болезням».



Записки из книги отзывов и предложений проекта «Бабий бунт»

Вместе с отчетом по проекту «Бабий бунт» пришли две тетради с отзывами, листая которые, можно увидеть, как проект изменил жизни участниц. Да, проект получился специфический – участвовали в нем только женщины, создавая женские клубы, но его опыт уже сейчас можно применить везде, не только к женщинам или людям старшего возраста. Для тех, кому захочется узнать, что сделал проект, есть специальная брошюра.

Суть идеи такова: организаторы – работники Каргопольского многофункционального культурного центра и активистки из трех деревень: Калитинка, Абакумово и Полуборье – собрали женщин, познакомили между собой, провели для них самые разнообразные мастер-классы и беседы, показали работу женских клубов Каргополя и научили, как и после проекта жить интересно и весело, сказав: «Нет – старости, одиночеству, замкнутости, безденежью, болезням!» – отличный жизненный девиз.

Кроме этого, участницы вспомнили, что они еще и рукодельницы, а вещи, сделанные своими руками: пестрые одеяла, уютные носки и рукавицы, можно продавать в ремесленных лавках и на ярмарках мастеров. Это только первый шаг, кто-то сможет пойти и дальше!

Теперь заглянем в тетради с отзывами...

Вот впечатления от презентации проекта – «Первой «Бабьей сходки» в деревне Полуборье»:

Посещать все клубные мероприятия буду!

Поддержим этот проект!

Я обещаю ходить на каждую сходку,

без меня этот проект не состоится!

Очень рада знакомству с женщинами из других деревень!

Очень хорошо собираться всем вместе и общаться.

Все это – слова, написанные участницами, пока тетрадка ходила по рукам. Такие записи о своих впечатлениях они оставляли после каждого события. Удивительно, иногда для того, чтобы подружить целые деревни, нужно только собрать их вместе и устроить для них что-нибудь особенное...

Например, выездную экскурсию в область – в деревню Лядины, где некоторые участницы даже и не бывали, хотя это одно из интереснейших мест Каргопольского района – тут и уникальные деревянные памятники зодчества, и краеведческий музей в старой школе.

Давно хотелось все посмотреть. Спасибо всем за экскурсию.

Показали участницам и святые места в районе села Ошевенска и деревни Поздышево. И оказалось:

Живем в своем районе, но совсем не знаем, чем и как живут соседи. Так вот теперь познакомились с Ошевенском. Люди везде интересные. У многих свои интересные занятия. Ошевенск славится своим монастырем, но он в плачевном состоянии. Даже захотелось поучаствовать в восстановлении.

А между экскурсиями – мастер-классы и небольшие ликбезы, подтягивали компьютерную грамотность:

Продолжаю учиться, хотя сложно. Чувствую себя, как «обезьяна с гранатой». Страшно нажимать на кнопки, а «мышка» – это вообще зверь из далекого будущего. Страшно, но очень интересно!

Считала себя безграмотной, не способной к обучению на компьютере. Но даже за три занятия научилась пользоваться. Теперь завела свою страничку, нашла много старых друзей, с которыми общаемся. Могу извлечь полезную для меня информацию.

А вот какие строки написаны в этих тетрадях после мастер-класса по лоскутному шитью:

Для меня это «темный лес», но после мастер-класса пришло вдохновение. Все оказалось интереснее, чем я думала.

Кроме лоскутного шитья были мастер-классы по плетению из бересты, по ткачеству... задача была – пробудить в участницах интерес к новому, показать, что они могут организовать для себя сами...

Ну и, конечно же, напомнили женщинам о красоте и здоровье, и физическом, и душевном: познакомили с парикмахером, стилистом, специалистом по адаптивной физической культуре, с психологом, напомнили и о важности консультаций с терапевтом.

Ну, а ключевым событием стала поездка в Каргополь и встреча с женскими клубами районной библиотеки:

Здесь встречи также понравились, организовано все прекрасно. Видно, что большая проводится работа. Желаю успехов в дальнейшей работе, здоровья и благополучия.

Завершился проект «Бабьим съездом» – праздником с песнями, шутками и подведением итогов – проект не оставил равнодушным активное поколение Каргопольского района:

Мы самые интересные, мы самые активные и спортивные! Мы самые красивые! Будем продолжать активно убегать от старости и болезней. «Бабий бунт» продолжается!

Первое: Большое спасибо всем, кто организовывал и принимал участие в проведении данного мероприятия. Все было организовано прекрасно.

Второе: Оформить музей, большая часть предметов старины собрана.

Очень жаль, что проект закончился. Мы только познакомились, подружились. Но жизнь не кончается, будем продолжать встречаться, будем придумывать новое.

Листать тетрадки с отзывами можно долго, понимая, что проект собрал интересных живых людей, и самое главное – сумел вдохновить их.

Координировать деятельность женских клубов будут специалисты МБУК «Каргопольский МКЦ» – заведующие Полуборским, Абакумовским, Калитинским клубами. Организация работы женских клубов уже внесена в планы Каргопольского МКЦ. На средства гранта были организованы выездные экскурсии и транспорт для специалистов, дальше деятельность женских клубов будет осуществляться за счёт самих участниц и средств культурного центра. ■

**КРАТКАЯ СПРАВКА****Руководитель проекта:**

Светлана Юрьевна Палкина.

Цель проекта: поддержка социального статуса пожилого человека за счет сохранения объема и качества социальных ролей и активности путем дополнения или компенсации трудовой активности различными спортивно-оздоровительными видами деятельности, сохранение физической активности пенсионеров Вельска, продвижение идеи активных занятий спортом, создание системы мотивации пожилых граждан к ответственности за сохранение собственного здоровья и ведению здорового образа жизни посредством поддержки общественных инициатив и проведения массовых акций для населения.

Территория: г. Вельск, Вельский район, Архангельская область.

Сумма гранта: 20 364 рубля.

Длительность проекта: 4 месяца.

Исполнитель: Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания населения Архангельской области «Вельский комплексный центр социального обслуживания»

Спартакиада для людей пожилого возраста «В движении жизнь»

Была организована спартакиада среди пожилого населения Вельска, на средства гранта были закуплены: часть спортивного инвентаря, расходные материалы к нему, частично профинансирована закупка медалей и кубков, организовано питание (для организации кофе-брейков удалось привлечь и местный бизнес).

В проекте принимали участие: 40 пенсионеров-спортсменов, сотрудники Комитета по физической культуре и спорту Вельского района, сотрудники Вельского центра социального обслуживания населения, репортеры газет «Вельская неделя», «Вельские вести», теле-репортеры Вельска, работники клубов и организаций, работающих с людьми старшего возраста, зрители спартакиады.

Годы, как известно, берут свое. Но берут, прежде всего, состоянием нашего тела, а не желанием его совершенствовать. Более того – с годами люди все чаще обращаются к спорту, как, зачастую, к единственному способу улучшить свое самочувствие и укрепить здоровье. Да и признаемся, что таблетки должны быть последним средством, когда другие уже не помогают. В то же время, занятия спортом в весьма зрелом и пожилом возрасте имеют свою специфику, которая должна учитывать возрастные изменения. Но что считать «весьма зрелым» или пожилым возрастом? На самом деле четкой отсечки в годах нет. 55-60-65 лет – для каждого этот рубеж свой в зависимости от образа жизни и индивидуальных особенностей.

Двигаемся!

*Движение может по своему действию
заменить любое средство,
но все лечебные средства мира
не могут заменить действие движения.*

Тассо Т.



Активное поколение не обходится без спортивных проектов, которые всегда вызывают у участников море эмоций. Для пенсионеров Вельска проект «В движении жизнь» помог исполнить давнюю мечту – устроить настоящую спартакиаду.

Вельск богат на спортивных пенсионеров, не хватало только того самого события, которое помогло бы их объединить. Эти настроения уловили работники Вельского Центра социального обслуживания.

Палкина Светлана Юрьевна:

«Идея спартакиады родилась ещё два года назад. Она была внесена в наш рабочий план, но в прошлом году провести её не получилось. В этом году мы решили не отступить и всё-таки выполнить задуманное. Откуда пришла идея мероприятия? Мы работаем с самой возрастной категорией вельчан и видим, что в наш народный университет «Третий возраст» ходит большое количество энергичных людей, которым подобные соревнования могли бы подарить много положительных эмоций. Дополнительным фактором к проведению спартакиады стала и возрастающая с каждым годом популярность здорового образа жизни».

Что было? Был Народный университет «Третий возраст» при Вельском комплексном центре социального обслуживания и там же – клуб «Если хочешь быть здоров», основная цель которого – способствовать сохранению психического и физического здоровья, продлению активного долголетия у людей пожилого возраста и инвалидов. И пенсионеры, готовые стрелять, бросать дартс и носиться командой по залу с клюшками наперевес.

Что было нужно? Немного инвентаря, собственный тонометр для измерения давления у возрастных спортсменов и праздник.

Что из этого вышло? Первая Вельская спартакиада для людей пожилого возраста! Самое настоящее событие! 28 ноября 2014 под строгим судейством Комитета по физической культуре и спорту Вельского района прошли невероятные соревнования!

Желающих поучаствовать в спартакиаде оказалась достаточно – набрали 8 команд, по 5 человек. У каждой команды было необычное и интересное название:

«Неугомонные пенсионеры» (команда ветеранской организации МО «Низовское»),

«Оптимист» (команда ветеранской организации управления образования),

«Вдохновение» (команда ветеранов МО «Пежемское»),

«Медик» (команда ветеранской организации Вельской ЦРБ),

«Позитив» (команда ветеранской организации коррекционной школы),

«Грация» (команда ветеранов Вельского СХТ),

«Ветеран» (команда районного Совета ветеранов),

«Неугомон» (команда народного университета «Третий возраст» Вельского комплексного центра социального обслуживания).

Приветствовала участников «группа поддержки» – танцевальный коллектив Дворца культуры и спорта п. Лесобаза.



Программа включала в себя четыре блока: бросок мяча в кольцо, дартс, стрельбу из пневматической винтовки и флорбол. На поле по флорболу команды выходили полным составом, а ведь старшим участникам соревнований было по 76 лет!

Все общекомандные результаты заносились в официальную спартакиадную таблицу, познакомиться с которой могли все желающие.

Кроме командных зачетов были и личные: Валентине Шиловой, выступавшей за команду «Оптимист», удалось завоевать первое место в соревнованиях по метанию дротиков, лидером в пулевой стрельбе оказалась Александра Русанова из команды «Неугомон», которая обошла соперников-мужчин, оставив им второе и третье места! В общекомандном зачёте золото и переходящий кубок получила команда «Грация», серебряные медали достались «Оптимистам», а бронзу увезла с собой пежемская сборная «Вдохновение».

Каждый участник спартакиады на личном примере показывал, как нужно относиться к своему здоровью, продлевать свое активное долголетие.

В перерывах команды общались с журналистами «Вельской недели» и «Вельских вестей», встречали репортеров «Вельского телевидения» – событие получилось не маленьким! К нему подключился и местный бизнес – организовали для участников кофе-брейки.

Проект спартакиады для пожилых людей будет продолжать свою деятельность и после завершения финансирования: планируется ежегодное проведение спартакиады, для этого организация будет искать дополнительные спонсорские источники финансирования, координировать его и дальше будет Светлана Юрьевна Палкина. ■



«Древо с большими корнями»

КРАТКАЯ СПРАВКА

Руководитель проекта:

Анжела Владимировна Макарова.

Цель проекта: способствовать закреплению интереса к своей семье, воспитывать любовь и уважительное отношение к родителям и предкам, формировать и развивать личность, развивать партнерские отношения с семьей через работу с краеведческим материалом – родословной.

Территория: с. Лешуконское, Лешуконский район, Архангельская область.

Сумма гранта: 16 235 рублей.

Длительность проекта: 5 месяцев.

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение культуры «Лешуконская межпоселенческая библиотека»

В проекте приняли участие активные пенсионеры – посетители Лешуконской библиотеки, учащиеся Лешуконской СОШ, работники библиотеки, работники архива с. Лешуконское. Для подготовки проекта была проведена работа с сайтами, посвященными генеалогии, исследована процедура подачи документов в архив села Лешуконское, подобран материал из архивов библиотеки. На средства гранта были приобретены расходные материалы для печати буклетов, сувенирная продукция. Проект был инициирован жителями села.

Главная цель воспитания подросткового поколения – духовно-нравственная. Но воспитание духовной личности, считаю, возможно, только совместными усилиями семьи, школы, государства и библиотеки. Одна из проблем состоит в том, что в процессе воспитания не соблюдается историческая преемственность поколений. Поэтому необходимо помочь осознать, что в первую очередь в семье должны сохраняться и передаваться нравственные и духовные обычаи и ценности, созданные предками, и что бабушки и дедушки также ответственны за воспитание внуков. Семья выступает как первый воспитательный институт, связь с которым человек ощущает на протяжении всей своей жизни.



Память предков хранит фамилия

Село Лешуконское находится на севере Архангельской области, и добраться туда можно на машине – зимой или летом, или на самолете – в распутицу. Деревни Лешуконского района тоже находятся далеко одна от другой, но это не мешает его жителям хранить связь друг с другом. Ту связь, которая пронзает не только пространство, но и время.

Связь со своей историей.

Проект «Древо с большими корнями» родился благодаря Анжеле Макаровой, библиотекаря Лешуконской межпоселенческой библиотеки, впрочем, как говорит она сама, без помощи коллег ничего бы не вышло.

Под этим поэтическим названием скрывается не менее интересный и символичный проект – с сентября по февраль 2015 лешуконцы разных возрастов приобщались к искусству генеалогии – искали и находили свои корни.

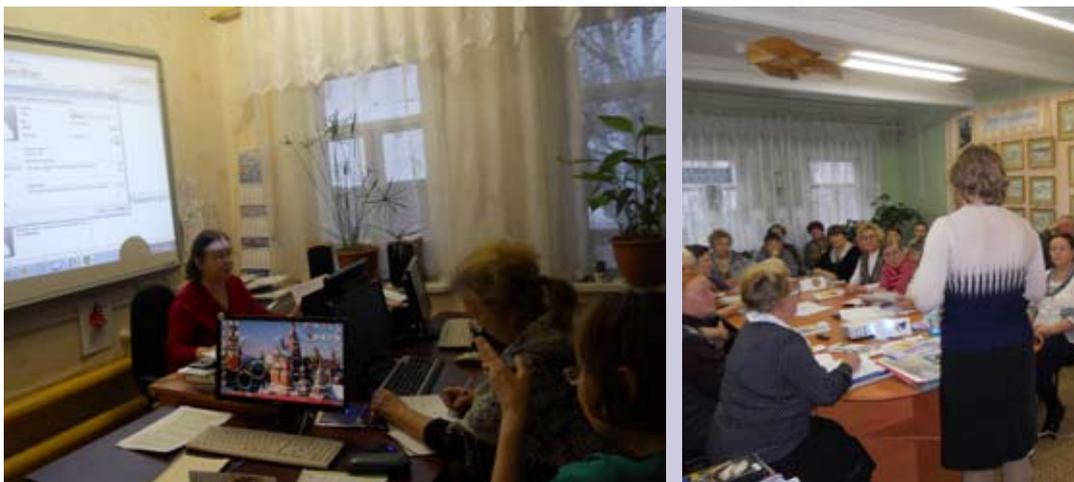
Проект родился не просто так. Как рассказывает организатор, в Лешуконском сильна связь с семьей, даже переезжая из деревни в деревню или перебираясь ближе к центру, лешуконцы стремятся держать связь «с корнями».

Суть проекта была не только в том, чтобы рассказать жителям про генеалогию – библиотекари провели огромную подготовительную работу: нашли в сети Интернет сайты, на которых можно познакомиться с методикой построения таблиц для родословного древа, узнать базы данных, познакомиться с возможностями архивов и заказать в них справки, изучить программы, которые могут помочь участникам проекта.

Немалым подспорьем оказалась и сама библиотека: участники под руководством библиотекарей изучали книги лешуконца Анатолия Новикова «Беседы о родословиях» и «Лешуконье. XV-XIX вв. История края».

А еще лешуконцы гордятся своими архивами, где сохранились церковные «сказки» – архивные записи времен XVII века.

«В России, – рассказывают организаторы проекта Анжела Макарова и Светлана Иванова, – считалось правилом хорошего тона знать свою родословную до седьмого колена. Генеалогическое дерево рода, художественно оформленное в красивую рамку, всегда висело на самом видном месте и являлось предметом особой гордости за свой род. Сегодня молодежь мало интересуется своими корнями, понимание и осознание приходит в зрелом возрасте, когда, зачастую, бывает уже поздно. Одна из наших участниц, Надежда Волкова, призналась, что займись она родословной своей семьи хотя бы на два года раньше, пока все старшие родственники были еще живы, ей было бы легче. Люди стали просыпаться, писать в архивы запросы, даже в складчину – справка стоит довольно дорого, и все для того, чтобы найти свои корни. У пожилых в этом сейчас больше инициативы».



На средства Фонда Тимченко была собрана материальная база для проекта и организованы мастер-классы с участием работников Лешуконского архива, которые консультировали участников, рассказывали о методах поиска и работы с архивными данными.

Была закуплена бумага для печати специальных брошюр-памяток, собирали которые сами организаторы, ориентируясь на опыт, представленный в сети. А для участников была выпущена памятная сувенирная продукция, тоже связанная с историей Лешуконья, чтобы участники, новые и те, кто уже втянулся в проект, не забывали о своих корнях. Собрали библиотекари и призы для самых активных.

Сейчас, когда календарные сроки вышли, проект продолжает существовать: в библиотеке можно сделать запрос в архив, а участники до сих пор трудятся над своими проектами, у некоторых родословное древо не умещается даже на ватмане большого размера.

«Приходится разворачивать на полу, – хвастается Надежда (Геннадьевна) Волкова. – Вот у меня потомки мужского рода, вот – женского, а есть пустые места – нужно копать. В списках раньше упоминались по дворам только мужчины, и то не вся информация есть – разъезжались замуж по деревням женщины, меняли фамилию. Все это нужно искать. Я начинала заниматься своей родословной, но без проекта это было не так масштабно. Сейчас я знаю, на каких сайтах нужно искать информацию, и брошюры пригодились: в своих я делала нужные мне заметки, а мои тетрадки с рукописями пухли и пухли после каждого занятия. Для распечаток места не хватает».

Мероприятия проекта проходили не только для людей старшего возраста. Участники и организаторы устроили выставку родословных не только знаменитых поэтов и писателей, но и именитых лешуконцев, провели открытую беседу «Память о предках хранит Фамилия» – где рассказали о рождении знаменитых лешуконских фамилий. Генеалогическое древо стало связующей нитью между поколениями.

«Хотелось бы выпустить свою книгу, как Новиков, – смеются участницы, собравшиеся за столом 10 февраля. – Нужно научиться макетировать и делать таблицы, а материал, мы теперь знаем, как искать и где. Спасибо Анжеле Владимировне и Светлане Николаевне: теперь мы знаем, куда обращаться и где искать».

Да, где искать – лешуконцы знают – в библиотеке им всегда помогут. А библиотеке помогали и местная газета «Звезда», из которой многие участницы узнали о проекте и архивы которой стали местом поиска информации, и местное объединение пенсионеров, и Лешуконская районная общественная организация ветеранов войны и труда.

В планах организаторов – расширять проект своими силами в филиалах библиотеки в деревнях, где тоже есть энтузиасты. ■

**КРАТКАЯ СПРАВКА****Руководитель проекта:**

Татьяна Александровна Кашунина.

Цель проекта: Разработка и внедрение системы физкультурно-оздоровительных мероприятий в досуговую деятельность граждан пожилого возраста и людей с инвалидностью, не утративших способность к самообслуживанию на базе отделения дневного пребывания Архангельского ЦСО, а также пропаганда здорового образа жизни, содействия активному участию пожилых людей в жизни общества и полноценному образу жизни.

Территория: г. Архангельск, Архангельская область.

Сумма гранта: 61 400 рублей.

Длительность проекта: 6 месяцев.

Исполнитель: Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания населения «Архангельский центр социального обслуживания»

«Супер-старт»

Для осуществления проекта был разработан комплекс занятий, специально адаптированный для пожилых, проведены обучающие мероприятия по основам ЗОЖ для людей старшего возраста, открыта секция аэробики. На средства гранта был оборудован центр аэробики в подходящем помещении ЦСО.

В проекте принимали участие подопечные ЦСО – 90 человек из числа людей старшего возраста от 50 до 80 лет. В проект были привлечены волонтеры, в том числе – специалист по аэробике.

Народная мудрость утверждает, что «старость не радость». Но данный афоризм не учитывает всей сложности этого явления. Старость только начинает осмысливаться человечеством как возраст, таящий в себе большие резервы и возможности. Это отнюдь не время пассивного отдыха. Возможности находить радости и ценности в жизни не исчерпываются в определенный ее момент, необходимо всегда видеть в себе и в своем окружении новые ценности и привлекательные качества.



**«Если вам подружки за...
вам пора в спортивный зал!»**

Занятия аэробикой в Архангельском центре социального обслуживания идут полным ходом – подопечные центра и другие пожилые посетители с большим восторгом осваивают новые виды гимнастики, новые снаряды и ходят на занятия по стэп-аэробике. Спортивный центр открылся благодаря проекту «Активное поколение».

«К сожалению, – подводит итоги своим наблюдениям за спортивной жизнью третьего возраста руководитель проекта Татьяна Кашунина, – в Архангельске очень мало предложений от спортзалов и секций, где пенсионеры могли бы регулярно заниматься спортом. Деятельность большинства современных фитнес-центров направлена на молодых и здоровых людей. И хотя посещать людям пожилого возраста подобные залы не возбраняется, существует ряд проблем: во-первых, традиционные программы для занятий фитнесом – это вариант, рассчитанный на абсолютно здоровых молодых людей; во-вторых, существует барьер между поколениями – пожилые люди зачастую испытывают дискомфорт и стеснение перед молодым поколением; в-третьих, остро стоит вопрос достаточно высокой оплаты занятий, которая по карману далеко не каждому пенсионеру».

Степ-аэробика же известна своей эффективностью в фитнесе – она позволяет держать в тонусе все тело (как плавание или бег), и ее можно использовать в работе с разными возрастными группами.

Об этом рассказывала и Елена Спицына – тренер по аэробике и волонтер проекта – Елена обучала работника центра тому, как правильно заниматься стэп-аэробикой с пожилыми людьми. Освоили и несколько простых и доступных тренажеров: эластичная лента, гантели, обручи и скакалки. В проекте была использована адаптивная программа, рассчитанная и подобранная специально для людей старшего поколения.

Кроме аэробики, посетители клуба встречались со специалистами центра на курсе лекций на тему «Здоровый образ жизни» – здесь говорилось о том, как правильно питаться, как обеспечивать себя нагрузкой, как часто следует ходить к врачу и как нужно реагировать на сигналы организма о болезнях. Пожилые люди, даже страдающие хроническими заболеваниями, зачастую не относятся к ним с должным вниманием, поэтому и теряют тонус, в то время как могли бы вести активную жизнь. Лекции вели волонтеры из числа медицинских специалистов и интернов. Прошел семинар на тему «Профилактика бытового травматизма у пожилых людей», и был показан небольшой видеофильм об основных принципах питания в пожилом возрасте.



Интересным событием стало занятие по профилактике болезней опорно-двигательного аппарата, на котором учились суставной гимнастике и знакомились с простыми правилами здоровья. Уже через несколько занятий в клубе появились свои «заводилы», Любовь Гальвас написала стихотворение-девиз:

*Если вам подружки за... вам пора в спортивный зал,
Где шары, мячи и палки, и гантели, и скакалки.
Где мы с тренером с утра, бросив все свои дела,
Мышцы наши разминаем – бодро прыгаем, играем.
И под музыку шагая, про болячки забываем.
Что нам возраст и хандра! Заряжаемся с утра:
Силой, бодростью, весельем и прекрасным настроением.
Молодым дадим мы фору. Сколько силы в нас, задора!
Всех, кто хочет быть в порядке – ждем к нам утром на зарядку!*

Еще одним проявлением творческих фантазий стал выпуск стенгазеты, в которую переносили полученные знания и которую украшали фотографиями с занятий.

Открытие занятий по аэробике дало возможность многим людям пожилого возраста на безвозмездной основе посещать спортивный зал – всего в проекте смогло поучаствовать около 90 человек.

29 января итоги первого сезона работы студии отметили «Веселыми стартами» – к соревнованиям никто специально не готовился – просто веселились, выполняя смешные задания: перемещали без использования рук и ног спортивные мячи, кидали шары в ведро, собирали на скорость специально подготовленные пазлы, играли в «бешеную сороконожку» (паровозиком носились между препятствиями). Всем участникам соревнований вручены памятные подарки – диски с записью фотоматериалов и презентации проектов.

Проект продолжит свое функционирование и развитие под руководством специалистов отделения дневного пребывания. Возможно, будут введены небольшие корректировки к основному его содержанию – народу на тренировках прибавилось, рассматривается вопрос о количественном увеличении спортивного оборудования, обусловленный ростом количества посетителей. ■

**КРАТКАЯ СПРАВКА****Руководители проекта:**

Светлана Владимировна Корытова,
Лидия Николаевна Шамрай.

Цель проекта: развитие родительского потенциала бабушки-опекуна в воспитании внуков и коррекция детско-родительских отношений (бабушки-опекуна – внука).

Территория: г. Архангельск,
Архангельская область

Сумма гранта: 98 290 рублей

Длительность проекта:
4 месяца.

Исполнитель: Архангельская региональная общественная организация «Приемная семья» в партнерстве с Архангельской региональной благотворительной общественной организацией социальной защиты населения «Радуга добра».

«Бабушкина кукла»

Для осуществления проекта организации объединили усилия специалистов для оказания помощи бабушкам-опекунам в воспитании внуков, предупреждения кризисных ситуаций в семье и выхода из них, организовали серию мастер-классов и сформировали группу взаимопомощи из участников проекта через совместное взаимодействие. На средства гранта была организована работа с психологами и закуплены оборудование и материалы для мастер-классов. Силами организаций были изготовлены буклеты по проекту.

В проекте принимали участие: десять опекунов старшего возраста, пятнадцать подопечных, сотрудники АРБО «Радуга добра» и АРОО «Приемная семья», специалисты-психологи.

Специалисты органов опеки и попечительства не всегда имеют возможность найти индивидуальный подход к каждой опекунской семье. Сформировать взаимопонимание между бабушкой и внуком возможно через совместную творческую деятельность – изготовление куклы, которая поможет реализовать им свои внутренние резервы. Куклотерапия является эффективным методом работы по сохранению психического здоровья, её цель – помочь ликвидировать болезненные переживания, улучшить социальную адаптацию, развить самосознание, разрешить конфликты в условиях коллективной творческой деятельности.



Участниками данного проекта стали семьи, в которых между самым младшим и самым старшим поколением было выпущено звено – родители. Занимались с бабушками и дедушками, которые растят своих внуков без участия их мам и пап. В каждой семье история потери родителей своя, но в каждой из таких семей организаторы проекта – Светлана Корытова и Лидия Шамрай – отметили ряд особенностей, с которыми и стали работать специалисты.

Из-за большой разницы в возрасте между опекуном и ребенком тяжелее выстраиваются доверительные отношения, да и общих интересов нет, к тому же, бабушка не всегда является авторитетом для внуков. Бабушки и дедушки более замкнуты, они не особенно доверяют психологам и посторонним людям, когда дело касается воспитания внуков, и даже если с внуком-подростком возникают проблемы, они предпочитают пробовать справиться с этим самостоятельно, иногда даже усугубляя ситуацию.

А вот мастер-классы по изготовлению традиционных кукол по старинной технологии стали хорошим поводом собраться вместе разновозрастным опекунам, и разновозрастным детям. А уже там организаторы создавали такие ситуации, когда сделать свою куклу без помощи другого было невозможно. Так что на занятиях между собой общались и подростки шестнадцати-семнадцати лет, и младшие школьники, и бабушки.

На средства гранта были приглашены специалисты, оборудована швейная мастерская и закуплен материал.

Уже на первом занятии одна из участниц, Татьяна Михайловна Дурнева, принесла собственных самодельных кукол, сделанных по образцам, увиденным на народных гуляньях. Куклы были сделаны без учета исторического происхождения и применения технологии изготовления, но притягивали своими красками и простотой изготовления – именно они вдохновили остальных участников продолжать.

Самой популярной среди маленьких участников оказалась кукла – «Крупеничка», наполненная зерном – важный оберег на достаток, сытость, хороший урожай. Участники узнали не только питательную, но и обереговую ценность разных видов зерна. Такую куклу можно долго мять и тискать в руках, и в каждой семье появились несколько «Крупеничек», в разных одеждах и с разным выражением лица.

А под рождество произошла очень важная и запомнившаяся всем встреча: встретились дети, оставшиеся без матерей, и матери, оставшиеся без детей... «Новый год для мамы» – так называлась эта акция.



В Архангельском областном драматическом театре им. М.В. Ломоносова в Русской гостиной участники проекта встретились с женщинами из регионального отделения Общероссийской общественной организации семей погибших защитников Отечества. Участники проекта и женщины-матери поздравили друг друга с Новым годом и Рождеством, и дети подарили матерям кукол, сделанных своими руками, а женщины вручили детям новогодние подарки.

Во время проекта было сделано множество кукол: «куклы-колокольцы», «куклы-тильды», куклы-обереги и куклы-скрутки, но изюминкой проекта стало то, что на каждом занятии участники знакомились с психологами и специалистами по усыновлению и могли поговорить с ними не в кабинете, а прямо за работой. Такая неформальная близость способствовала тому, что бабушки «оттаяли» – поверили специалистам и стали обращаться к ним.

За 4 месяца проекта никто не пропустил занятий! Но самое главное, как отмечает организатор проекта Светлана Корытова:

«Опекуны не ожидали, что детей так заинтересует совместное творчество. Общие занятия сблизили бабушек и внуков, каждый строил планы применения полученных знаний и навыков, и, что особенно важно, рассчитывали на помощь друг друга».

Для подростков такая работа открыла старшее поколение заново. Сейчас участники мастер-классов представляют собой группу взаимопомощи людей, связанных между собой дружескими узами и готовых помогать друг другу.

Продолжение деятельности будет осуществляться при помощи привлечения новых средств, также изготовленные куклы могут быть реализованы на ярмарках и выставках, чтобы обеспечить мастерскую новыми материалами. Опыт работы в кукольной мастерской может быть опорой в работе с другими целевыми группами: бабушки из обычных семей, люди с ограниченными возможностями здоровья, ветераны и др. Также проект будет использоваться при обмене опытом опекунов как способ творческого объединения семей.

Координировать дальнейшую деятельность будут Архангельская региональная общественная организация «Приемная семья» и Архангельская региональная благотворительная общественная организация социальной защиты населения «Радуга добра». ■

**КРАТКАЯ СПРАВКА****Руководитель проекта:**

Светлана Аркадьевна Буркова.

Цель проекта: создать условия для творческой и общественной самореализации инвалидов по зрению пожилого возраста и содействовать всестороннему развитию творческих способностей незрячих, обеспечению организации досуга, социально-бытовой адаптации и неформального общения.

Территория: г. Архангельск, Архангельская область.

Сумма гранта: 64 762 рубля.

Длительность проекта: 6 месяцев.

Исполнитель: Архангельская областная организация Общероссийской общественной организации инвалидов «Всероссийское ордена Трудового красного знамени общество слепых»

«Инвалидность – ремеслу не помеха!»

В рамках осуществления проекта были проведены мастер-классы по кулинарии и резьбе по дереву, созданы клубы по интересам, которые развиваются и поддерживаются силами участников проекта. На средства гранта было приобретено оборудование для приготовления пищи (печь, миксер), организовано место для кулинарных мастер-классов, приобретены инструменты для резьбы, расходные материалы к мастер-классам.

В проекте принимали участие: 39 пожилых людей с инвалидностью и 8 людей молодого возраста с инвалидностью, также принявших участие в проекте в качестве учеников, три волонтера организации.

Слепота может быть тяжелым бременем не только для самого слепого и окружающих его людей, но и для общества, если социальные условия не создают возможности активного привлечения слепых к общественной трудовой деятельности и проведения для них социокультурных мероприятий. Инвалидам нужен в первую очередь шанс, чтобы доказать себе и обществу право на активное существование. Огромная проблема в том, что очень тяжело найти квалифицированного специалиста по обучению, который будет заниматься с человеком, имеющим проблемы со зрением. К тому же, крайне тяжело найти эту помощь бесплатно. В нашем обществе состоят на учете люди, имеющие специальности: технолог хлебопечения, резчик по дереву, масажист, педагог по письму и чтению по Брайлю, специалист по лоскутному шитью, макраме. Они могут и хотят проводить мастер-классы для целевой группы.



Слепота не означает беспомощность! Инвалидность – ремеслу не помеха!

Этот проект оказался одним из тех, которые меняют самоопределение человека. Речь идет о Нечаеве, 65 лет, – участнике проекта «Инвалидность – ремеслу не помеха». Благодаря проекту Владимир Нечаев стал учителем, а значит – человеком, который наставляет и вдохновляет.

Владимир – тотально слепой, в 2000 году он приехал в Центр реабилитации слепых ВОС города Волоколамска, где его научили резьбе по дереву вслепую. Впрочем, если послушать его, то становится ясно – Владимир до сих пор видит каждое свое изделие внутренним зрением, когда скользит пальцами по дереву, а еще он видит заключенные в дереве формы – таков талант настоящего мастера. Еще в Волоколамске он получил сертификат, который и позволил ему стать участником проекта – у него два ученика и две ученицы, которым он передает свое знание.

Пока я разглядывала те работы, которые есть в ВОС, Владимир изучал работы своих учеников и рассказывал о себе и своих подопечных:

«Слушал – на слух понятно, ровный ли срез. Если звук идет чистый – срез ровный. Самому мне уже простого инструмента мало, осваиваю электрический, а они пока режут только здесь, со мной, дома только обрабатывают. Я вот сделал медведя – семьдесят сантиметров в нем, это не так легко, как ложки... Бревно нужно большое, на колени такое не положишь... Берешь в руки такое бревно – даже ужас берет, а потом работаешь до двух или трех часов ночи...»

Ученица Владимира, Вика Антипова – незрячая, и ее родные поначалу боялись за пальцы девушки, которые могут пострадать при работе с инструментом. Вику же это не остановило:

«Если бы была возможность, я бы и электроинструмент освоила, и занималась бы каждый день!»

Владимир гордится успехами учеников, демонстрирует их первые работы – ложки, после них будут задачки потруднее...



Кроме резьбы по дереву, участники проекта учили и учились выпечке под руководством Елены Сисак. Елена – технолог-пищевик, то есть повар, и она и решила, что навыки кулинарии, которые участники будут осваивать вместе, станут для них ничуть не менее интересным занятием, чем торжественные мероприятия и специализированные экскурсии для слепых и слабовидящих. Она оказалась права – группа набралась очень быстро, и женщины не только учились выпечке (кто заново, а кто с азов), но и с удовольствием учили друг друга и молодежь. Иногда к проекту подключались со своими рецептами и другие подопечные ВОС, так рождались дополнительные мастер-классы.

Как говорит организатор Светлана Буркова:

«Инвалидам нужен был в первую очередь шанс, чтобы доказать себе и обществу право на активное существование. При проведении данных мероприятий у инвалидов по зрению появилось чувство востребованности, наш проект дал возможность пожилым людям с инвалидностью передать свои навыки и знания молодому поколению, позволил им чаще общаться. Более широкий круг людей с проблемами зрения и их родственники узнали о новом проводимом мероприятии в помещении АМО ВОС благодаря СМИ. Поэтому стали приходить к нам в организацию, вставать на учет и присоединяться к проектам».

Проект длится и сейчас – выпечка заинтересовала молодежь, и, как наперебой рассказывали мастерицы, их ученицы читают, ходят в театр, но не знают, как замесить тесто правильно, а узнать об этом им, оказывается, очень хочется! Единственное, о чем предостерегают – без помощи зрячего человека с печью обращаться опасно. Поэтому пекут они здесь, под присмотром, или дома, с родными, но зато здесь после каждого мастер-класса – чаепитие для всех.

А для того, чтобы устроить все это чудо для людей, понадобилось только приобрести технику, самая любимая среди мастериц – мини-печь; оборудовать место и купить первичные продукты для выпечки, материалы для резьбы. Сейчас проект плавно перерастает в клубы по интересам: кулинария, резьба по дереву, а вдохновленные примером коллег пенсионеры взялись делиться секретами вязания и декоративного плетения. ■

**КРАТКАЯ СПРАВКА****Руководитель проекта:**

Надежда Александровна Чуракова.

Цель проекта: создание условий для развития творческого потенциала и самореализации пожилых людей с проблемами зрения, раскрытие эмоциональной сферы пожилого человека с ограниченными возможностями здоровья и его творческих способностей.

Территория: г. Архангельск, Архангельская область.

Сумма гранта: 100 000 рублей

Длительность проекта: 6 месяцев.

Исполнитель: Региональная общественная организация инвалидов «Надежда»

«Искусство радоваться жизни»

Для осуществления проекта были организованы курсы изучения классического бального танца, театральная студия, поставлен комплексный концертный номер «Любви все возрасты покорны».

В проекте принимали участие: 30 пожилых человек с нарушениями зрения, десять волонтеров колледжа культуры, в качестве зрителей присутствовало 300 человек. На средства гранта были организованы занятия в студии и помощь с проездом для инвалидов, живущих далеко от места проведения занятий.

Около 100 тысяч людей, проживающих в Архангельской области, имеют инвалидность, и их количество постоянно растет. Ежегодно в Российской Федерации сорок пять тысяч человек получают статус инвалида по зрению. Сегодня 8% населения Архангельской области – это люди с ограниченными возможностями. Из них большая часть – пожилые люди. Незрячие люди зачастую ограничены стенами своей квартиры, не имея возможности посещать различные образовательные учреждения и принимать активное участие в культурно-досуговых мероприятиях. Одной из неотъемлемых составляющих результативного интеграционного процесса людей с инвалидностью в современное общество является создание условий для успешной социализации и адаптации пожилых людей с отсутствием зрения к условиям современного мира.



«Нужно жить, где только можно!»

Клера Ивановна Яшнева, женщина, которая танцует в темноте

Танцевать в темноте Клера Ивановна Яшнева научилась здесь, в «Надежде», когда Надежда Александровна Чуракова решила создать при организации танцевальную студию для незрячих и слабовидящих. Именно танцы помогли Клере Ивановне справиться с потерей зрения – тотальной слепотой.

Сейчас она не боится танцевать и петь, не боится двигаться, с удовольствием рассказывает о своих выступлениях, а когда-то...

«Я сначала думала, что все... Жизнь закончилась, – рассказывает она. – Но появилась «Надежда», а потом – танцы... Танцевать незрячих можно научить, наша Анечка справляется...»

Анечка – Анна Губинская – это тренер по танцам, все называют ее только так, ласково, и очень любят за то, что она умеет объяснить и подсказать и никогда не ругается...

«Я – тотальник, – объясняет Клера Иванова. – Многие не знают, что это такое, – я совсем ничего не вижу... Сначала я боялась танцевать, мне было стыдно – я же не вижу, как ногу поставить, как голову повернуть – не получается.»

Сложно поверить в это, когда наблюдаешь, как участники танцевальной студии двигаются. Они не волнуются и не переживают, по крайней мере, сейчас, на репетиции, наоборот – кругом звучит смех, а Клера Ивановна важно кивает в ответ на слова тренера, вслушивается в музыку и смело выскальзывает из рук партнера, чтобы выйти в центр композиции под звучание вальса. Танцует она уже несколько лет. Раньше группа изучала латиноамериканские танцы, а потом перешла на классические. Началось все с небольших выступлений на сценах города.

«Поколение ведь активное, – продолжает Клера Ивановна. – Танцевать всем хотелось, но не все умели, кто-то знал отдельные движения, а кто-то танцевал «гарнизонный вальс» – солдаты в гарнизоне так танцуют... А у нас – классический вальс, очень красивый и сложный танец. Мы выступали на сцене колледжа культуры, нас там очень тепло встречали... Потом Надежда Александровна выиграла проект «Активное поколение», и мы выбрали вальс, полонез и танго... Полонез – красивый старинный танец, но мало кто о нем сейчас помнит.»



Репетиции проходили 2 раза в неделю, помещение небольшое, но Архангельская межрайонная организация Всероссийского общества глухих пускала на свою сцену, помогали чем могли студенты колледжа культуры.

10 октября и 10 ноября танцевальная студия дала концерты на малой сцене Архангельского городского культурного центра – зрителями стали 300 горожан, и в школе №5, на концерте, посвященном юбилею школы, – вальс, исполненный танцевальной группой «Сияние севера», вызвал восторг у зрителей. 2 декабря коллектив, получивший название «Сияние севера», снова вышел на сцену городского культурного центра, чтобы вдохновить других людей с ограничениями здоровья.

А итогом всего этого стало первое достижение группы. 13 декабря 2014 года благодаря другому проекту конкурса «Активное поколение» – «Вершина мудрости» – впервые в истории Архангельска танцевальная группа «Сияние севера» приняла участие в зональном фестивале творчества незрячих людей в Ярославле, и получила диплом второй степени в номинации «Хореография».

«Мы не можем даже допустить мысли, что мы не будем танцевать, мы сами будем платить, но мы продолжим. Нужно жить, где только можно. Я не знаю, есть ли в русском языке такие слова, чтобы выразить это состояние и впечатление души... Это не описать словами, то чувство, когда ты танцуешь... Это такое счастье, такая радость, и уму, и организму, и душе, ты нужна самой себе, ты нужен команде, ты – танцуешь».

Клера Ивановна не одна такая, в творческом коллективе 30 человек, и для каждого танцы стали жизнью. Благодаря проекту удалось открыть театральную студию, а теперь участники мечтают о большом собственном мюзикле.

Почему это настолько важно для нее, руководитель проекта – Надежда Чуракова объясняет так:

«Наши предыдущие проекты показали, что многие незрячие люди талантливы и хотят быть востребованными в обществе, жить полноценной жизнью, демонстрировать свои умения и навыки в концертах, нести культуру в массы и дарить радость людям. К тому же, сейчас бальные танцы превратились в дорогостоящий, малодоступный, особенно для пенсионеров, профессиональный вид спорта».

Финансовая помощь Благотворительного Фонда Елены и Геннадия Тимченко позволила студии создать полноценный концертный номер: пригласить педагогов по танцам и театральному искусству, обеспечить для своих незрячих подопечных удобный способ добраться до танцевального зала и домой, приобрести микрофон, подготовить костюмы и декорации. ■

**КРАТКАЯ СПРАВКА****Руководитель проекта:**

Наталья Николаевна Пивоварова.

Цель проекта: создание объединения народных умельцев Матушки Зимы и условий для деятельности объединения.

Территория: с. Яренск, Ленский район Архангельской области.

Сумма гранта: 100 000 рублей.

Длительность проекта: 3 месяца.

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение культуры «Центр народной культуры и туризма»

«Народные умельцы Матушки Зимы»

Для осуществления проекта были выделены и отремонтированы помещения, закуплены оборудование и материалы, проведен съезд народных умельцев, проведена акция по привлечению в проект мастеров и гостей, разработана программа мастер-классов для народных умельцев.

В проекте принимали участие: 65 пенсионеров, из числа практикующих умельцев и пенсионеров, готовых обучаться на мастер-классах, каждый месяц проекта мастер-классы посещало от 700 до 1000 человек, было привлечено 38 волонтеров разного возраста. На средства гранта были закуплены необходимое оборудование (ткацкий станок, муфельная печь, гончарный круг), расходные материалы, предметы декора.

Хранителями и знатоками народных традиций являются люди старшего поколения, и мы заинтересованы в том, чтобы они передавали свои знания и умения молодым. В Резиденции Зимы уже выделено место под Мастерские Матушки Зимы, где будут организовываться мастер-классы, проводиться занятия по народным промыслам, а также праздники по народному календарю, которые отмечали наши бабушки и дедушки. Надо отметить, что в основном участниками мероприятий станут люди пенсионного возраста и, конечно же, наше подрастающее поколение, которое должно перенять местные традиции, обычаи, ремесла. В резиденции Матушки Зимы появится место, где пожилые люди смогут собраться, поруководельничать, пообщаться.



Приходите посмотреть на народных умельцев Матушки Зимы!

В селе Яренске, далеко от хоженных троп живет себе Матушка Зима, вместе со своими мастерами, в ледяном доме. И как бы далеко она ни пряталась, захаживают к ней гости, самые разные: посмотреть на ее мастериц и мастеров – настоящих умельцев Яренска...

Этот проект протекал в сказочной обстановке, среди прохладных стен, украшенных снежинками, среди традиционных промыслов: берестяного и гончарного дела и старинного северного рукоделия.

А возродить традиции в Яренске помог проект «Народные умельцы Матушки Зимы», благодаря которому в «Резиденции Матушки Зимы» появилось оборудование, которого не хватало мастерам для открытия своих мастер-классов.

«Резиденция Матушки Зимы, – рассказывает руководитель проекта Наталья Пивоварова, – филиал «Центра народной культуры и туризма», и существует в Яренске сравнительно недавно, но всегда активно сотрудничала с народными умельцами Ленского района, и не только. Народные умельцы – это, в основном, люди старшего поколения, знающие разные ремёсла, владеющие различными видами рукоделия, в том числе и традиционного. В Резиденции открылась и успешно работает Лавка мастеров, куда люди приносят свои изделия, количество мастеров, готовых сотрудничать с нами, возрастает. Поэтому и решили объединить их и помочь стать единым целым. В перспективе – создание отдельной некоммерческой организации».

Для того чтобы открытие мастер-классов запомнилось людям и привлекло в село туристов, решили сделать что-то особенное: пусть мастера не просто ведут занятия, а будут похожи на тех самых женщин и мужчин со страниц исторических книг об Архангельской губернии – благодаря проекту это получилось – сшили для мастеров сказочные костюмы по традиционным мотивам.

Всю зиму в резиденции кипела работа: готовили помещение, устанавливали приобретенное по гранту оборудование: муфельную печь для обжига глины – редкий и дорогой агрегат, оборудование для работы с берестой, декорировали комнату мастериц.



Мастер-классы и уроки мастерства народные умельцы создавали, рассчитывая на самые разные возрастные группы, так, чтобы не только рассказать, но и увлечь старинным промыслом и рукоделием.

Юрий Григорьевич Ивченко, пенсионер-гончар, благодарит организаторов конкурса: *«Муфельная печь очень нужна, но не каждый может её приобрести.*

Реализация проекта позволит возродить традиции гончарного мастерства в Ленском районе».

Согласен с ним и мастер берестоплетения Алексей Павлович Крюков:

«Оборудование для работы с берестой позволит мне повысить качество изделий из бересты, а также обучать работе с берестой молодёжь и детей».

Татьяна Витальевна Катунина, руководитель клуба «Мастерицы», тоже рада новым возможностям:

«У нас появился тёплый и уютный дом, где нас ждут и доброжелательно встречают. Клуб существует уже пять лет, для людей пенсионного возраста это возможность проявить свои таланты, принять участие в мероприятиях. Проект очень нужный для нашего творческого роста».

Купили и установили гончарный круг, муфельную печь для обжига глины, ткацкий станок, закупили первичные материалы для клуба мастериц, а сейчас проект потихоньку переходит на автономное существование: спонсоры поставили окна, на заработанные резиденцией средства заказана дополнительная мебель, пополняется «Лавка мастеров».

Всего проект объединил 65 пенсионеров, к проекту присоединилось 15 новых мастеров, а по оценкам руководителей, количество в резиденции достигает 1000 за месяц работы.

Проект конкурса «Активное поколение» стал для мастеров и мастериц резиденции шагом к большой мечте: сделать собственный туристический бренд, судя по тому, как охотно навещают резиденцию туристы, – у них все получится. ■

**КРАТКАЯ СПРАВКА****Руководитель проекта:**

Наталья Владимировна
Шатеневская.

Цель проекта: организация занятий в творческой мастерской по обучению начальным навыкам работы на швейных машинах и изучению новых видов швейного творчества с их использованием для граждан пожилого возраста и инвалидов, сохранивших способность к самообслуживанию, на базе отделения дневного пребывания «Вдохновение».

Территория: г. Архангельск, Архангельская область.

Сумма гранта: 66 369 рублей.

Длительность проекта:
4 месяца.

Исполнитель: Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания населения «Архангельский центр социального обслуживания»

«Зигзаг удачи»

На средства гранта была оборудована и укомплектована швейными машинками, столами и лампами швейная мастерская, закуплен материал. В проекте принимали участие: 30 мастериц пожилого возраста, 50 воспитанников детских садов, сотрудники центра.

В пожилом возрасте у человека возникают склонности к ограничению двигательной активности, снижается умственная деятельность. Трудотерапия помогает пожилым людям продуктивно организовывать независимую жизнь и получать от нее удовольствие. На данный момент в городе Архангельск имеется не так много учреждений, где можно посещать швейные кружки, тем более без взимания платы, а желающих очень много. Женщинам небезынтересно будет освоить новые виды творчества. Удивительное успокаивающее действие трудотерапии известно уже очень давно, именно поэтому она полезна не только больным пожилым людям, но и здоровым.



Как из трудотерапии рождается нечто большее

Этот проект начинался как клуб рукодельниц – швейная мастерская при Архангельском центре социального обслуживания населения, а теперь – это место, где мастерицы – это настоящий сплоченный клуб, участницы которого готовы делиться своим умением с другими.

Начиналось все с малого: оборудовали помещение, закупили материал, поставили столы и швейные машинки, собрали среди подопечных центра желающих вспомнить навыки швейного мастерства и принялись потихоньку шить, таких набралось тридцать.

Каждое занятие сопровождалось специальной гимнастикой, подбирали музыку, которая помогла бы участницам проекта сосредоточиться на своем деле. Тонкая работа, требующая внимания и сосредоточенности – практически медитация, как говорит организатор мастерской Наталья Шатеневская:

«Терапия занятостью помогает отвлечься от мыслей о своих заботах, переживаниях и болезнях, стимулирует к общению, способствует взаимопониманию, помогает улучшить настроение. Очень важно получать удовольствие от самого процесса работы – она должна быть нужной и полезной, тогда можно избежать ощущений ущербности и потерянности, которые возникают у некоторых людей на пенсии».

В преддверии Нового года все дружно сошлись на том, чтобы подарить небольшие сувениры деткам с ограниченными возможностями – яркие полотенца с изображением символа года. Часть подарков раздали в центре на новогоднем представлении, а остальные нашли своих адресатов уже дома.

К декабрю набили руку, да и изделий накопилось много, поэтому 25-26 декабря решено было провести новогоднюю ярмарку «Хозяюшка». Название говорит само за себя – посетителям ярмарки предлагали фартуки, прихватки, полотенца и другие мелочи для кухни. Вырученные средства пошли на приобретение отделочных тканей, а также на совместное чаепитие после новогодних праздников.

Потом – подружился с детским садиком «Родничок», пригласили к себе – вместе учились делать кукол – маленьких рождественских ангелов. Пока дети были в гостях у мастериц – разговорились – дети узнали о том, чем живет старшее поколение, что интересного в шитье, и даже мальчишки с удовольствием слушали.

Маленькие гости пообещали, что обязательно подарят своих ангелочков бабушкам и мамам, а мастерицы вспомнили своих маленьких внуков. «Общение с детьми, – рассказывает Лидия Ивановна Вешнякова, – дало новый заряд бодрости, я ощутила себя нужной».



А потом дружба продолжилась: у детского садика есть замечательный творческий коллектив – поющим ребятам не хватало только концертных костюмов – не так уж и просто для садика найти средства на индивидуальный, под детей, пошив одежды...

Подключились мастерицы «Зигзага удачи» – всего было сшито десять комплектов – сарафан и жилетка к нему.

Дети не остались равнодушными и снова навестили своих друзей – на этот раз – с концертным номером, прямо в холле! Удивлению гостей центра и участниц проекта не было предела – больно уж приятным вышел сюрприз.

Потом – февраль. В феврале провели очередную выставку-распродажу – теперь уже было что показать: показывали декоративные подушки, которые радовали глаз посетителей весь февраль и начало марта. Вырученные средства от выставки как всегда – на развитие проекта.

Мероприятие, посвященное закрытию проекта, прошло в концертном зале центра 25 февраля. На нем присутствовали организаторы проекта, артисты детского садика «Родничок» и, конечно, главные герои – участницы. После торжественной церемонии награждения участниц проекта грамотами все отправились на совместное чаепитие, где рукодельницы поделились своими отзывами и достижениями в рамках проекта «Зигзаг удачи».

Но, как рассказали координаторам конкурса руководители проекта, материалы есть, так что рукодельницы могут совершенствовать свои навыки и дальше, а в планах – превратить мастерскую в ателье для людей с ограниченными возможностями или тех, кто по болезни не может сам добраться до швейной мастерской. ■



Школа современного пенсионера «Уровень – New»

КРАТКАЯ СПРАВКА

Руководитель проекта:

Наталья Даниловна Дашина.

Цель проекта: поддержка людей пожилого возраста, направленная на успешное интегрирование в современном информационном обществе, преодоление социальной изолированности и организации активного, полезного досуга.

Территория: г. Северодвинск, Архангельская область.

Сумма гранта: 99 903 рубля.

Длительность проекта: 5 месяцев.

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение «Муниципальная библиотечная система»

Для осуществления проекта была организована «Школа современного пенсионера «Уровень - New», где на бесплатной основе обучались люди пенсионного возраста по направлениям: управление многоквартирным домом, правовая, финансовая и компьютерная грамотность. Был организован активный досуг, в том числе и мастерская декоративно-прикладного творчества.

В проекте принимали участие: лекции и мероприятия проекта посетило более 1200 людей старшего возраста, привлечено десять специалистов по экономике, юриспруденции и управлению жилищно-коммунальными услугами, четыре специалиста по обучению декоративно-прикладным видам деятельности, два педагога дополнительного образования, работники библиотеки, волонтеры из числа школьников.

Многие жители Северодвинска пенсионного возраста хотят удовлетворить свои образовательные потребности, т.к. сама жизнь диктует эту необходимость. Сейчас, как никогда, надо уметь защищать свои права и быть активным в жизни и обществе. Материальная сторона во многом зависит от того, насколько грамотно человек распоряжается личным капиталом – банковским вкладом. Можно не просто копить деньги на счете на «черный день», но и управлять своим банковским вкладом, выбирая банк по усмотрению. Знание компьютерной грамотности может радикально изменить жизнь. Поэтому Школа современного пенсионера «Уровень – New» станет необходимой людям пожилого возраста.



Учиться – всегда пригодиться: как бабушки и дедушки в школу пошли

«У пенсионеров выпускной», – пишет информационный портал города Северодвинска, а следом за ним еще несколько новостных порталов и газет: «Ветераны перешли на «уровень New». Подумать только! Выпускной – у пенсионеров!»

Но мир меняется, чтобы успеть за постоянными переменами, нужно все время учиться чему-то новому. Вот и пришлось пенсионерам снова отправляться в школу, чтобы в интенсивном режиме, обгоняя внуков, освоить базовые компьютерные программы для работы и общения, подтянуть финансовую грамотность, право и важнейшие аспекты управления многоквартирным домом.

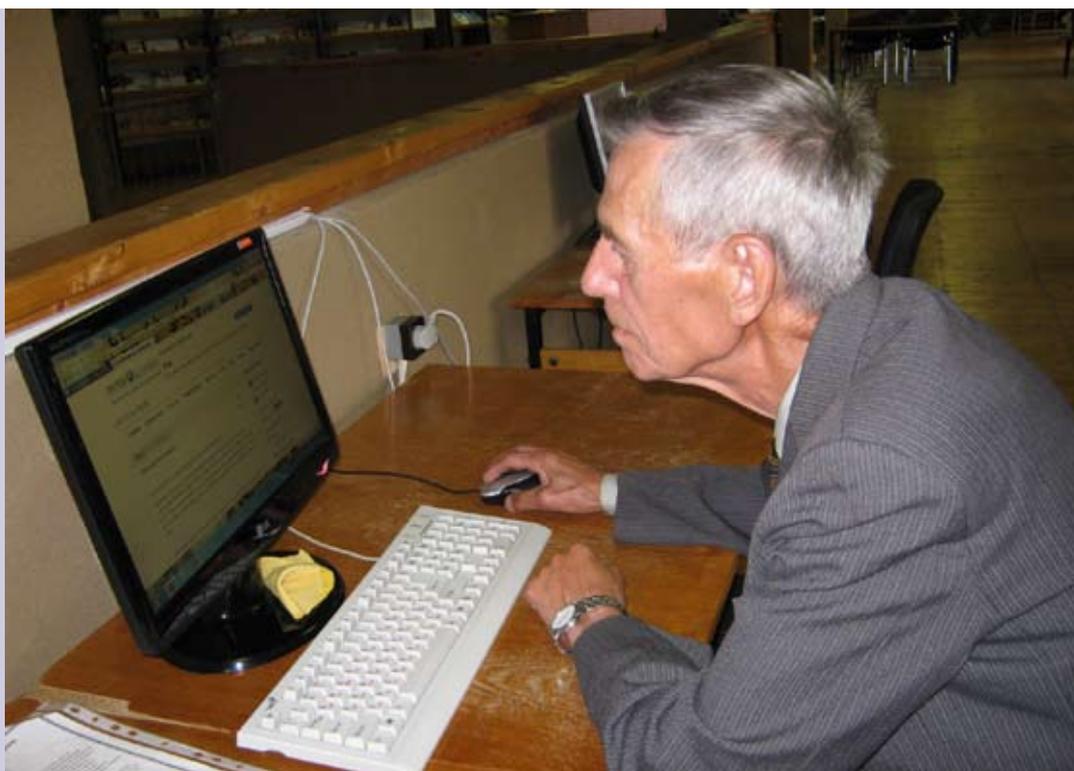
Слушатели направления «Научите жить» получили необходимые знания по управлению жилыми домами, познакомились с региональной программой капитального ремонта жилых домов и теперь не задают тревожных вопросов по коммунальным платежам.

Слушатели направления «Учеба рубль бережет» научились пользоваться пластиковыми картами, терминалами и банкоматами.

Слушатели направления «Правовая защита», кроме базовых знаний о федеральном законодательстве и органах, защищающих права граждан, получили и индивидуальные консультации у юристов.

Все – из первых рук: занятия проводили юристы организации «Лига потребителей» и ООО «Юрисконсульт», заместитель управляющего отделением Сбербанка Андрей Березин и даже гендиректор ООО «ЖКХ-Север» Сергей Репницын.

Работала при проекте и творческая мастерская «Миру на диво», где вспоминали привычные всем вязание и бисероплетение, плетение из бересты, и изучали «экзотику» – оригами, плетение кружева, вышивку лентами, учились изготавливать текстильную бижутерию.



Но, как и в любой школе, учились не только думать и рассуждать, вспомнили, что такое «думать сердцем». На о. Ягры, недалеко от Северодвинска, есть детский дом «Олененок», и его воспитанников решили порадовать – начать для них новогодние праздники прямо 10 декабря! Ведь не обязательно ждать повода для подарка!

Участники мастерской ремесел «Миру на диво» собрали связанное своими руками – варежки, носки, шапки, шарфы, обвязанные кружевом носовые платочки, детские косыночки. Тот, кто не обладал навыками рукотворного творчества, купили детям игрушки, книги, красивые ручки, фломастеры, альбомы в красочном оформлении, пластилин, акварельные и масляные краски.

Подарки собирались с любовью – покупая игрушки и красивые вещицы, пенсионеры вспоминали своих внуков, внучек и себя в подростковом возрасте... На остров добирались сами – сами собрали сумки и организовали машины, детей застали на прогулке, поэтому сюрпризы были разложены в спальнях...

Конечно, радости и детей, и пенсионеров не было предела – дети обрадовались внезапным подаркам, а взрослые – тому, как радуются дети...

Завершилась «Школа пенсионера», как и любая школа, – экзаменами: участники образовательных курсов выполняли тестовые задания, а художники творческой мастерской оформили собственную выставку... Лучшие из лучших были награждены на заключительном вечере проекта.

Кроме занятий, собирались ученики и на совместных экскурсиях: съездили в храм села Матигоры и навестили музей градообразующего предприятия г. Северодвинска – ОАО «ПО «Севмашпредприятие».

Выделенные по гранту средства понадобились для того, чтобы подготовить к приему учеников компьютерный класс (купить веб-камеры, наушники и зарядить принтер), заказать стеллажи для выставки и приобрести материалы в мастерскую «Миру на диво», и организовать награждение «отличников» на выпускном вечере.

Сейчас продолжает свою работу мастерская рукоделия, а Наталья Дашина по-прежнему проводит занятия с пенсионерами – углубляет их знания по компьютерной грамотности и учит пополнять юридические и финансовые знания через интернет. ■



«Школа здоровья для пожилых»

КРАТКАЯ СПРАВКА

Руководитель проекта:

Ю.Н. Крутикова

Цель проекта: формирование у пожилого человека мотивации к здоровому образу жизни и активному долголетию через обучение в Школе здоровья.

Территория: Вологодская область.

Сумма гранта: 100 000 рублей.

Длительность проекта:

8 месяцев.

Исполнитель: Автономное учреждение социального обслуживания Вологодской области «Октябрьский дом-интернат для престарелых и инвалидов»

Впервые об актуальности организации Школы здоровья в условиях дома-интерната для престарелых и инвалидов было заявлено на областной межведомственной конференции «Социальная защита – гарантия здоровья и качества жизни», организованной Департаментом социальной защиты населения Вологодской области в апреле 2014 г. Идеи Октябрьского дома-интерната были положительно восприняты коллегами. Так родился проект «Школа здоровья для пожилых».

Пенсионеры сели за парты в Школе здоровья

«Школа здоровья» в здравоохранении – технология далеко не новая. Такие школы организованы практически в каждом лечебно-профилактическом учреждении. У социального же учреждения свои задачи, поэтому и специфика организации Школы здоровья имеет свои особенности. Необходимо понимать, что клиенты дома-интерната – это взрослые люди со своими сформировавшимися жизненными принципами и привычками, которые стали образом их жизни. И очень сложно убедить такого человека, что именно от него зависит его здоровье и долголетие.



Одним из самых сложных этапов проекта оказался подготовительный, который предполагал формирование и диагностику целевых групп каждой Школы; разработку и корректировку учебного материала, разработку наглядных пособий, памяток, рекомендаций. Как только были решены организационные вопросы, связанные с оснащением кабинетов и методической подготовкой, торжественно были открыты 4 Школы здоровья. Возраст «учеников» солидный – от 40 до 90 лет.

Из беседы с руководителем проекта Школы здоровья, медицинской сестрой Крутиковой Ю.Н.:

«Самым сложным для меня стала разработка конспектов занятий. Мои ученики – люди, имеющие не только заболевания, но и возрастные особенности: плохую память, слабый слух, рассеянное внимание. Максимально доступно изложить материал, адаптировать речь к контингенту «учеников» потребовало больших усилий. Профессиональная помощь психологов на подготовительном этапе позволила учесть все нюансы. Наш труд был вознагражден тем усердием, с которым мои подопечные посещали занятия».

С определенными трудностями столкнулись и при оснащении кабинетов лечебной физкультуры. При большом многообразии современного спортивного оборудования нужно было выбрать наиболее универсальное. По мнению инструктора-методиста по лечебной физкультуре Ольги Павловны Паук, в этом ей оказали поддержку консультанты по физкультуре и спорту. *«Грамотно подобранное оборудование и упражнения несут комплексную пользу всему организму. В этом уже успели убедиться участники Школы здоровья, которые пользуются тренажерами и постоянно на них занимаются, невзирая на свой солидный возраст. Посещаемость кабинета ЛФК за период работы проекта выросла на 40%»,* – так прокомментировала результаты проекта инструктор-методист.

В течение всего времени работы проекта кроме занятий в Школе здоровья организованы и проведены более 16 тематических мероприятий. Кроме запланированных, состоялись и мероприятия, первоначально не входившие в календарный план. Немаловажно, что организованы они с привлечением дополнительных источников. Это – партнеры проекта. Особенно запомнились пожилым людям спортивный праздник «По дороге здоровья», организованный студентами ВГУ, лекция «О здоровом питании» врачей-специалистов из городского Центра здоровья, открытие благодаря волонтерам «Салона красоты» и другие.



«Красота спасает нас!» – перефразировав известную фразу классика, сказала Кузнецова Кира Михайловна, 68 лет, участница проекта, посетившая Салон красоты, который организовали учащиеся Вологодского колледжа технологии и дизайна ко Дню пожилого человека. Двадцать волонтеров из этого учебного заведения обратились с инициативой принять участие в проекте своим вкладом, а именно организовать парикмахерские услуги для пожилых людей, проживающих в доме-интернате. Результатом такого общения стало соглашение о долгосрочных отношениях.

По мнению всех участников рабочей группы, важными результатами проекта стало признание необходимости этой работы, прежде всего, самими участниками проекта – пожилыми людьми. Из анкеты Братовой Валентины Ивановны: *«Я болею сахарным диабетом 20 лет. И была уверена, что все «вкусное» не для меня, но на занятиях в Школе здоровья для меня стало открытием, что и я могу иногда полакомиться, если «в меру» и при контроле сахара в крови. Это стало для меня настоящим открытием!»*. Другой отзыв: *«Учиться некогда было, а теперь времени много и интересно-то как: и лекции, и игры, и фильмы смотрим про здоровье. Я даже курить бросил!»* – Паникаровский Н.В., 63 года.

Проект закончился, но проект живет! Вновь Школы здоровья в Октябрьском доме-интернате набирают учеников, разрабатываются новые методические материалы, совершенствуются формы работы. Коллеги из других учреждений стационарного социального обслуживания области, приглашенные на итоговую рабочую группу проекта, на которой специалисты Октябрьского дома-интерната поделились своими методическими наработками, высоко оценили идею и в формате конструктивного диалога с интересом обсудили, как открыть Школу здоровья «с нуля». ■

**КРАТКАЯ СПРАВКА****Руководитель проекта:**

Мария Борисовна Чекушкина.

Цель проекта: продление активного социального и творческого долголетия граждан пожилого возраста.**Территория:** с. Устье, Усть-Кубинский район, Вологодская область.**Сумма гранта:** 16 310 рублей.**Длительность проекта:** 4 месяца.

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение «Усть-Кубинский комплексный центр социального обслуживания населения»

«За активную жизнь!»

В рамках проекта была организована работа с пожилыми людьми, проживающими в жилом доме для одиноких престарелых в отделениях стационарного обслуживания и социального обслуживания граждан пожилого возраста, и детьми, посещающими отделение по работе с семьей и детьми в форме совместных творческих, познавательных и досуговых мероприятий. На средства гранта были организованы мероприятия творческого и активизирующего характера – организованы выездные мероприятия, закуплен расходный материал для занятий творчеством.

В проекте принимали участие: 30 граждан пожилого возраста и 33 ребёнка.

Участие в конкурсе социальных проектов «Активное поколение» стало для Усть-Кубинского КЦСОН первым опытом. О чём будет проект, решили не сразу. Первоначальной идеей было обучение граждан пожилого возраста компьютерной грамотности, владению искусством фотографии, работе с видеокамерой. Но в дальнейшем, проанализировав ситуацию, команда проекта пришла к выводу, что более актуальным в настоящее время будет проведение работы по удовлетворению потребности пожилых людей в общении, передаче опыта молодому поколению.



Поколения вместе!

В Центре и ранее регулярно проводилась работа по организации досуговой деятельности граждан пожилого возраста: различные социокультурные мероприятия, вечера встреч, экскурсии и т.д. Всё бы хорошо, да вот общение внутри тесной компании пожилых слишком уж однообразно и предсказуемо. Вот и решили сотрудники Центра расширить возможности общения между подрастающим и старшим поколениями. Совместные досуговые мероприятия должны были сблизить ценностные ориентации поколений, воспитать у молодежи духовные качества милосердия, сострадания и уважения, наладить механизмы взаимопомощи и поддержки.

Первым этапом реализации проекта стало проведение литературного вечера «Живая история», посвящённого участникам Великой Отечественной войны. Специально для мероприятия был подготовлен документальный фильм «Подвиг тружеников тыла», собраны и оформлены в выставку фотографии ветеранов Великой Отечественной войны, проживающих в отделении стационарного обслуживания.

В качестве гостей на мероприятие были приглашены ребята, посещающие группы дневного пребывания. Хозяева – жильцы дома для одиноких престарелых – принимали ребят со всей душой. Живые свидетели войны, они рассказали детям о том, как пережили то сложное время, с какими трудностями жизни в тылу столкнулись, как трудились на благо Победы. Тараканова Екатерина Константиновна, инвалид войны, поведала ребятам свою историю: как воевала на фронте, защищая Родину, как была ранена. Дети с непередаваемым интересом слушали истории, и прочитанные ими после стихи советских поэтов, посвященные участникам Великой Отечественной войны и труженикам тыла, отличались особой прочувзованностью.

Следующим этапом стала подготовка к экскурсионным поездкам в с. Заднее. Учреждение заключило договор с Усть-Кубинским районным домом культуры на оказание услуг по организации и проведению экскурсий. В ходе реализации проекта состоялись 2 выездные экскурсии в музей с. Заднее. Граждане пожилого возраста вместе с детьми приняли участие в увлекательном новогоднем представлении, конкурсноразвлекательной программе, побывали в музее «Чердак недавнего прошлого», где сохранились старые памятные вещи: сундуки с приданым, самовары, зыбка, в которой качали детей, угольные утюги, патефон с грампластинками и другие предметы, так знакомые пожилым людям ещё с детства. Для гостей был организован мастер-класс по изготовлению ангелочков и рисованию бабочек.



Полезный мастер-класс «Умелые ручки» был организован силами участников проекта на базе КЦСОН: пожилые люди преподали детям, посещающим группы дневного пребывания, отличный урок по вязанию рукавичек и прихваток, изготовлению салфеток и ковриков. Ребята с удовольствием перенимали опыт старшего поколения, учились вязать спицами и крючком нужные в быту изделия.

В ходе реализации проекта проведено несколько развлекательных мероприятий. Концертную программу «Новогодние чудеса» и конкурс «А ну-ка бабушки!» сотрудники Центра превратили в настоящий праздник. Пригласив на мероприятия ребят из Усть-Кубинской детской школы искусств, они подарили пожилым жильцам дома для одиноких престарелых настоящую феерию живой музыки. Молодые гармонисты так зажигательно исполняли всеми любимые мелодии, что бабушки с большим удовольствием подпевали им, а самые веселые и вовсе пустились в пляс.

Не менее запоминающимся событием стало проведение мероприятия «Святочные истории». Оно проводилось в краеведческом музее с. Устье. Работники музея рассказали о традициях празднования святок и об интересных гаданиях, провели игровую программу. В теплой, дружеской обстановке пообщались старшее и молодое поколения, обменялись впечатлениями, мнениями.

Анализируя отзывы участников проекта, можно сделать вывод, что проект реализован успешно. Его участниками стали 30 граждан пожилого возраста и 33 ребёнка, что несколько превысило запланированный показатель. Увеличение числа участников свидетельствует о том, что предлагаемые проектом мероприятия востребованы, а взятый КЦСОН курс на организацию разносторонней досуговой деятельности верен – сотрудники Центра планируют и дальше проводить мероприятия, расширяющие кругозор и круг общения людей старшего поколения и детей. ■



«Жить не старея»

КРАТКАЯ СПРАВКА

Руководитель проекта:

Зинаида Константиновна Бакулина.

Цель проекта: социальная реабилитация клиентов муниципального бюджетного учреждения социального обслуживания «Дом-интернат для престарелых и инвалидов» путем организации социокультурной деятельности на основе традиционной народной культуры.

Территория: г. Вологда, Вологодская область.

Сумма гранта: 100 000 рублей.

Длительность проекта: 5 месяцев.

Исполнитель: Бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей Вологодской области «Вологодский областной детско-юношеский центр традиционной народной культуры»

На средства гранта приобретено оборудование для фиксации и тиражирования собранного материала, сценическая обувь, ткань для изготовления костюмов (бязь, лён), балалайка, изготовлен макет сборника.

В проекте принимали участие: пенсионеры – клиенты Дома-интерната – 40 человек, волонтеры из числа детей – учащихся Вологодского областного детско-юношеского центра традиционной народной культуры – 40 человек, волонтеры из числа сотрудников Дома-интерната и педагогов Центра – 15 человек.

Дорогою добра

Одной из форм проявления заботы государства о престарелых гражданах является создание в стране специальных учреждений, предназначенных для жизни в них пожилых и нетрудоспособных людей, каковым является «Дом-интернат для престарелых и инвалидов» г. Вологды. В Доме-интернате создаются все условия для жизнедеятельности клиентов в соответствии с государственными стандартами оказания социальной помощи людям пожилого возраста и инвалидам в условиях стационарного учреждения. Однако, проживание людей в домах-интернатах порождает некоторые негативные последствия, среди которых: монотонный образ жизни, ограниченность связей с внешним миром, бедность впечатлений, недостаточность жизненного пространства, зависимость от обслуживающего персонала и регламентированность деятельности социального учреждения.



Для преодоления этих последствий в рамках проекта «Жить не старея» была организована социальная реабилитация клиентов Дома-интерната путём организации социокультурной деятельности на основе традиционной народной культуры.

В рамках проекта прошли творческие встречи «Связь поколений», лекторий по народным праздникам, мастер-классы по народным ремёслам, кинолектории и сеансы музыкотерапии, святочные посиделки и другие мероприятия.

Важное направление реализации проекта – проведение фольклорно-этнографической экспедиции педагогами и воспитанниками Вологодского областного детско-юношеского центра традиционной народной культуры. В Доме-интернате были организованы индивидуальные сеансы с народными исполнителями. Было опрошено 23 информанта. Беседы фиксировались на диктофон и видеокамеру. Полученные материалы в дальнейшем были переформатированы в статьи.

Результатом экспедиционной работы и кульминацией проекта стало издание сборника «Древо жизни», посвященного празднованию 70-летней годовщины Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов. В нём собраны материалы по воспоминаниям жителей Дома-интерната о традициях и обрядах Вологодской области, о трудном детстве в годы Великой Отечественной войны. По словам Максима Андреевича Выдрова, исполнительного директора Вологодской городской организации общероссийской общественной организации «Всероссийское Общество инвалидов»: *«Издание сборника – это огромное событие в жизни клиентов Дома-интерната, которые вместе с детьми вспомнили свое прошлое. Но эта книга – не менее важное событие и для молодежи: той, которая собирала материалы, и той, которая будет его читать. Было бы здорово, чтобы такие книги изучались в школе в рамках факультатива или кружка, чтобы подрастающее поколение могло узнавать свою историю по рассказам конкретных людей».*

Работа по реализации проекта позволила достигнуть значительных результатов в социокультурной реабилитации жителей Дома-интерната, преодолении их социальной изоляции. Пожилые люди стали более активны, улучшилось их психоэмоциональное состояние, настроение, самочувствие. Проект способствовал актуализации жизненного опыта пожилых людей, реализации их духовного и творческого потенциала.

По профессиональной оценке, данной директором Дома-интерната для престарелых и инвалидов Михаилом Михайловичем Петранцовым, одним из важнейших результатов проекта является формирование устойчивых межпоколенческих связей в системе «носители народных традиций – дети – подростки – молодёжь». Благодаря участию в реализации проекта дети приобрели новые ценностные ориентиры, коммуникативные навыки, навыки исследовательской деятельности.

«Все дети должны обязательно побывать в таких учреждениях, как этот Дом-интернат. Это один из путей воспитания в наших детях нравственности и сострадания – того, что мы утрачиваем в современной жизни», – считает Людмила Едошина, мама третьеклассника – участника проекта. ■

**КРАТКАЯ СПРАВКА****Руководитель проекта:**

Валентина Николаевна Погожева.

Цель проекта: предотвращение одиночества людей старшего поколения, повышение их значимости в обществе через непосредственное участие в сохранении и передаче народной традиции Тарногской земли младшим поколениям.

Территория: с. Тарногский Городок, Тарногский район, Вологодская область

Сумма гранта: 98 223 рубля.

Длительность проекта:

4 месяца.

Исполнитель: Вологодское региональное патриотическое общественное движение «Деревня – душа России» в партнёрстве с Фондом развития малых городов и сёл «Земля Вологодская»

«Бабушкины вечёрки»

На средства гранта были куплены русская прялка, швейная машинка, приобретена цифровая техника для создания видеоистории проекта. В проекте принимали участие: пенсионеры – 480 человек; школьники – 270 человек; работающее население – 80 человек и волонтеры – 28 человек.

Проект «Бабушкины вечёрки» способствует успешной адаптации пожилых людей в новых жизненных обстоятельствах, сохранению жизненной активности, даст возможность ощутить себя полезными обществу. Кроме того, решая проблемы пожилых людей, одновременно решаются задачи, касающиеся всех жителей Тарногского района: сохранение традиционной культуры Тарногской земли оказывает огромное влияние на возрождение деревни, будет способствовать укреплению связей между поколениями, получат новую жизнь народные промыслы, окрепнут духовно-нравственные устои.



Хранители традиций из глубинки

На северо-востоке Вологодской области располагается самобытный уголок – Тарногский район, сумевший сохранить до настоящего времени локальные обычаи и традиции, крестьянский уклад жизни, деревенский говор, «довгие писни», «игры» (пляски), круговые и рядовые хороводы. Здесь ещё по старинке собираются на «братчины» и поют застольные песни и частушки под тальянку и гармошку, угощаются настоящей деревенской едой со своего огорода, хлеба или ближнего леса, а домашние животные не считаются зоопарковой живностью. Традиционный костюм здесь до сих пор не только хранится в сундуках, но некоторыми даже носится.

«В большинстве своём участниками фольклорных коллективов Тарногского района являются люди пожилого возраста. Их регулярно собирают на репетиции и два раза в год вывозят на районное мероприятие в форме концерта или на районный съезжий праздник. Сельские дома культуры организуют концерты с их участием, – говорит автор проекта «Бабушкины вечёрки» Валентина Погожева. – Мы же решили идти по другому пути – проводить мероприятия для участников фольклорных коллективов. В основу взяли форму перегащиваний, как это было в традиции.»

Мероприятия, реализованные в рамках проекта, связаны с праздниками народного календаря, которые позволяют обратиться к различным образцам народного творчества, музыкальному и игровому фольклору, устному народному творчеству, ремесленным традициям. В числе наиболее ярких и интересных участники проекта отметили Михайловскую братчину, семинар по традиционной культуре на базе фольклорного коллектива «Озерчанки», вечерину «Спиридон – Солнцеворот. Начало древних Святков», Святочные вечеринки, «Крещенские гуляния» у родника Святого Агапита и др.

Всего же за 4 месяца реализации проекта состоялось 27 различных мероприятий – посиделок, вечеринок, бесед, игрищ, совместных мастер-классов по рукоделию, конкурсов, концертов, праздников, тематических вечеров, вечеринок, дискуссий... И всё это с использованием различных методических разработок, материалов этнографических экспедиций, архивных видео- и аудиозаписей, научной литературы по этнографии, фольклору, краеведению, этномузыкологии.



Толстоброва Феоктиста Михайловна, 90 лет, так оценивает проект: *«Радостно от того, что кому-то ещё нужны наши песни, наши праздничные сарафаны, вышитые исподки. Мы-то ведь раньше всё перенимали от мам и бабушек – это теперь уж мало кому интересно...»* Ей вторит Головина Калиста Васильевна, 79 лет: *«Думала, уж и рукоделия в руки не возьму боле, а посмотрела на других, так и захотелось! Носков вот навязала, да салфетку вывязала. Плясать-то уж не пляшу. Пока другие на вечерине пляшут, я вяжу да вяжу – на людях-то интереснее, дома так у телевизора бы просидела. Спасибо большое».*

Реализация проекта позволила укрепить дружественные и творческие связи между коллективами и их участниками, способствовала успешной адаптации пожилых людей в новых жизненных обстоятельствах, сохранению жизненной активности, дала возможность ощутить себя полезными обществу через непосредственное участие в сохранении и передаче народной традиции Тарногской земли младшим поколениям. Молодые участники проекта смогли приобщиться к истокам народной культуры края и осознали важность бережного к ней отношения. Кроме того, реализованный проект способствовал сохранению традиционной народной культуры Тарногской земли, что, в свою очередь, непосредственно влияет на процесс возрождения деревни, способствует укреплению связей между поколениями и духовно-нравственных устоев.

По окончании периода грантового финансирования, основываясь на многочисленных просьбах участников проекта, Фонд развития малых городов и сёл «Земля Вологодская» совместно с Вологодским региональным патриотическим общественным движением «Деревня – душа России» продолжил деятельность по проекту, запланировав регулярное проведение мероприятий для участников всех возрастов.

«Проект должен действовать – это эффективный путь формирования навыков межличностного общения. Участие в подобных мероприятиях даёт возможность практического освоения традиций своей местности через всевозможные способы их трансляции», – считает директор Фонда «Земля Вологодская» Марина Валерьевна Кудряшова. ■



«Развитие добровольческого движения среди пенсионеров города Вологды»

КРАТКАЯ СПРАВКА

Руководитель проекта:

Татьяна Васильевна Макарова.

Цель проекта: повышение качества жизни пожилых людей, развитие самостоятельности, самоорганизации пенсионеров для решения ими собственных проблем и их привлечения к участию в общественной жизни.

Территория: г. Вологда,
Вологодская область.

Сумма гранта: 99 000 рублей.

Длительность проекта:
8 месяцев.

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение социального обслуживания «Комплексный центр социального обслуживания населения г. Вологды»

На средства гранта были приобретены обучающие видеофильмы и проектор для подготовки волонтеров из числа пенсионеров, закуплены расходные материалы для арт-терапии.

В проекте принимали участие: пенсионеры – 150 человек, добровольные помощники (экспериментальные группы проекта) – 95 человек, специалисты учреждения – граждане среднего возраста – 10 человек.

На базе КЦСОН г. Вологды были созданы условия для социализации и адаптации пожилых людей к условиям современного мира, их интеграции в социум путем получения определенного набора знаний, приёмов и навыков, и использования полученных компетенций не только для решения собственных социальных проблем, но и проблем других людей пожилого и старческого возраста. Сформированы группы добровольных помощников, осуществляющих свою деятельность в различных направлениях: уход на дому, организация взаимопомощи для пожилых людей, переживающих тяжелую утрату; участие в общественной жизни города (в общегородских проектах «Семь чудес цвета», «Вологодчина против домашнего насилия», «Забота»).



Списанный материал или золотой резерв?

Сотрудникам Комплексного центра социального обслуживания населения г. Вологды часто приходится решать различные проблемы пожилых людей. Большинство этих проблем связано с нарушением взаимодействия с социумом, вытеснением, а порой и полным исключением из общественной жизни. При этом многие пенсионеры обладают богатым житейским и профессиональным опытом, активной гражданской позицией, сохраняют свой жизненный потенциал. Такие пожилые люди могут вносить огромный вклад в развитие общества, участвуя в добровольческой деятельности, – уверены в Центре. Для этого требуется лишь определенная подготовка и стимулирование участия.

Основные мероприятия при организации добровольческого движения среди пожилых людей были направлены на реализацию собственного потенциала членов группы, расширение круга межличностных контактов. Создание службы добровольных помощников сопровождалось непрерывным процессом обучения под руководством специалистов – психологов и медиков Центра. Были организованы специальные курсы по формированию навыков работы в коллективе и эффективному общению, обучению способам оказания психологической поддержки и разрешения конфликтных ситуаций, повышению собственной компетентности в различных вопросах. Новые знания были необходимы для решения социальных проблем пожилых людей, в том числе сохранения здоровья – активного долголетия.

Один из применённых методов повышения активности пожилых людей – развитие и укрепление межпоколенных взаимоотношений. Среди пенсионеров-добровольцев Центра оказались люди, обладающие неоценимыми профессиональными знаниями и опытом: бывшие учителя, участники художественной самодеятельности, народные умельцы и т.д. Все они стали наставниками и помощниками для школьников: вместе с ними готовили уроки, обучали народным промыслам, организовывали тематические вечера по истории родного края, отмечали государственные и церковные праздники.

Все участники проекта активно освоили выбранные ими роли добровольных помощников. Так, одна группа добровольцев была обучена уходу на дому за престарелыми и инвалидами. Причём в эту группу вошли пожилые люди, проживающие в специальных домах для одиноких престарелых, и из них был сформирован отряд волонтеров для оказания социальных услуг живущим по соседству.

Участники проекта, получившие знания по здоровому образу жизни, не только успешно делятся ими, но и организовали для пенсионеров города бесплатные занятия по суставной и дыхательной гимнастике. К добровольному помощнику Догадаевой В.Я. два раза в неделю приходят на занятия до 50-ти пенсионеров города. Волонтер Загоскина Г.Г. проводит тренировки в мини-тренажёрных залах, оборудованных в специальных домах для одиноких престарелых, и занятия по дыхательной гимнастике, которой с удовольствием занимаются более 20 человек пожилого возраста. Чистякова Г.В. проводит мастер-классы и уроки с пенсионерами города, направленные на вовлечение пожилых людей в различные виды художественного и прикладного творчества.



Опора на добровольцев из числа пенсионеров позволила успешно решить задачу по созданию благоприятной атмосферы для граждан, проживающих в специальном доме для одиноких престарелых. В ходе проекта обитатели этого дома не только прошли курс занятий по адаптации и социализации с психологами, но и получили реальные возможности для разностороннего проявления активности личности благодаря добровольным помощникам. Последние приложили немало усилий, чтобы убедить отчаявшихся и «одичавших» жителей специального дома для одиноких престарелых в том, что собственное здоровье человека и здоровье окружающих являются величайшей ценностью, и что в любом возрасте необходимо вести здоровый образ жизни. Правильный выбор занятий в сфере досуга и отдыха создал положительные эмоции и позитивный настрой у пожилых жильцов этого дома, что избавило их от гнета одиночества. В то же время, организованные добровольными помощниками кружки и курсы по интересам (вязание, изготовление различных поделок, изучение основ православной культуры, искусства и др.) позволили решить ещё одну важную проблему людей пожилого возраста – наладить процесс их общения. Это, в свою очередь, привело к расширению границ межличностного взаимодействия и повлекло за собой изменение отношения к себе, к окружению, к старости.

Анализируя результаты проекта, можно отметить, что новое амплуа добровольных помощников позволило стимулировать личную и общественную активность пожилых людей, подтолкнуло их к формированию компетентности в решении жизненных проблем в условиях современного общества. По итогам реализации проекта, повысился уровень эмоционального комфорта и улучшилось социальное положение как самих добровольцев, так и их подопечных. Проект позволил расширить пространство их жизненных интересов, вовлечь в полноценную деятельность, повысить качество жизни, создать реальные предпосылки для активного долголетия.

Дальнейшее развитие деятельности добровольных помощников получила в областном проекте «Команда Губернатора: Мы вместе!», суть которого – в выявлении и обсуждении наиболее эффективных механизмов сотрудничества граждан, органов государственной власти и местного самоуправления в вопросах социально-экономического развития территорий. Добровольные помощники, включившиеся в этот проект, были награждены сертификатами за активную жизненную позицию и личный вклад в разработку и продвижение инициатив, направленных на развитие Вологодской области. ■

**КРАТКАЯ СПРАВКА****Руководитель проекта:**

Елена Владимировна Шаньгина.

Цель проекта: повышение социальной коммуникации и социальной активности пожилых людей, а также уровня социализации воспитанников детского дома, через организацию их совместной досуговой деятельности.

Территория: г. Череповец, Череповецкий район, Вологодская область.

Сумма гранта: 99 924,85 рублей.

Длительность проекта: 8 месяцев.

Исполнитель: Муниципальное бюджетное образовательное учреждение для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (законных представителей) «Детский дом № 8»

«Связь поколений»

На средства гранта были приобретены расходные материалы для мастер-классов и спортивный инвентарь, организованы встречи воспитанников детского дома и ветеранов, проведены мероприятия, в том числе и выездные, изготовлены памятные фотографии.

В проекте принимали участие: пенсионеры, ветераны – 27 человек; воспитанники детского дома (группа волонтеров) – 15 человек; воспитанники (молодёжь) – 10 человек; педагоги и работники МБОУ «Детский дом №8» – 10 человек.

На базе детского дома инициативная группа педагогов решила соединить одинокие сердца. Но речь идет вовсе не о романтических парах! Бабушки и дедушки проекта принимают участие в воспитании новой порции «внуков», помогают им научиться полезным бытовым навыкам и развивать творческие способности. Дети же, в свою очередь, тоже имеют, чему поучить пожилых людей на творческих занятиях и в компьютерном классе. Совместными усилиями участники проекта создают сборник воспоминаний «Как молоды мы были».



Связанные душевным теплом, или сохранить связь поколений можно

С 1-го сентября 2014 года в МБОУ «Детский дом №8» города Череповца стартовал проект «Связь поколений», цель которого – повысить уровень социализации и социальной активности двух совершенно разных целевых групп – пожилых людей и воспитанников детского дома. Посмотрим, что из этого получилось и можно ли связать душевным теплом два далеко стоящих друг от друга поколения.

Детский дом №8 начинал далеко не с нуля. Учреждение с 2012 года продуктивно сотрудничает с Клубом ветеранов «Маски». Совместная работа сводилась преимущественно к организации военно-патриотических мероприятий.

«Постепенно это стало традиционным, и захотелось чего-то новенького, – рассказывает руководитель проекта «Связь поколений», воспитатель Елена Шаньгина. – Совместно с детьми и членами Клуба мы пришли к выводу, что нашим воспитанникам нужно попробовать себя в более значимых ролях, а нашим ветеранам будет приятно внимание детей».

Так родился проект, по замыслу которого дети и пожилые люди учат и учатся друг у друга. В результате совместных усилий были организованы кружки «Рукоделие», «Хозяюшка» и «Компьютерный класс». Кто обучал компьютерной грамотности – ясно, а вот рецептами приготовления блюд и техниками рукоделия обменивались взаимно, равно как и организовывали праздники. Значимой частью проекта стало издание сборника воспоминаний ветеранов «Как молоды мы были». В социальной сети «ВКонтакте» участники проекта создали группу «Связь поколений», в которой они до сих пор делятся личными впечатлениями, смотрят фотографии и обсуждают проведённые мероприятия. Сейчас в группе 75 участников, причём в их числе – ветераны с ограниченными возможностями здоровья, которые находятся дома и общаться могут только через Интернет.

В ходе занятий в кружке «Компьютерный класс» ветераны развивали умение набирать текст, работать с фотоматериалами, а ребята помогали им в наборе текста для сборника «Как молоды мы были» и его макетировании. Детям удалось убедить ветеранов представить в сборник не только рассказы о своей молодости, радостных и горестных событиях жизни, но и стихи собственного сочинения. В результате данное издание стало отличным подарком ветеранам к 70-летию Великой Победы. В феврале сборник был представлен в библиотеки города, школы, молодёжные организации, а также в Центр хранения информации г. Череповца.

Высокая активность пенсионеров проявилась на занятиях кружка «Рукоделие». Участники сами выбирали тему следующего занятия. В результате ими были освоены техники плетения из газетных трубочек, гильоширования, квиллинга, оригами. Кружок не только развил новые навыки у пожилых людей, но и дал возможность воспитанникам детского дома проявить себя: занимаясь данными техниками несколько лет, ребята смогли показать своё мастерство и даже повысить его при обучении ветеранов. На каждом занятии участники получали печатные материалы с поэтапным созданием той или иной поделки. С помощью этих материалов ветераны могут и дальше самостоятельно создавать замечательные изделия и дарить их друзьям. Результатом работы по данному направлению стала выставка работ «Сами своими руками».

Узнав о проекте, Муниципальное бюджетное учреждение «Комплексный центр социального обслуживания населения «Забота» в лице директора Токаревой Елены Владимировны обратилось к руководству Детского дома с просьбой организовывать выездные занятия по ручному труду на базе центра для людей пожилого возраста. Отныне в рамках договора о взаимодействии воспитанники под руководством педагога кружка обучают пенсионеров Центра «Забота» разным видам прикладного творчества.

С большим удовольствием ветераны и дети учились готовить простые, вкусные и недорогие в приготовлении блюда в клубе «Хозяюшка». На каждом занятии обязательно проводилась дегустация приготовленного блюда, а во время общения наблюдалась самая доброжелательная домашняя атмосфера. Темы для обсуждения касались как личной жизни ветеранов и воспитанников, так и обсуждения городских новостей, политики и экономики. Воспитанникам детского дома крайне важны такие встречи, поскольку они зачастую не способны самостоятельно разобраться в общественных противоречиях. Дети прислушиваются к обсуждению ветеранами цен в магазинах, оплате коммунальных услуг и т.д. Результат этих встреч – создание альбома «Вкусно и полезно» с пошаговой инструкцией по приготовлению блюд, сопровождающейся фотографиями.

Проводились совместные мероприятия ветеранов с воспитанниками детского дома к праздникам и не только: День пожилого человека, «Берегите женщин», День Матери, «День Памяти», «Экскурсия по городу», «Новогодний серпантин» и другие.

Проект позволил многим пенсионерам проявить себя в роли наставников. Так, Тихомиров Александр Александрович обучал ребят игре в настольный теннис, а также игре «Русские шашки». Спортивные мероприятия вызывают особый интерес у детей. Ребята с нетерпением ждут встреч с интересным, замечательным человеком, который учит основам и правилам проведения спортивных игр, воспитывает у ребят чувства справедливости, честности, порядочности. Именно те качества личности, которых так не хватает современному подростку.

Яковлева Дина Александровна проводила занятия по рисованию на тему «Мезенская роспись». К удивлению педагога Дины Александровны, все ученики быстро освоили материал.

По инициативе ветеранов проведено несколько мероприятий: литературно-музыкальная гостиная «Букет», посвящённая поэзии Николая Рубцова, театрально-игровая программа «Святки» и многое другое. По итогам проекта проведено 15 незапланированных мероприятий.

Участники проекта делятся впечатлениями:

Морева Галина Александровна: *«Не ожидала, что встречи с детьми могут принести столько положительных эмоций. Проходит несколько дней после занятия в клубе «Хозяюшка», а я уже скучаю по ребятам».*

Тихомиров Александр Александрович: *«Для себя я решил, что моя помощь этим детям необходима, особенно подросткам. Лучше пускай они со мной в теннис играют, чем гуляют по подъездам и улицам вечерами. Мне очень приятно наблюдать, что подрастающее поколение следит за новостями спорта, переживает за российские команды в соревнованиях».*

Широкова Нина Николаевна: *«Что могут передать бабушки и дедушки своим внукам – пусть не по родству, а по возрасту? Многое! Мы жизнь прожили, и это важно. Но точно так же важно воспитанникам детского дома помогать ветеранам и знать больше о жизни».*

В рамках проекта «Связь поколений» дети, оставшиеся без родителей, и пожилые люди из клуба ветеранов «Сохраним славу России» смогли найти друг друга. Такая совместная деятельность помогла сблизить ценностные ориентации молодёжи и старшего поколения, подтолкнуть духовное развитие детей.

По словам Елены Шаньгиной, руководителя проекта: *«Продолжать работу мы наеемся и дальше. До конца учебного года уже запланированы мероприятия ко всем праздникам и памятным датам. Мы будем искать поддержку со стороны городских организаций для проведения системной работы, продолжать сотрудничество с Центром «Забота». Как бы мы ни устали в ходе реализации проекта, поскольку нам, его инициаторам – простым воспитателям детского дома – пришлось тяжело в плане финансовых вопросов, но мы самообразовывались и желаем дальше участвовать в грантовых конкурсах».*

Проектом «Связь поколений» Детский дом №8 доказал, что общение представителей старшего поколения и юных воспитанников интерната может быть интересным и содержательным, если этого захотеть. ■

**КРАТКАЯ СПРАВКА****Руководитель проекта:**

Елена Борисовна Куценко.

Цель проекта: стимулировать жизненную и общественную активность пожилых людей; содействовать в образовании и переобучении граждан пожилого возраста.

Территория: г. Череповец, Череповецкий район, Вологодская область.

Сумма гранта: 92 670 рублей.

Длительность проекта: 9 месяцев.

Исполнитель: Бюджетное образовательное учреждение среднего профессионального образования «Череповецкий технологический техникум»»

«Университет Активного поколения»

На средства гранта были организованы занятия по направлениям: физкультура, декоративно-прикладное творчество, компьютерная грамотность – и закуплены необходимые материалы для занятий и спортивный инвентарь.

В проекте принимали участие: пенсионеры – 87 человек, педагогические работники техникума – 10 человек и 23 волонтера.

Информатика, спорт, интерьер – как современно, актуально и модно! Никому сейчас не нужно доказывать важность ведения здорового образа жизни, владения информационными технологиями и обладания эстетическим вкусом. Но как развить эти способности людям пенсионного возраста? Ведь на это требуются не только силы и время, но и немалые деньги. Вопросом социальной и профессиональной адаптации пожилых озадачились в Череповецком технологическом техникуме.



Разные поколения или чему мы можем научиться друг от друга?

Творческая команда педагогических работников техникума в первые летние дни отдыха узнала, что их идея получила одобрение и финансирование от Фонда Елены и Геннадия Тимченко, и теперь проекту «Университет Активного поколения» быть в Череповце. Как всё начиналось, рассказывают координаторы проекта – Елена Куценко, Лидия Ламанова и Надежда Белова:

В преддверии нового учебного года, как раз после летнего отпуска, мы начали думать над вопросами: «А как же наш Университет будет работать? Какие нам нужны кадры? Какая материальная база нам потребуется?». И первое, что мы сделали – это проанализировали вопрос, касающийся кадров. Мы поняли, что направления «Информатика» и «Прикладное творчество» мы можем реализовать силами творческих и высококвалифицированных преподавателей техникума, а вот специалиста по физической культуре оздоровительного характера нам пришлось поискать. Но удача нам улыбнулась: откликнулась председатель Методического Совета учителей физической культуры Ольнова Ирина Валентиновна.

Затем мы занялись привлечением будущих «студентов» в наш «Университет». Для этого нам пришлось изготовить приглашительные и провести встречи с представителями городского совета ветеранов и предприятия ОАО «Северсталь», а также с прихожанами воскресной школы храма Рождества Христова. И вновь всё получилось – наши приглашения быстро разошлись в руки тех, для кого и был разработан проект. И уже 25 сентября 2014 года мы все впервые встретились на установочном семинаре, чтобы познакомить будущих «студентов» с программой и графиком обучения.

Ура! Люди откликнулись, заинтересовались, преподаватели есть. Но при обсуждении программ курсов выяснилось, что работать с людьми, давно закончившими своё профессиональное образование, одному преподавателю трудно, а мы в смете учли только оплату труда педагогов. Тогда мы решили найти добровольных помощников из числа студентов техникума. За опытом организации волонтерской работы мы обратились в Вологодское региональное отделение Межрегионального молодёжного общественного движения «Ассоциация АВАРД». Для педагогических работников и студентов техникума были организованы и проведены обучающие семинары «Развитие сетевого взаимодействия через проектную и волонтерскую деятельность» и «Технология разработки проектов по волонтерской деятельности». Удача нам вновь благоволила – студенты тоже заинтересовались нашим «Университетом» и с готовностью записались в волонтеры. Они вместе с преподавателями после своих уроков оставались на занятия «Университета» и помогали людям пенсионного возраста осваивать азы информационных технологий, ведения здорового образа жизни и прикладного творчества для интерьера дома.

Для того чтобы приступить к уже поставленным в расписание занятиям, оставалось приобрести материалы и оборудование. Пришлось немало потрудиться, чтобы найти качественный и недорогой спортивный инвентарь. Расходные материалы для декоративно-прикладного направления мы отбирали вместе с будущим преподавателем. Ещё с одной серьёзной проблемой мы столкнулись из-за случившегося экономического кризиса: смета проекта составлялась в мае, а в октябре цены кардинально изменились. Приятно было, что представители фирм и магазинов, узнав о цели приобретения, шли нам на встречу, делали скидки. Новая уточненная смета была одобрена в Благотворительном Фонде «Гарант». И вот всё необходимое к началу занятий было готово.

Уже с первой встречи стало понятно, что занятия в «Университете» дают не только полезные знания, но и множество положительных эмоций. Группы не просто сформировались, а объединились общими интересами. Общение между людьми разных поколений дало свои результаты. Подтверждением значимости и успешности проекта являются отзывы его участников:

Белова Татьяна Сергеевна, 61 год: *«Выход на пенсию – это совсем не повод забыть о своем теле, а наоборот, дополнительное время для занятий спортом. Занятия не только улучшают моё самочувствие, но и дают хорошее настроение. Спорт вдохновляет меня на действия и помогает не вешать нос... Занятия проходят под руководством опытного тренера, который уделяет внимание каждому занимающемуся. Для занятий предоставляется соответствующее спортивное снаряжение. Зал, в котором проходят занятия, оборудован зеркалами. Спасибо организаторам занятий».*

Миронова Валентина Семеновна, 73 года: *«Мне 73 года, я очень хотела научиться сама работать на компьютере, чтобы самостоятельно включать его и разговаривать по скайпу с внуками и даже правнуками, которые живут очень далеко от меня. Моя дочь очень занята, и я не хочу зависеть от нее. Записавшись на курс «Информатика», я переживала, что у преподавателя не хватит терпения работать со мной. Но оказалось, что молодые люди (Миранья Александровна и студентки-девушки) такие милые и добрые. Теперь я не боюсь включать компьютер и скоро смогу удивить дочь. Пока прошло 3 занятия, но я уже могу печатать (правда, медленно). Спасибо всем за хорошее дело».*

Додина Татьяна Михайловна (68 лет), Никитина Татьяна Ивановна (55 лет), Егай Антонина Ивановна (60 лет): *«Большое спасибо Светлане Викторовне Преснухиной (декоративно-прикладное творчество). Занятия проходили очень увлекательно, максимум творчества. Много узнали впервые. Хочется еще чему-то поучиться, чтобы украшать нашу жизнь. С уважением...»*

Своё ответное слово высказали и волонтеры проекта. Так, студентка Вика Купреева делится: *«У меня есть бабушка. У нас с ней тёплые доверительные отношения. Она меня понимает, заботится обо мне, учит. И когда мне предложили помочь пенсионерам в обучении декоративно-прикладному и компьютерному делу, я с удовольствием согласилась помочь. Современные молодые люди не очень любят учиться, а тут бабули и дедули, прожив немало лет, стремятся узнать ещё больше, познать наш современный мир, и нам стоит об этом задуматься».*

Бойкова Надя, 19 лет (волонтер): *«Часто при встрече с пожилыми людьми в обыденной жизни можно заметить хмурость на их лицах, недовольство. Меня всегда печалили их высказывания: «У нас такого не было», «Молодежь стала распущенной, эгоистичной, кругом разврат, безграмотность, деградация!». И чтобы доказать, а точнее – показать людям пожилого возраста, что это не так, я решила быть волонтером проекта. И, конечно, не пожалела! На курсы пришли открытые, позитивные, светлые, добрые, умные люди. Общение с ними дает нереальное количество позитивных эмоций. Удивляет то, что они очень целеустремленные, серьезно подходят к урокам, делают контрольные задания не по одному разу, чтобы хорошо закрепить материал. Нам стоит многому у них поучиться! Еще очень приятно, что люди умеют искренне благодарить. Блеск в глазах дает об этом знать. Выражаю огромную благодарность тем замечательным людям, которые придумали этот проект и воплотили идею в жизнь».*

Занятия проходили в течение нескольких месяцев, и вот он – долгожданный «Выпускной бал». Самой большой наградой для авторов проекта стали счастливые помолодевшие лица «студентов» Университета и их желание продолжить свое обучение и общение. Поэтому команда педагогических работников техникума ищет возможность продолжить проект и с нового учебного года возобновить набор в «Университет Активного поколения». ■



«Помощь ближнему»

КРАТКАЯ СПРАВКА

Руководитель проекта:

Паридахон Уктамжоновна
Насирова.

Цель проекта: создание эффективной системы общественной взаимопомощи, направленной на вовлечение пожилых людей в общественную деятельность.

Территория: г. Мурманск,
Мурманская область.

Сумма гранта: 100 000 рублей.

Длительность проекта:
4 месяца.

Исполнитель: Мурманская областная общественная организация правовой защиты и социальной помощи выходцам из стран СНГ «Азия»

На средства гранта были проведены 5 семинаров-тренингов для граждан пожилого возраста, направленных на раскрытие потенциала, улучшение коммуникативных навыков, выездные мероприятия проекта.

В проекте принимали участие: пожилые граждане, проживающие в городе Мурманске – 50 человек, волонтеры – 15 человек.

Много проблем, связанных с адаптацией, возникает у приезжих мигрантов из стран СНГ в Мурманскую область, город Мурманск. Приезжая семьями, мигранты вынуждены большую часть времени уделять работе, это связано с необходимостью оплачивать дорогостоящие расходы по оплате аренды квартиры, оплаты расходов, связанных с трудоустройством. Большинство приезжих первое время устраивается на низкооплачиваемую работу. Пожилые люди в таких семьях испытывают много стрессовых ситуаций, находясь в незнакомом городе, рассчитывать на поддержку близких людей практически невозможно. Поэтому адаптация приезжих пожилых граждан занимает намного больше времени. Зачастую в первые месяцы после приезда у мигрантов, столкнувшихся с множеством проблем, возникает негативное отношение к новому месту жительства, желание активно включиться в процессы общественной жизни города.



Ты и я, ты и я, мы с тобой семья...

Социализация пожилых людей становится значимой проблемой для государства. Пожилые люди, имея большой потенциал для развития общественной деятельности, сталкиваются с различными проблемами, связанными с самореализацией, применением своих навыков. Увеличение компьютеризации общественных процессов также является значимой проблемой. Что делать пожилым гражданам, прибывшим после выхода на пенсию в другой город, другую область, другую страну? Как им почувствовать свою необходимость, значимость. Одиночество среди пожилых существенно влияет на их уровень жизни.

Мигранты, приезжая в регион, привозят с собой свою культуру, свои межличностные отношения. Очень часто возникают проблемы общения с жителями Кольского края. Боязнь чужой культуры, нежелание принимать традиции принимающей стороны негативно сказываются на отношениях между людьми. Особенно это сказывается на отношениях с пожилыми гражданами.

Люди преклонного возраста часто критично настроены к приезжающим. Растопить лед недоверия и наладить взаимоотношения между разными организациями стало основой проекта «Помощь ближнему». Участниками проекта стали пожилые граждане, активно включенные в общественную работу, посещающие мероприятия общественных организаций, готовые стать волонтерами.

В рамках проекта были проведены выставка-презентация и 5 тренингов, направленных на раскрытие внутреннего потенциала, улучшение коммуникативных навыков: «Моя жизнь», «Живи в согласии с собой», «Живи в согласии с другими», «Моя семья. Мои корни», «Умею сам и помогу другому». Главной задачей тренингов стала выработка навыка налаживания контакта с людьми, особенно других национальностей. И неслучайно последняя встреча состоялась в создаваемом в Мурманской области «Доме дружбы».

Итогом проекта является то, что у организации «Азия» появились волонтеры. Благодаря их помощи организация сможет проецировать позитивное восприятие человека другой национальности жителям Мурманской области.

Так, Ширко Екатерина поделилась своими впечатлениями: *«Я и не предполагала, что простые психологические занятия могут не только помочь узнать себя, но и познать другого».*

Участники тренингов стали волонтерами организации и в дальнейшем будут оказывать помощь в социализации приезжающих мигрантов. ■

**КРАТКАЯ СПРАВКА****Руководитель проекта:**

Виктор Васильевич Чирков.

Цель проекта: создание необходимых условий для оздоровления и мобилизации физического потенциала организма, вызвать желание изменить образ жизни людей пожилого возраста и желание войти в круг людей, которые активно занимаются спортом, желание преодолеть недуг, исключить эмоционально-застойное депрессивное состояние, которое ведет в тупиковые ситуации, из которых инвалиды по зрению часто не знают выхода.

Территория: г. Мурманск, г. Мончегорск, г. Оленегорск, г. Апатиты, г. Кировск, г. Полярный, г. Кандалакша, п. Ревда, п. Ловозеро, п. Полярные Зори, п. Ковдор, п. Умба, ЗАТО Североморск, ЗАТО Снежногорск.

Сумма гранта: 89 250 рублей.

Длительность проекта: 8 месяцев.

Исполнитель: Мурманское региональное отделение общероссийской общественной организации инвалидов «Всероссийское ордена Трудового Красного знамени общество слепых»

«Невозможное ВОЗМОЖНО»

В ходе реализации проекта были приобретены палки для скандинавской ходьбы и шагомеры. Во всех местных организациях ВОС (филиалы РО ВОС) проводились занятия по скандинавской ходьбе.

В проекте принимали участие: пожилые инвалиды по зрению, проживающие в городах Мурманске, Мончегорске, Оленегорске, п. Ревда, Ловозеро, Апатитах, Кировске, Кандалакше, Полярные Зори, Ковдоре, п. Умба, ЗАТО Североморске, г. Полярном, ЗАТО Снежногорске. Лидеры totally слепых людей – инвалиды по зрению 2 группы инвалидности (имеется остаток зрения). Группорги (общественные работники, инвалиды по зрению) отдаленных групп ВОС п. Умба, Никель, Ловозеро, Ревда и т.д. – 143 человека. Волонтеры (студенты) – 17 человек.

Слепота – это особо тяжелый вид инвалидности. Специалисты регионального отделения ВОС – зрячие люди – решили, в качестве эксперимента, провести один день с повязкой на глазах. Многие из них не смогли пройти такое испытание. И это понятно. Состояние угнетающее, и можно понять, откуда появляется депрессивное состояние, которое лишает воли к действиям, к потере интереса к окружающему, к психологическим стрессам, к заниженной самооценке. К сожалению, один из самых эффективных способов реабилитации таких людей – физическая активность остается низкоуровневым, когда речь идет о пожилых инвалидах по зрению.



Пешком до луны и обратно

Человек, потерявший зрение, растерян и скован от своей беспомощности, утратил способность ориентироваться в пространстве, испытывает затруднения в самообслуживании, быту, не может выполнять свою прежнюю работу. Он, подавленный обрушившимся на него несчастьем, ослепший, не знает, как жить дальше, что делать.

Пространство вокруг инвалида по зрению сужается до размеров его квартиры. Информацию получает только через средства массовой информации: радио и телевидение, и это продолжается всю оставшуюся жизнь, инвалид не выходит из дома, не говоря уже о выезде за пределы города, области, его пугает новая обстановка, он чувствует себя неуверенно, выходя на улицу.

Особое внимание в организации ВОС уделяется людям пожилого возраста, которые составляют 60% от общего количества членов ВОС. В каждом филиале РО ВОС установлен стационарный ручной видеувеличитель, чтобы инвалиды по зрению и просто пожилые люди, имеющие возрастные изменения зрения, могли свободно, без посторонней помощи, прочитать что-либо. Для них проводятся мероприятия средствами культуры и искусства, в которых инвалиды по зрению пожилого возраста с удовольствием принимают участие. Однако, когда спорт для лиц с нарушением зрения в настоящее время стал одним из эффективных и доступных средств в системе их комплексной реабилитации и социальной интеграции, то спортивные мероприятия, физические занятия остаются для пожилых инвалидов по зрению на низком уровне, не в полной мере удовлетворяют их потребностей. Так, в качестве примера: в филиалах РО ВОС созданы группы здоровья, их пять: в Мурманске, Апатитах, ЗАТО Североморске, Мончегорске, Кандалакше. В группах здоровья проводятся занятия: лекции, выезды на туристические базы, прогулки по тропам «здоровья». Иногда на такие мероприятия берут с собой подручный инвентарь, который имеется в филиалах РО ВОС (мячи, трости). Поэтому эффективнее, если бы во время этих прогулок использовались бы скандинавские палки. Этот современный вид спорта по всем параметрам подходит для пожилых как слабовидящих, так и слепых людей. Человек, который совершенно ничего не видит, может активно принимать участие в прогулках и использовать скандинавские палки. Происходит это так же, как в лыжном спорте среди инвалидов по зрению, т.е. незрячий человек передвигается на местности при помощи скандинавских палок, а впереди лидер. А шагомеры информируют инвалидов по зрению о достигнутых результатах. Все это дает стимул к дальнейшим занятиям спортом и приобщение к физическим занятиям остальных пожилых инвалидов по зрению, которые из-за физического недостатка вынуждены большее время проводить в стенах своего дома.



В каждом филиале РО ВОС пожилые люди инвалиды по зрению (по своему желанию и выбору) объединены в группы по 5 человек с лидерами.

Во время ходьбы со скандинавскими палками и просто с шагомером по городу, скверу, парку есть возможность общаться друг с другом.

«Ведь, именно общение друг с другом в преклонном возрасте многое значит – это часть жизни», – считает Надежда Быкова – помощница председателя МРОООО ВОС. – Таким образом, пожилые люди приобщены не только к активному образу жизни, но и каждый день они могут проводить время с единомышленниками. Очень важно в пожилом возрасте не чувствовать себя одиноким».

Применяются скандинавские палки и шагомеры ежедневно: сегодня одна группа из 5 человек, завтра следующая группа. Маршрут утверждается на бюро местной организации ВОС (филиал) и согласовывается с руководителем регионального отделения ВОС (Чирков В.В.). В плане группы здоровья имеют место занятия с инвалидами по зрению отдаленных групп (поселки) и посещение туристической базы.

Во время пеших прогулок предусматривается отдых, во время которого просматривается информация по шагомеру, обсуждается тренировочная ходьба со скандинавскими палками (положительные моменты, недоработки, нарекания и т.д.) и просто общение.

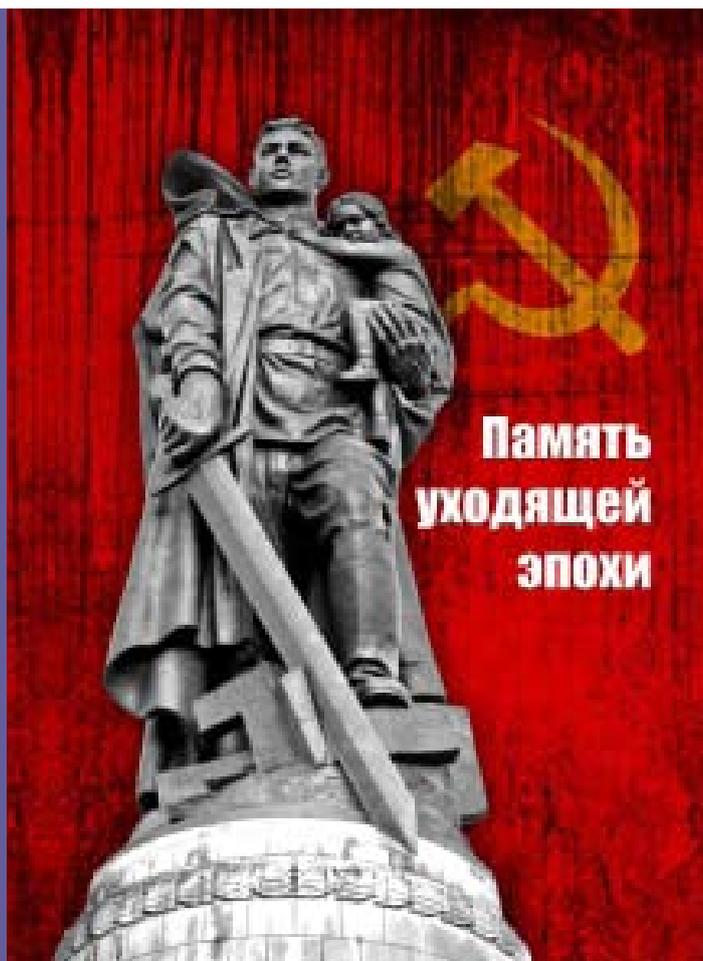
После прогулок пожилые участники мероприятия возвращаются в филиал РО ВОС и продолжают общаться за чашкой чая.

Инвалидам по зрению доставляет удовольствие заниматься скандинавской ходьбой и получать результаты, применив шагомеры.

В дальнейшем скандинавские палки и шагомеры будут использоваться при выездных реабилитационных мероприятиях: на турбазу, в отдаленные группы ВОС (п. Никель, п. Умба, п. Ревда, п. Ловозеро и т.д.), а также для участия в ежегодном спортивном Празднике Севера.

Участница проекта Соловьева Вера Васильевна – инвалид по зрению (60 лет) отметила: *«Я теперь регулярно занимаюсь скандинавской ходьбой независимо от погоды. На занятиях получаю большой заряд энергии на всю неделю. Мы ходим по улицам, скверам города. Прокладываем новые маршруты. Лучше стал досуг. Мы стали более активными. Трудности уходят на второй план. Рады, что участвуем в проекте».*

Реализация проекта дала возможность организации включиться в программу социального туризма. ■



«Память уходящей эпохи»

КРАТКАЯ СПРАВКА

Руководитель проекта:
Александр Михайлович
Розенштейн.

Цель проекта: показать людям старшего возраста их востребованность и необходимость, указать на роль старшего поколения в центральных событиях прошлого столетия.

Территория: г. Кировск, Кировский район, Мурманская область.

Сумма гранта: 99 978 рублей.

Длительность проекта:
8 месяцев.

Исполнитель: Муниципальное автономное учреждение культуры «Кировский городской Дворец культуры»

В ходе реализации проекта было подготовлено издание, которое собрало воспоминания очевидцев событий Великой Отечественной войны, как находившихся в это время в эвакуации, так и оставшихся в г. Кировске (Хибиногорске). На средства гранта был организован сбор воспоминаний очевидцев событий Великой Отечественной войны, издание книги воспоминаний «Детей войны», привлечение общественного внимания к данной тематике.

В проекте принимали участие: члены Кировского отделения Мурманской областной общественной организации «Дети войны» – авторы книги; учащиеся средних и старших классов школ города и учащиеся Хибинского технического колледжа – участники встреч; представители учреждений образования и культуры (школ, библиотек, музеев и т.д.) – организаторы и участники мероприятий; общественные организации и объединения – участники мероприятий. Всего в проекте приняло участие 260 представителей старшего возраста.

В 2015 году наша страна будет отмечать 70-летие со дня Великой Победы. С каждым годом всё меньше и меньше остаётся живых свидетелей тех страшных и великих лет.



Забывать нельзя!

Проект «Память уходящей эпохи» был нацелен на то, чтобы сохранить и передать следующим поколениям воспоминания «Детей войны» – последних свидетелей и участников Великой Отечественной. Многие из них тоже внесли свой вклад в Победу – работая на полях, помогая на фабриках и заводах.

К сожалению, для нынешнего поколения события Великой Отечественной войны становятся несколькими строками из учебника, парадом и праздничным салютом. Современным подросткам сложно понять, через что довелось пройти их бабушкам и дедушкам.

Воспоминания «Детей войны» как раз помогут создать ощущение сопричастности, прикоснуться к эмоциям и чувствам участников событий тех лет.

Для авторов воспоминаний издание книги станет очень значимым и радостным событием. Успеть увидеть фрагмент своей жизни в издании, понять, что ты успел поделиться этим фрагментом с большой аудиторией и передал свой опыт, пусть даже трагический и непростой, следующим поколениям... Это может стать для человека определённым жизненным итогом.

В ходе проекта был обработан материал (тексты, фото), который собирался активом Кировского отделения «Детей войны». Фотографии предоставлялись авторами воспоминаний. Затем книга была напечатана в типографии. Так как издание предназначено не для коммерческой продажи, а для размещения в музеях, библиотеках, образовательных учреждениях, для подарка авторам, для презентации в различных общественных организациях книга печаталась на плотной бумаге с полноцветной обложкой из мелованного картона.

Состоялось несколько презентаций книги в МАУК «Кировский городской Дворец культуры». Презентация книги стала основным событием в ходе реализации проекта. Прошло масштабное мероприятие с приглашением авторов, членов общества «Дети войны», представителей администрации города, руководства предприятий и организаций, представителей других общественных организаций и объединений, представителей образовательных учреждений, библиотек, музеев.

Цикл мероприятий с книгой будет продолжен до мая 2015 года включительно – до 70-летия Победы. Это прежде всего встречи с авторами книги – классные часы, вечера памяти. Выставка, посвящённая 70-летию Победы. В дальнейшем эту выставку можно будет сделать частью экспозиции Краеведческого музея г. Кировска.

В связи с юбилеем Дня Победы в Великой Отечественной войне книга станет одним из важных вкладов в сохранение исторической памяти, связи поколений. ■



«Общественный инспектор серебряного возраста»

КРАТКАЯ СПРАВКА

Руководитель проекта:

Ирина Александровна Фогт.

Цель проекта: подготовить общественных инспекторов для качественного проведения общественного мониторинга.

Территория: г. Мурманск,

Мурманская область

Сумма гранта: 99 899 рублей.

Длительность проекта:

4 месяца.

Исполнитель: Мурманское региональное общественное движение «Конгресс женщин Кольского полуострова»

На средства гранта были организованы и проведены обучающие мероприятия. В проекте принимали участие: представители общественных советов, общественных объединений и Общественной палаты Мурманской области в количестве 100 человек, и волонтеры проекта – 25 человек.

Человеку свойственно контролировать происходящее вокруг. Особенно возрастает тяга к контролю у людей пожилого возраста. Поэтому у граждан вызвал определенный интерес Федеральный закон Российской Федерации от 21 июля 2014 года № 212-ФЗ «Об основах общественного контроля в Российской Федерации». Но как он будет действовать? И кто и что будет контролировать? Для успешной реализации данного закона необходимо подготовить людей, которые могут проводить результативный общественный контроль. Одна из форм общественного контроля – общественный мониторинг (статья 19 настоящего закона). Основным методом общественного контроля – непосредственное наблюдение (например: за продажей лекарств, за исполнением судебных процедур, за наличием или отсутствием пандусов и т.д.). Общественными инспекторами могут и хотят быть люди старшего возраста.



Мы с Тamarой ходим парой. Контролеры мы с Тamarой!

Проведение непосредственного наблюдения не требует от общественного инспектора специальных профессиональных знаний. Однако мало выявить нарушение прав и законных интересов граждан, надо уметь их документировать, доказать наличие этих нарушений и добиться их устранения. Для этого общественный инспектор должен овладеть технологией проведения непосредственного наблюдения.

В составе общественных советов при различных органах власти в большинстве представлены пожилые люди. Они проявляют свою активность во многих общественных организациях. К сожалению, обозначая ту или иную проблему, они не могут быть убедительными, т.к. не имеют достаточных доказательств. В ходе реализации проекта мы научим пожилых людей технологии проведения общественного наблюдения.

Проект привлек пожилых людей с активной жизненной позицией к решению проблем местного сообщества. Способствовал созданию у людей старшего поколения чувства востребованности. В ходе реализации проекта представители общественных советов при органах власти, местного самоуправления, Общественной палаты Мурманской области прошли обучение по организации общественного контроля.

В рамках проекта были проведены обучающие семинары по темам: «Нормативно-правовые основы общественного контроля», «Этика общественного инспектора», «Сферы применения общественного контроля», «Основные технологии общественного контроля. Технологии сбора и фиксации информации в рамках общественного контроля», «Методы обработки и фиксации информации в рамках общественного контроля», «Как добиться позитивной реакции властей и общества на результаты общественного контроля», «Распространение успешных практик общественного контроля», «Подготовка инструментария для проведения протокольного наблюдения. Разработка пошаговой инструкции для проведения наблюдения».

Слушатели познакомились с успешными практиками общественного контроля. Получили инструментарий для проведения протокольного наблюдения. Была разработана пошаговая инструкция для проведения наблюдения. Участники проекта получили знания о том, какими документами могут воспользоваться общественники при проведении контроля, как составить чек – листы для опросов и наблюдений. В ходе проекта были разработаны программы для проведения общественного мониторинга обеспечения бесплатными лекарствами и работы медицинских учреждений.

По мнению участников проекта: они «готовы использовать полученные знания в своей практической деятельности в качестве членов общественных советов».

Общественная палата Мурманской области окажет поддержку инициативам по организации общественного контроля в области.

Реализация данного проекта внесла вклад в создание региональной системы общественного контроля.

Лазурко Раиса, которую на семинаре в январе поздравили с 80-летием, заявила: *«Готова хоть завтра выйти контролером. Особенно меня волнует проблема обеспечения бесплатными лекарствами. Все знания, которые я получила на семинарах, сумею применить в деле.»* ■

**КРАТКАЯ СПРАВКА****Руководитель проекта:**

Станислав Валентинович Мишаков.

Цель проекта: социальная адаптация одиноких граждан пожилого возраста, а также укрепление духовной связи между поколениями через творчество путем создания клуба поколений с привлечением активной молодежи из числа студентов.

Территория: г. Псков, Псковская область.

Сумма гранта: 100 000 рублей.

Длительность проекта: 4 месяца.

Исполнитель: Псковская региональная общественная организация помощи родителям и детям «Семья»

«Клуб Поколений»

На средства гранта было закуплено компьютерное оборудование (ноутбук, проектор и колонки), материалы для мастер-классов, термопот для совместных чаепитий, расходные канцелярские материалы.

В проекте принимали участие: 65 пожилых людей и 45 студентов.

В общепринятом понимании семья – это мама, папа и ребенок. Наша организация, как и многие другие общественные объединения, занимается оказанием помощи семьям с детьми (даже название говорит само за себя). Но почему, популяризируя семейные ценности, мы забываем о тех, кто как никто другой может рассказать и передать эти ценности – о старшем поколении. Так родилась идея.



Клуб Поколений: На старт! Внимание! Марш!

Прежде чем подать заявку на грантовое финансирование проекта «Клуб Поколений», мы заручились поддержкой партнеров. Псковская региональная общественная организация «Псковский областной совет профессиональных союзов» стала нашей базой, выделив помещение и транспорт. Общественная организация с интересом отнеслась к реализации проекта, ведь, как и для нас, для профсоюзов это был первый опыт подобного рода социальных проектов. С поиском целевой аудитории также проблем не возникло: откликнулись на наш призыв Псковское отделение союза пенсионеров и Первичная профсоюзная организация Псковского государственного университета. Первым делом бригада активистов разработала план-график мероприятий, которые изначально были прописаны в проекте. Сложность состояла во времени проведения занятий в Клубе, ведь студенты до вечера на учебе, а представители старшего поколения опасались возвращаться домой в темное время суток.

Отправной точкой проекта явилась презентация, гостями и участниками которой стали более 100 человек. Открытие получилось ярким и запоминающимся: танцевальные и певческие коллективы, открытость и ненавязчивость, уверенность, что мы на правильном пути.

Активисты разослали 28 информационных сообщений и пресс-релизов в местных СМИ и интернет-источниках, 300 информационных буклетов. Так о «Клубе поколений» узнали. В начале февраля поступил звонок из Мурманска. Женщина интересовалась, можно ли ее маме, которая живет в г. Пскове, принять участие в нашем проекте. Все это вызвало доверие к нашей работе и положительно повлияло как на привлечение новых партнеров, так и на продолжение работы с имеющимися. Так, швейная фабрика «Славянка» и организация по пошиву одежды «Велидас» стали постоянными помощниками в обеспечении Клуба тканью.

С конца ноября 2014 года каждую неделю в одном из кабинетов Псковского облсопрофа собирались разновозрастные участники проекта, чтобы вместе обучиться новому виду творчества. Каждую встречу мы пытались направить в русло взаимобмена информацией, сделать ее неслучайной. Так, мастер-класс по графическому дизайну немного «напрягал» своим названием старшее поколение, но целью его стала совместная разработка символа Клуба, варианты которого обсуждались на дискуссионной встрече, а сам символ участники уже изобразили на мастер-классе «Выжигание по дереву». Лепка из полимерной глины, изготовление мягких игрушек, квиллинг, декупаж, роспись акриловыми красками, изготовление кукол-оберегов... все это было. Мы приглашали специалистов на волонтерской основе, но большую часть занятий провели своими силами, показывая, что дорогостоящие материалы для творчества можно заменить и без удара по бюджету, чтобы «творить» в домашних условиях.



Важной составляющей проекта стало и волонтерство, ведь студенты приходили на творческие мастерские и вечера после учебы, в свое личное время. Кроме того, ребята помогали и в организационных моментах (расставляли столы, оказывали помощь в уборке после занятий). А самое главное – помогали и поддерживали старших участников, ведь не все из них обладали умением шить, рисовать или скручивать тонкие полоски бумаги, вырезать маленькие детали. Тут на подмогу приходила молодежь.

Но на первом месте во всех наших вечерних посиделках было общение. Для этого организовывались совместные просмотры кинофильмов, литературные вечера, кулинарные поединки и даже студенческие капустники. Несмотря на насыщенную познавательную программу, одной из важных задач в данных мероприятиях было создание дружественной и непринужденной атмосферы, в которой каждое из поколений свободно общалось на разные темы. Старшие узнавали о занятиях студентов, интересовались их учебной, увлечениями, планами на будущее, а ребята, в свою очередь, с удовольствием слушали истории из жизни бабушек и дедушек.

Старшие и младшие начали понимать друг друга.

Занимался клуб и благотворительностью: 64 мягкие игрушки (котики и слоники), сшитые собственными руками участников Клуба, стали подарком детям из Пушкиногорской школы-интерната к Новому году. А еще 2 больших пакета с игрушками, сладостями и канцелярскими товарами детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, от Союза пенсионеров в рамках благотворительной акции «От чистого сердца своими руками».

На месте Клуб Поколений тоже не сидел. Чтобы поделиться опытом создания подобного Клуба и в других районах, мы организовали 2 выездных акции. Напрасно опасались мы того, как наши бабушки перенесут самую длинную дорогу в 300 километров до г. Великие Луки. Путешествие прошло весело, ведь всю дорогу мы все вместе пели песни старых лет (и никакого радио было не нужно). Мероприятие началось с презентации проекта на базе Молодежного совета профорганизаций города Великие Луки. Среди приглашенных было около 20-ти человек, представителей как молодежи, так и старшего возраста. Кроме самопрезентации, участники проекта смогли сами обучить других людей мастерству, с которым они познакомились на занятиях в Клубе Поколений, а именно, привезли с собой мастер-класс «Выжигание по дереву». Не обошлось и без развлекательных программ: в Великих Луках мы были на экскурсии в музей почты, а в Пушкинских горах совершили удивительную прогулку по заповеднику в селе Михайловское. Итогом наших поездок стало создание Клуба Поколений в Великолукском районе Псковской области (уже создана рабочая группа и намечен план мероприятий).

А 30 января 2015 года состоялась благотворительная выставка-ярмарка проекта «Клуб Поколений ждет продолжений». С 10 утра и до самого вечера на базе Псковского облсовпрофа каждый желающий мог полюбоваться творческими работами участников Клуба Поколений. Чтобы продемонстрировать работу Клуба, и была организована выставка, где были представлены около 200 работ участников в различных техниках. Еще одной задачей мероприятия стал сбор средств для дальнейшей работы. Таким образом, за несколько часов работы благотворительной выставки-ярмарки удалось собрать более 2 000 рублей. Мы поняли, что проект сможет жить дальше, ведь для душевных встреч и «золотых рук» не нужны большие суммы средств.



«Клуб Поколений – очень замечательный проект. Я рад, что побывал в нем. Очень важно заботиться о досуге наших «бабушек». Надеюсь на продолжение проекта. Хотел бы увидеть еще много интересных мастер-классов и экскурсий», – написал в журнале отзывов девятнадцатилетний Саханков Иван, студент ПсковГУ.

«Наши бабушки самые крутые!» – так говорят молодые участники проекта Клуба Поколений. Но так говорят они между собой, а самих участниц серебряного возраста называют «старшим поколением», «мудрым поколением». Ребята поражаются активности, позитивности и различным творческим способностям участниц пенсионного возраста, ведь многие из них дома шьют, вышивают, занимаются рукоделием. После нескольких занятий одна из участниц пригласила к себе в гости тех, кому интересен декупаж, которым она увлекается уже много лет, чтобы передать свой опыт уже лично другим.

Именно активность самих участников мы считаем хорошим результатом деятельности проекта. Все дополнительные мероприятия были проведены по инициативе людей, посещающих занятия Клуба. Обязательно продолжить проект – решение в первую очередь участников (ведь не все из-за сессии смогли попасть на кулинарный поединок). А главное, ребята постепенно берут на себя организаторские функции. По инициативе студентов, к 8 Марта ребята подготовили для старшего поколения подарки – распечатанные на память совместные фото, а также провели целую концертную программу со стихами, песнями и даже дискотеккой.

«Клуб Поколений – это союз, дружный союз студентов ПГУ и слушателей Университета третьего возраста. Нам очень понравилось общаться с молодежью, они помудрели, а мы помолодели. Спасибо организаторам за этот хороший проект!» (Данилова Антонина Петровна, Псковский союз пенсионеров, 81 год).

Продолжение следует... ■



«Бесплатная юридическая помощь для пожилых людей»

КРАТКАЯ СПРАВКА

Руководитель проекта:

Неля Викторовна Лебедева.

Цель проекта: оказание бесплатной юридической помощи пожилым гражданам.

Территория: г. Псков, Псковская область.

Сумма гранта: 100 000 рублей.

Длительность проекта: 8 месяцев.

Исполнитель: Псковское региональное отделение «Ассоциации юристов России»

На средства гранта были организованы: телефонная линия и прием граждан по юридическим вопросам (поддержание телефонной линии и расходные канцелярские материалы для консультаций), проведен круглый стол и лекции.

В проекте принимали участие: в лекциях по проблемным юридическим вопросам приняло участие 200 человек; юристы /адвокаты/ нотариусы – 20 человек, студенты юридических факультетов – 15 человек, очные консультации получили 126 человек, поступивших звонков – более 250.

Пожилые люди в силу возраста и состояния здоровья являются наиболее незащищенной группой населения: они становятся жертвами мошенников (в том числе хищение жилья и денежных средств), не имеют достаточной информации о своих правах и обязанностях, не имеют достаточной возможности защищать свои права и получать достаточную информацию (из-за отсутствия родственников или иных близких людей, из-за отсутствия достаточных денежных средств), не знают, кто и как может им помочь. В рамках проекта пожилые люди смогут обратиться за разъяснением норм гражданского, наследственного, административного, жилищного, семейного, трудового, земельного права, а также по вопросам социального обеспечения.



Юристы для общественного блага

Несмотря на предпринимаемые государством в последние годы усилия, квалифицированная юридическая помощь часто не доступна населению, принадлежащему к социально незащищенным группам. Опыт работы Псковского регионального отделения «Ассоциации юристов России» свидетельствовал о том, что именно пожилые люди часто либо не попадают в льготные категории, либо вопрос, по которому необходима юридическая помощь, не предусмотрен законом. Таким образом, получалось, что по многим вопросам, не оговоренным в законе, пожилые люди вынуждены защищать свои права самостоятельно. Нередки случаи, когда именно пожилые люди реагируют на недобросовестную рекламу и обращением к неквалифицированному «юристу» только усугубляют свое положение. Или сталкиваясь с проблемой правового характера, пожилые люди часто просто не знают к кому обратиться.

Суть проекта состояла в организации работы «горячей линии» для граждан, нуждающихся в юридической помощи и организации постоянных очных консультаций. Так, «горячая линия» для пожилых граждан, нуждающихся в юридической помощи, была доступна для звонков в течение рабочей недели с 9.00 до 18.00. Оператор определял категорию клиента, выяснял у клиента проблему, с которой тот обратился. Если вопрос не требовал предоставления документов, оператор оказывал первичную юридическую консультацию. Если была необходимость изучения документов, прояснения ситуации, то оператор записывал клиента на определенный день и определенное время к специалисту в зависимости от характера обращения. Отметим, что в рамках реализации проекта ставка делалась именно на квалифицированную помощь. Так, к консультированию граждан не привлекались студенты, а только профессиональные юристы, нацеленные на достижение результата. Ещё одна функция, которую выполняла приемная Ассоциации — это «психологическая помощь». Очень часто к нам обращаются люди пожилого возраста, которым нужна не только юридическая помощь, но зачастую и просто человеческое участие, заинтересованность в решении проблемы, психологическая поддержка. Опыт работы регионального отделения показывает, что социальная поддержка пожилого человека в дружеской атмосфере имеет большое значение при оказании юридической помощи.



В результате выполнения проекта нам удалось построить систему координации между пожилыми гражданами, нуждающимися в юридической помощи, и юристами/ адвокатами/ нотариусами, готовыми её оказать. Важным компонентом проекта стало налаженное конструктивное взаимодействие с другими общественными организациями, государственными структурами Псковской области. Это позволило качественно и всесторонне решать проблемы клиентов. При необходимости оператор «горячей линии» связывался с тем или иным государственным органом или общественной организацией, где могли помочь решить вопрос.

Вот что написала в благодарственном письме Ирина Петровна Ефимова, которая обращалась за юридической помощью: *«Несмотря на то, что в Пскове действует множество юридических консультаций, оказывающих помощь населению, качество профессиональной подготовки значительной части специалистов оставляет желать лучшего. Особенно вызывает сомнение отношение адвокатов и юристов, к которым мне пришлось обращаться за последний год – незаинтересованное отношение к клиенту и неоправданно высокая плата за знакомство с общими положениями «Гражданского кодекса РФ», между тем жизнь преподносит ситуации далекие от хрестоматийных, типовых. Благодаря консультации, полученной мною у адвоката Татьяны Владимировны Чернобай, я получила руководство к действию и решению трудной жилищной проблемы. Особенно хочу отметить заинтересованное, искреннее желание помочь мне решить юридическую задачу со многими неизвестными. Спасибо за то, что помогаете отстаивать человеческое достоинство и законные права».*

Ещё одной идеей, реализованной благодаря проекту, стала организация и проведение открытых лекций по наиболее острым юридическим вопросам. Востребованность данной услуги была обусловлена тем, что лекции/ семинары проводили эксперты высоко уровня, практики, которые не только владеют теоретическими знаниями, но и имеют большой практический опыт. Такие мероприятия проходили в интерактивном режиме, участники имели возможность разобрать конкретные личные примеры, получить практические советы, узнать о новеллах законодательства из «первых рук». Партнером в организации лекций стал «Университет третьего возраста», который успешно работает в Пскове уже несколько лет на базе «Союза пенсионеров».



В наше отделение также поступило благодарственное письмо от имени слушателей Университета – вот как они отзываются о лекциях: *«Выражаем искреннюю благодарность от слушателей, посещающих публичные лекции, организованные «Ассоциацией юристов» за интересные, содержательные, поучительные лекции. Как здорово, что здесь мы можем получить ответы на все интересующие нас юридические вопросы. Спасибо организаторам!»* (От имени слушателей: Иванова Нина Александровна, Ломоносова Нина Николаевна, Веселова Нина Григорьевна).

Эта работа будет продолжена и после завершения проекта. Нам уже поступили заявки на проведение подобных мероприятий: в муниципальных библиотеках области и в университете третьего возраста в следующем учебном году.

Проект «Бесплатная юридическая помощь для пожилых людей» получил хорошее информационное освещение. Реализация проекта началась с интервью на областном радио, ход проекта постоянно освещался на сайте организации <http://www.alrf.ru>, в региональных новостных лентах публиковались пресс- и пост-релизы о мероприятиях в рамках проекта, рассылка информации о проекте, анонсы лекций проводились по базам рассылки СО НКО Псковской области, а также по базе рассылки членов организации, которая включает порядка 250 адресов. Кроме того, информацию и анонсы мероприятий размещали на своих сайтах партнерские общественные организации.

Ну и немного статистики – за время проекта обработано более 6000 звонков, юридическую помощь в виде очных консультаций получили порядка 350 человек, проведено 5 лекций, общее количество участников лекций – порядка 200 человек. Изменилась ситуация к лучшему в результате проекта? – Для этих людей, бесспорно, да. ■

Контактная информация:

Благотворительный фонд Елены и Геннадия Тимченко
www.timchenkofoundation.org

Архангельский центр социальных технологий «Гарант» –
Администратор конкурса «Активное поколение»
по Архангельской области
www.ngogarant.ru

