



активное
поколение

Благотворительная программа Фонда Тимченко

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

Архангельская, Мурманская,
Вологодская, Псковская, Воронежская
и Тамбовская области

**ФОНД
ТИМЧЕНКО**

Благотворительный фонд
Елены и Геннадия
Тимченко



Архангельский Центр социальных технологий

2016–2017 гг.

О ПРОГРАММЕ «АКТИВНОЕ ПОКОЛЕНИЕ»

Благотворительная программа «Активное поколение» реализуется с целью содействия активному долголетию жителей России путем влияния на все аспекты качества жизни пожилых людей, включая отношение общества к старшему поколению, адаптированность окружающей среды для людей преклонного возраста, сохранение активного и здорового образа жизни, а также содействия улучшению их морального, физического и психологического состояния через поддержку социальных проектов и гражданских инициатив, направленных на повышение качества жизни и реализацию потенциала граждан старшего поколения.

Программа «Активное поколение» реализуется при финансовой поддержке Благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко, Благотворительного фонда «Люди Севера» и ООО «Фудмаркет».

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

- Выявление и поддержка лидеров местного сообщества, готовых предлагать и реализовывать инициативы по поддержке старшего поколения.
- Повышение качества и доступности социальных услуг, формирование благоприятной среды для жизнедеятельности, социализации и самореализации граждан пожилого возраста.
- Поддержка активности и содействие раскрытию потенциала старшего поколения для развития местного самоуправления и решения проблем местного сообщества.
- Формирование в обществе культуры отношения к пожилым людям как к ресурсу общественного развития.

В 2016 году Программа реализуется через открытый конкурс социальных проектов:

В рамках конкурса поддерживаются проекты, направленные на поиск локальных решений по повышению качества жизни людей старшего поколения на уровне местных сообществ через развитие инициативы и самоорганизации граждан и организаций, а также посредством вовлечения и поддержки активной жизненной позиции самих пожилых граждан. К конкурсу приглашаются все заинтересованные организации и граждане, готовые предлагать и реализовывать инициативы по поддержке и реализации потенциала пожилых людей.

Грантовая поддержка распространяется на инициативы, направленные на:

- социальную и профессиональную адаптацию пожилых людей, в том числе образование и переобучение граждан пожилого возраста и создание условий для использования ими полученных знаний;
- развитие взаимодействия между поколениями, вовлечение людей старшего поколения в профессиональное, духовное и физическое воспитание детей и молодежи;
- возрождение и поддержание семейных ценностей и традиций;
- внедрение новых социальных услуг для пожилых людей, преимущественно в сельской местности;
- развитие навыков предпринимательства среди пожилых людей;
- развитие добровольчества среди людей старшего поколения, привлечения волонтеров старшего возраста к оказанию помощи сверстникам и другим целевым группам.

ТЕРРИТОРИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:

В 2016 году Архангельский Центр социальных технологий «Гарант» реализует программу на территории Архангельской области (включая НАО), Псковской области, Вологодской, Мурманской, Воронежской и Тамбовской областях.

КООРДИНАТОРЫ ПРОГРАММЫ В ТЕРРИТОРИЯХ:

г. Вологда – НКО «Фонд поддержки гражданских инициатив», www.fpgi.ru

г. Псков – «Центр устойчивого развития Псковской области», www.CSDPR.ru

г. Мурманск – Автономная некоммерческая организация социальных услуг и консультативной деятельности «Ресурсный центр некоммерческих организаций»

г. Воронеж – АНО Ресурсный центр поддержки некоммерческих организаций Воронежской области «Воронежский дом НКО», www.nkovrn.ru

г. Тамбов – Тамбовская областная общественная организация «Молодежные инициативы», <https://vk.com/club7348199>

О ФОНДЕ ЕЛЕНЫ И ГЕННАДИЯ ТИМЧЕНКО

«Фонд Тимченко» – сокращенное название Благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко, который был создан в Москве в 2010 году и до конца августа 2013-го носил имя «Ладога».

Миссия фонда: Разработка и реализация социально значимых программ, направленных на интеллектуальное, духовное и физическое развитие представителей всех поколений.

Деятельность Фонда нацелена на системное решение социальных проблем в России. В числе ее ключевых направлений – поддержка старшего поколения, развитие спорта и культуры, помощь семье и детям. В основе работы Фонда – принципы прозрачности и личной ответственности учредителей – супругов Тимченко, которые занимаются благотворительностью вот уже более 20 лет. Используя и поддерживая лучшие практики отечественной и мировой благотворительности.

О ЦЕНТРЕ «ГАРАНТ»

Архангельский Центр социальных технологий «Гарант» (www.ngogarant.ru) – это ресурсный центр для некоммерческих организаций, благотворительный фонд развития местного сообщества и центр поддержки общественных инициатив граждан.

Миссия Центра содействие развитию социальной стабильности в регионе через координацию усилий различных организаций, внедрение инновационных подходов в решение проблем сообщества, создание благоприятных условий для развития некоммерческих организаций и общественных инициатив. Центр «Гарант» работает в Архангельской области с 1996 года и активно сотрудничает со всеми, кто стремится к решению социальных проблем, развитию благотворительности и гражданских инициатив.

ЖИВОЙ МУЗЕЙ, С ШАНЕЖКАМИ «КАК В ДЕТСТВЕ»

Жители деревни Бычье Мезенского района вернули к жизни заброшенный дом и хранят теперь в нем историю своей родины.

Деревня Бычье Мезенского района стоит на берегу Пёзы, которая лет десять назад изменила свое русло и обогнула деревню, в тёплое время обнимая, а в распутицу беря в плен. Пока лёд не станет, добираться до районного центра и дальше нужно на перекладных с участием муниципального парома.

Раньше это было большое село Бычье, как полагаются, с церковью (ее потом приспособили под клуб), с большими добротными домами. Они и сейчас хороши в своей строгости. Ставили их хозяева вольготно, не жались к соседям. И себе не отказывали в просторе, в первую очередь для дела: даже амбары здесь встречаются двухэтажные. Повети просторные. Скотину держали в теплых стаях. Было свое место и у снастей для рыбалки и охоты, и для женского рукоделия – ткацкий станок в уголок не задвинешь. Дома строили и обустраивали по вековым традициям северного быта.

Часть жизни и доброй памяти

Изменилась жизнь – меняются и дома. В худшем случае, их пилят на дрова. Или перестраивают до неузнаваемости: в окна – стеклопакет, на крышу – ондулин. А зачем в 21 веке нужен взвоз? Следующие поколения, не то что назначения его – слова такого знать уже не будет. А в деревне еще живут люди, для которых крестьянский немеханизированный труд, быт и отдых – это часть жизни и доброй памяти. Которые могут рассказать о том, что скоро останется только на фотографиях и в книгах, и показать, и научить, как пользоваться.

В Бычье сегодня живёт постоянно около 300 человек, больше половины – пенсионеры. Много среди них людей неравнодушных. Создали они семь лет назад ТОС «Родничок», чтобы своими силами изменить жизнь к лучшему. И каждый последующий год был отмечен добрым делом. Воду у местного родника стало набирать удобно – обустроили источник. На улицах в темное время ходить теперь не страшно – решили вопрос с освещением. У детей появился свой городок для игр. Безопасным сделали переход через овраг, по обе стороны которого расположена деревня, и тротуары вдоль улиц. У обелиска павшим воинам отремонтировали ограду.

Появилась уверенность в своих силах, в том, что можно получить помощь, если правильно заявить о ней. И родился новый смелый план – создать в деревне этнографический музей, чтобы сохранить пока ещё живые, но стремительно уходящие деревенские традиции. Изложили его в проекте «Пёзское подворье», выигравшем грант в конкурсе «Активное поколение» благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект: «Пёзское подворье»

Исполнитель: ТОС «Родничок» (д. Бычье Мезенского района)

Цель проекта: создание в заброшенном доме деревни Бычье этнографического музея для сохранения и возрождения традиционных ремесел и навыков, через проведение фольклорных праздников, экскурсий, мастер-классов.

Сумма гранта: 25000 рублей

Продолжительность проекта: 8 месяцев

В деревне Бычье в доме с вековой историей после ремонта создан и открыт музей крестьянского быта. Он, объединивший земляков ещё на стадии создания, должен стать культурным центром, центром сохранения традиций.

В проекте приняли участие жители деревни, члены общественных организаций, школьники – более 80 человек от 14 до 80 лет.

ЖИВОЙ МУЗЕЙ, С ШАНЕЖКАМИ «КАК В ДЕТСТВЕ»

Проект: «Пёзское подворье»

Зачем деревне музей?

Кому-то наверняка эта идея показалась странной – зачем дальней заречной деревне музей, если места исторических собраний и в городах не ломаются от посетителей? Очень нужен, твердо решили быченцы. И в первую очередь - им самим.

По поводу адреса будущего центра истории и культуры сомнений не было: доживал свои годы в деревне дом, который в позапрошлом веке построил Никифор Васильевич Кубышкин. Классический русский северный шестистенок с двумя избами под одной тесовой крышей, с деревянным коньком на ней. Последняя хозяйка его - Парасковья Кубышкина - историческая личность. Парасковья Никифоровна была главной плакальщицей на всю округу – тоже почти забытая традиция. Сорок земляков обрядила она в последний путь. Единственный брат хозяйки Фёдор погиб в войну молодым парнем, сама она была вдовой, умерла почти двадцать лет назад, не оставив наследников.

Дел в заброшенном доме и возле было очень много, но деревенских этим не испугаешь.

- Когда начали работу, все поднялись дружно, сплотились, - рассказывает Галина Кубышкина, заместитель главы поселения, руководитель проекта «Пёзское подворье». - Сейчас я думаю, что, наверное, именно это и нужно было нашей деревне. Люди шли и шли помогать. Оставляли домашние дела и гостей, про грибы и ягоды забывали, хотя был как раз сезон, переносили запланированные поездки. Приходили с детьми и целыми семьями, коллективами. Низкий всем поклон. А

В музее деревни Бычье



ЖИВОЙ МУЗЕЙ, С ШАНЕЖКАМИ «КАК В ДЕТСТВЕ»

сколько радости было в день открытия! До сих пор в этой эйфории живем.

Галина Михайловна рассказывает так, как будто вчера этот праздник был, не улеглась ещё радость в душе. А, может, и навсегда осталась.

Как раньше, всем миром

Активисты ТОС, совета ветеранов, женсовета, взрослые жители села, местные школьники, студенты, приехавшие в деревню на каникулы и взрослые, проводящие свой отпуск на малой родине – более 80 человек в возрасте от 14 до 80 лет приложили свои силы к созданию музея.

Печник привел в порядок отопление. Работники Дома культуры и библиотеки готовили экспонаты. Все работали безвозмездно. Нашлись для общего дела и спонсоры. Средства проекта пошли на стройматериалы, обои, краску...

«Мы мыли, стирали, убрали, красили, белили, ремонтировали и реставрировали...» - вспоминают быченцы о дружной работе с удовольствием. Так и раньше на добрые дела деревня выходила – всем миром, это тоже традиция, которую точно запомнят сегодняшние дети.

Построили новый взвоз, взялись за обустройство комнат.

- Ещё нужно было дом поднять, а мы не знали, к кому обратиться. Тогда на сессии Совета депутатов МО «Быченское» я взяла слово и попросила помочь. Два депутата, имеющие опыт в этом деле, согласились, а потом ещё двое, и так все получилось.

Проект: «Пёзское подворье»

Открытие музея деревни Бычье



ЖИВОЙ МУЗЕЙ, С ШАНЕЖКАМИ «КАК В ДЕТСТВЕ»

Наверное, даже то, что не по порядку работы пошли, не случайно, говорит Галина Михайловна. Потому что никак не могли очень занятые мужчины отказать делу, когда до этого видели, сколько сил уже приложили земляки, с каким энтузиазмом все работали.

И был большой праздник

14 октября 2016 года этнографический музей «Пёзское подворье» торжественно открыли. И был в деревне большой праздник. Об этом писали газеты, рассказывало областное и центральное телевидение. Читали статьи и смотрели репортажи про себя быченцы с гордостью.

Появилось в родной деревне место, которое говорит: «Здесь живут неравнодушные люди, интересные сами по себе и знающие много интересного о прошлом времени и настоящем.

Дом теперь хранит память о своих обитателях и о жизненном укладе всей деревни. Все в нем на своих местах – туеса и посуда, рыбацкие снасти и столярный инструмент. Многие помечено буквами «НК» – сам хозяин инициалы оставил на том, что смастерил.

В русской печи можно варить и печь. Главное – шаньги, «такие, как в детстве». Есть еще мастерицы на этот случай, с рецептами от своих мам и бабушек. Любовь Борисовна Коршакова – мастер по ягодным шаньгам. Анна Альбертовна Яковлева – по шаньгам на корочках. На празднике открытия влет вся их выпечка ушла, и капуста, к этому дню заквашенная, и ягоды, и рыба из местной речки. И экскурсантов планируют потчевать традиционным домашним. А к разговору с ними готова библиотекарь Галина Федоровна Резвая. Она давно краеведением занимается, теперь будет с кем поделиться знаниями.

- Еще кружок ткачества будет нашем в музее. Ждем только, когда потеплеет,- говорит руководитель проекта.

- Галина Михайловна, на празднике открытия прозвучало: там, где появляется музей, повышается социальный статус. Как это, уже понятно?

- Это очень приятно. Гости в деревню приедут – могут посетить часовню, которую мы тоже сами построили, подойти к отреставрированному памятнику воинам Великой Отечественной войны, а потом – в музей. Удивляются гости.

И еще радостно авторам проекта и всем исполнителям, что облюбовали отреставрированный взвоз местные ребятишки – катаются на нем, прыгают с него в сугробы.

Дом удачно стоит, на дороге. И снегом его не заносит – всегда найдется кому почистить.

Все еще впереди

Планируют активисты в музее также проводить мастер-классы для молодежи и всех желающих. Например, как сбить из сливок масло. И сельскохозяйственные уроки – собираются засеять участок рожью, чтобы амбар не пустовал, чтобы печь пироги из своей муки, какой нигде не купишь.

ЖИВОЙ МУЗЕЙ, С ШАНЕЖКАМИ «КАК В ДЕТСТВЕ»

В этом году будут реставрировать старинный забор вокруг музея, он тоже экспонат – построен без единого гвоздя. Требуют ремонта двухэтажный амбар и баня, которая топилась по-чёрному. В планах работы праздники, не менее четырёх в год, встречи с соседними ТОС, посиделки для старшего поколения и кружки для детей.

На официальном языке это называется самореализацией – когда человек чувствует и видит, что он нужен делу и людям, в том числе – молодым. И, что очень важно, молодёжи это нужно. Не ветераны создали группу ВКонтакте «Деревенька Бычье», где уже около 300 участников. В которой бросают клич: «Кто летом едет в деревню?», а репортаж с открытия музея лидирует по количеству просмотров.

Проект: «Пёзское подворье»

Открытие музея деревни Бычье



«СТАРШЕКЛАССНИКИ» ШКОЛЫ РЕЗЬБЫ ПО ДЕРЕВУ

В Каргополе на восемь мастеров народного промысла стало больше

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Школа резьбы по дереву»

Исполнитель: ТОС "Медвежий край" (г. Каргополь)

Цель проекта: обучение людей старшего возраста профессии резчика-краснодеревщика

Сумма гранта: 100000 рублей

Продолжительность проекта: 4 месяца

На базе творческой мастерской "Узор" в городе Каргополе была создана "Школа резьбы по дереву" для старшего поколения. Его представители, овладев многими приемами этого ремесла, уже применяют знания на практике.

В проекте приняли участие восемь человек, шестеро из которых пенсионеры.

В первую очередь авторы проекта «Школа резьбы по дереву» создавали его для людей старшего возраста, для которых новое дело в руках может стать поддержкой в жизни, в том числе материальной.

Многие мужчины, после выхода на пенсию, теряются, почти в буквальном смысле. Времени свободного вдруг масса, а что делать в благоустроенной квартире? Даже свой дом для кого-то становится не крепостью, а местом заключения. Многие сожалеют, что не научились «вовремя» какому-нибудь ремеслу, чтобы «что-то делать руками». Сожаления – это в лучшем случае. «Был такой хороший мужик, а вышел на пенсию и спился», - слышать такое приходится нередко.

Уходящая красота

Каргопольский житель, один из организаторов ТОС «Медвежий край», народный мастер Архангельской области Николай Фомин, известен не только в нашем крае. Его творческая мастерская «Узор» - редкий в сегодняшнее время пример сохранения традиций резьбы по дереву и прумножения их.

Сколько раньше на северной земле было таких мастеров, можно понять, если проехать по дорогам нашей области внимательным пассажиром. Кружево наличников, другие примеры старинной домовой резьбы удивляют и восхищают. Сегодня у многих есть желание возратить такую красоту, а умений нет. В Каргопольском районе, раньше считавшимся одним из центров деревянного творчества, насчитали всего пять народных мастеров резьбы по дереву.

- Обращались к нам люди, в основном пожилые, - кто-то хотел научиться зарабатывать ремеслом, а кто-то - свой дом украсить деревянной резьбой, - рассказывает Николай Юрьевич про рождение проекта.

Шаг за шагом

Восемь мужчин, шестеро из которых пенсионеры, четыре месяца учились в «Узоре», овладевали редкой профессией резчика-краснодеревщика. Если бы не совпало начало учебы с началом лета, было бы их еще больше. Но все равно находили люди между огородными и другими делами время, чтобы в удобный час прийти в мастерскую и, начиная с техники безопасности и подготовки материала, с вырезания трафарета из линолеума – краснодеревщиком без этого умения не станешь, шаг за шагом идти к своей мечте. Благодаря бюджету проекта, станков и материала хватало, а мастера «Узора» не жалели времени на благодарных учеников. Передавали им свой опыт совершенно бесплатно, хотя, можно сказать, конкурентов себе растили.

«СТАРШЕКЛАССНИКИ» ШКОЛЫ РЕЗЬБЫ ПО ДЕРЕВУ

Резные наличники, причелины, подзоры, пилясты – все составляющие домовой резьбы, а также деревянные скульптуры и другие произведения желающие научились создавать. И – воплощать собственные фантазии. А если что-то еще осталось неузнанным, так опытные мастера живут-работают рядом, и все на связи, ответят на любой вопрос, подскажут, покажут.

Всем «отлично»

Сергей Трапезников служил в полиции, пришел в «Школу», готовясь к пенсии, которая уже не за горами. А пока резьбой по дереву занимается в свободное время.

Пенсионер Николай Михайлович Шутов, бывший водитель ДРСУ, своими руками построил дом и решил, что не стоит для украшения его к другим обращаться. В «Школе резьбы» овладел специальностью резчика. А мастера "Узора" поделились с ним орнаментами резьбы. Более 300 образцов в их копилке, и ни одного из Интернета – все свое, северное, со смыслом. Таким красивым способом наши предки жилье свое оберегали от злых духов и множества других напастей, привлекали добрый урожай и счастье в дом.

Михаил Николаевич Сергеев после учебы в «Школе» обустривает свою мастерскую. Планирует поделки изготавливать, в том числе на продажу.

У Василия Геннадьевича Моисеева, бывшего заместителя директора местного детского дома по хозяйственной части, теперь тоже пенсионера, уже была своя мастерская с токарным станком. Он в свое время и детдомовских мальчишек обучал

Проект: «Школа резьбы по дереву»

*Инструмент к работе готовит
Анатолий Вахрамеев*



«СТАРШЕКЛАССНИКИ» ШКОЛЫ РЕЗЬБЫ ПО ДЕРЕВУ

Проект: «Школа резьбы по дереву»

работе с деревом. Сам уже многие годы мастерит красоту. А вот опыта прорезной резьбы, говорит, не было. За этим умением и пришел в «Школу».

- Изготавливаешь, к примеру, набор для кухонного стола: лопатка деревянная с точеной ручкой, резная стоечка... Раньше мне нужно было часа два их шлифовать наждачкой. Теперь могу гораздо быстрее это делать и качественнее. Очень полезное дело организовали,- говорит Василий Геннадьевич про школу для мужчин. - Мужику иногда на пенсии заняться нечем. А лобзик стоит недорого, четыре тысячи рублей - максимум, купить по силам. И в сарае он места много не займет - гвоздь забил и повесил на него инструмент. А досок в Каргополе много.

Рассказал Василий Геннадьевич и про итоговое занятие-конкурс. За два часа надо было отчитаться делом, как усвоены темы четырехмесячных занятий и освоен материал.

- Каждый выполнял свое задание. Мне досталась скульптура. Делал Колобка, а получился один из Смешариков - Копатыч что ли.

- Подводя итоги конкурса, мы не ставили перед собой задачу выявить лучших резчиков. Все справились со своим заданием на «отлично», - сказал Николай Фомин.

Все ученики «Школа резьбы по дереву» прилучили сертификаты об ее окончании. А главное - дело теперь в руках, которое и для души, и для пополнения семейного бюджета. Отличные отзывы у мужчин об учебе, и жены, говорят, довольны тем, как провели их мужья лето.

На уроке скульптуры Василий Моисеев



«СТАРШЕКЛАССНИКИ» ШКОЛЫ РЕЗЬБЫ ПО ДЕРЕВУ

Продолжение следует

Строгальный станок и другой инструмент, купленный на средства гранта "Активное поколение" останется в мастерской для следующих учеников.

К Николаю Фомину уже снова обращаются те, кто тоже хочет бесплатно овладеть профессией. И не только из родного города. Есть желающие из Плесецка, Няндомы, других районов и городов области. Многие лето пенсионерское проводят в Каргополе. На днях женщина позвонила с большой просьбой, помочь мужу-колясочнику. Все спрашивают, когда начнется следующий сезон обучения.

- Может быть, выйдет из нашего проекта что-то большее, - осторожно пока о планах говорит Николай Юрьевич.

А о сотрудничестве с Центром социальных технологий «Гарант» у Фомина только отличные отзывы: и о бумажной работе – не было сложностей в составлении проекта, и о практической, и о личном общении с сотрудниками. Так что – будем ждать новых проектов «Активного поколения» и новостей из Каргополя.

Проект: «Школа резьбы по дереву»

Мастер «Школы резьбы по кости»
Николай Фомин



УСТЬЯНСКИЕ «ВКУСНОГОВОРКИ»

Сборник местных старинных рецептов и приговорок «пришелся к столу» и туристам, и устьянам.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Северные Вкусноговорки»

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение культуры «Устьяны» (Устьянский район, п. Октябрьский)

Цель проекта: сохранение старинных рецептов и диалектов Устьянского края, создание на базе собранного материала нового туристического продукта.

Сумма гранта: 100000 рублей

Продолжительность проекта: 6 месяцев

Специалисты МБУК «Устьяны» организовали работу по сбору рецептов старинных северных блюд, традиций подачи их к столу и выпустили сборник «Устьянские вкусноговорки». Это стало очередным шагом к привлечению туристов в Устьянский район, к выводу уже работающих туристических программ на самоокупаемость.

В проекте приняли участие пожилые люди пяти поселений Устьянского района, более 100 человек.

Вера Ивойлова и фольклорный коллектив "Разлапушка"

Сельский туризм. Направление это с недавних пор стало популярным и в местах, где, как раньше, казалось, «смотреть-то нечего», и среди искушенных туристов. Весь мир сегодня при желании можно увидеть, а захотелось своего, отечественного, ставшего для многих экзотикой.

На Архангельском Севере еще много таких «экзотических» мест и людей, сохраняющих традиции предков. Получается, что в стремительно несущемся к вершинам сложнейших технологий 21 веке, востребованными оказались люди, которые сами себя порой считали вышедшими в тираж.

В Устьянском районе Архангельской области один из главных мест притяжения туристов - горнолыжный комплекс «Малиновка», сегодня у него уже всероссийский статус. А всего в 2016 году значилось в районе 37 объектов показа. К услугам отдыхающих 686 мест для проживания и 17 точек общепита.

Поток туристов с каждым годом растет, требования становятся все выше и к объему услуг, и к их качеству. Надо соответствовать, принимая гостей, угощать вкусно, самобытно. Чтобы раз побывавшие еще захотели вернуться и другим посоветовали.

«Хлеба и зрелищ»

В Устьянах инициативные люди старшего возраста давно уже посмотрели на свою жизнь со стороны. И поняли: есть чем поделиться, что рассказать и показать, с чего, наконец, получить выгоду. Надо только научиться это делать.

В 2015 году муниципальное бюджетное учреждение культуры (МБУК) «Устьяны» подготовило проект «Школа третьего



УСТЬЯНСКИЕ «ВКУСНОГОВОРКИ»

Проект:

«Северные Вкусноговорки»

поколения» для земляков старше 50 лет. Учились основам туризма и экскурсионной деятельности. Появились идеи, как сделать родные места более привлекательными для гостей. Лидерами стали гастрономические программы «Бестужевские шаньги, пироги да гулянья» и «Сытный сумеречник» - придумка жителей деревни Левопlossкая (сумеречником в Устье называется ужин). Их и объединил проект гастрономического тура с красивым названием «Северные Вкусноговорки», выигравший грант в конкурсе «Активное поколение» благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко.

Авторы проекта придумали, как использовать внутренние резервы, объединив два главных требования к отдыху: хлеба и зрелищ. Решили гостей к столу приглашать не просто для вкусной трапезы по старинным рецептам, а для знакомства с традициями, как готовили блюда и как подавали.

Живые рецепты

- У нас говорят: в Устьяхах любят не только вкусно поесть, но и вкусно поговорить, и вкусно отдохнуть. Это и взяли за основу, - рассказывает методист МБУК «Устьяны» Марина Постникова, она занималась этим проектом и сегодня продолжает его, в том числе и на просторах Интернета.

Одним из итогов работы стал сборник рецептов и поговорок «Вкусноговорки» - на хорошей мелованной бумаге, со вкусом во всех смыслах этого слова, приготовленная визитная карточка проекта тиражом 1 тысяча экземпляров.

Раньше в семьях, и тем более гостям, блюда подавались с присказками, которые передавались от стола к столу, от поколения к поколению. И – терялись потихоньку. С людьми уходят традиции, надо успевать перенимать это устное народное творчество и записывать. Тогда не прервется связь.

- Собирали мы рецепты «живые», которые работают. Хранят их люди старшего поколения. Родовались они, что пригодились их знания, что они сами нужны для большого и интересного дела.

Для деревенских бабушек и дедушек просто поговорить с кем-то - уже удовольствие, а если еще живо интересуются тем, что они знают и умеют, внимательно слушают - это почти праздник.

Уха-победительница

К составлению сборника авторы подошли, как и полагается культработникам, с выдумкой – сделали из этой работы праздник для земляков. МБУК – это клубное объединение, в каждом селе или деревне есть свои культработники, которые и стали проводниками доброго дела. Жители пяти поселений приняли участие в сборе материала для «Вкусноговорок».

Вот, например, как один из рецептов появилось в сборнике. На традиционном съезде празднике провели кулинарный конкурс – чья уха лучше. Вернее, использовали давнюю традицию: два раза в год после рыбалки, подледной и летней, устьяки устраивают соревнования по приготовлению ухи. В летнем сборе-конкурсе участвовало пять команд из окрестных дере-

УСТЬЯНСКИЕ «ВКУСНОГОВОРКИ»

Проект:

«Северные Вкусноговорки»

вень и поселков. Победила «Плосковская большуха», ее рецепт и взяли для продвижения.

«Речь без поговорки, что суп без соли»

В сборник «Вкусноговорки» вошло все самое интересное. Радует он читателей самобытным языком и приобщением к северным традициям. К каждому рецепту, как раньше к столу, приговорка: «С красной ягодой – барское кушанье». Или мудрость народная: «Дай Бог смолоду есть кости, а под старость – мясо». Или шутка: «Когда середочка сыта, так и кончики играют».

Но главное, конечно, рецепты. Тут и всенародно любимые пирожки, и забытая похлебка «Холодник», «фаст-фуд» старинный – сухарница, рыба в одежде... - больше сорока примеров как вкусно поесть.

- Мы все это знаем с детства, - говорит Марина Постникова,- Включила я в сборник и рецепт, по которому моя бабушка, а потом мой папа готовили калиновку - настойку для понижения артериального давления.

Гастрономические проекты уже успешно работают. Встречает заезжих гостей Бестужево. Есть в этой деревне теперь свое коронное блюдо – копченая рыба, коптильню купили за счет проекта. И деревня Левоплоская не отстает. Встречают местные бабушки этих поселений гостей в народных костюмах – мастера из Устьянского центра традиционной культуры помогли сшить им в рамках проекта, бесплатно. Угощают хозяйки туристов вкусной едой, с пылу-жару, и вкусными разговорами, а после еще и пригласят выйти в круг, на танец.

На мастер-классах желающих научат прясть пряжу, ткать полотно, куклу-оберег заворачивать. Мастерниц для этого хватает.

Иван Ивойлов



УСТЬЯНСКИЕ «ВКУСНОГОВОРКИ»

«Не тот богат, кто сыто ест, а тот, кто угощает»

Поговорка эта, конечно, в первую очередь не про финансы. Но и материальный стимул важен. Опыт зарабатывания появился. Психологический барьер – не каждый может взять деньги вроде бы как за гостеприимство – преодолен. Возможность личного заработка тоже есть. Особенно большим спросом у туристов пользуются домашние заготовки, а так же сувенирная продукция. Не менее 4 тысяч рублей в одни умелые руки получается за месяц. Для сельских пенсионеров это хорошая прибавка.

И все-таки самое главное, что пожилые люди, а занято в проекте около сотни человек, снова почувствовали: они нужны, они еще могут принести пользу обществу. Какими бы громкими эти слова ни казались, в них большой житейский смысл. У пенсионеров появилось дело. Даже в неурожайное на туристов время оно не останавливается - нужно готовиться к очередной встрече гостей. Поэтому спешат в свои клубы, чтобы обсудить будущую работу, отрепетировать песню и танец, подготовить костюм для выступления. И еще – устроить проверку для своего коронного блюда. Несут пироги, шаньги и другие вкусности землякам попробовать. Так уверенности больше, что и гостям понравится.

Думая о том, как бы гостей не разочаровать, устьяне сохраняют традиции, себя занимают работой и для молодых становятся примером того, что на пенсии жизнь интересно продолжается. И даже может быть ключом, если есть такое желание.

Проект:

«Северные Вкусноговорки»



Хоровой коллектив "Ивушки" деревни
Левоплоская

ИГРАЮТ БАБУШКИ В «ПЕТРУШКУ»

При библиотеки поселка Красное для читателей старшего поколения открылась кукольная студия. Премьера спектакля прошла на «Ура!»

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Самодетельная театральная студия "Петрушка"

Исполнитель: Кожевина Алёна Владимировна

Цель проекта: создание на базе библиотеки поселка Красное (Ненецкий автономный округ) кукольной студии «Петрушка» с участием людей старшего поколения.

Сумма гранта: 21350 рублей

Продолжительность проекта: 6 месяцев

В студии «Петрушка» артисты старшего возраста изучают историю, теорию и практику кукольных спектаклей, укрепляют здоровье с помощью гимнастики. После удачных выступлений со спектаклем «Петрушка-помощник» участники студии готовят вторую постановку.

В проекте приняли участие 5 женщины пенсионного возраста

Поселок Красное в Ненецком автономном округе - самый крупный населенный пункт после Нарьян-Мара. Живет в нем около двух тысяч человек. Работают в поселке детский сад, школа, интернат, есть медицинская помощь, Дом культуры, библиотека. Главное дело местного населения трудоспособного возраста – оленеводство. Трудности с работой, конечно, есть и у молодых. А людям пенсионного возраста даже при большом желании практически невозможно устроиться на работу. И для самозанятости во время дачного сезона у уважаемых ветеранов гораздо меньше времени – в Заполярье климат строгий, короткое лето. Вот и получается, что и без того во многом ограниченная жизнь пенсионера, в отдаленном северном поселке становится еще более монотонной. Остается выверенный десятилетиями маршрут забот: дом, семья, беспокойство о здоровье и редкие календарные праздники, по которым принято вспоминать бывших работников. А в остальное время остается смотреть на жизнь в окно своей квартиры или по телевизору. Так, конечно, бывает не у всех, но, к сожалению, у многих.

Поиграем в куклы?

Не скажешь, что позабыты-позаброшены ветераны в Красном. Много мероприятий проводится в местном Доме культуры. На базе библиотеки работает клуб общения «Мы вместе...» для читателей старшего поколения, тех, кому за пятьдесят. Встречаются они, чтобы обсудить книги, поговорить о здоровье, узнать что-то новое о родном крае, подготовиться к празднику и провести его. Все интересно, но хочется идти вперед, применять свои способности, которые есть у всех, попробовать что-то новое.

«Что-то новое» придумала заведующая местной библиотекой Алёна Кожевина. Вот как рассказывает Алёна Владимировна о рождении проекта «Петрушка»:

- Чисто случайно это произошло. Племянница, повзрослев, отдала мне четыре куклы из кукольного театра. Я и задумалась: чего им лежать просто так? И тут попало мне на глаза сообщение ВКонтакте о конкурсе проектов «Активное поколение».

Решила Алёна Владимировна создать при библиотеке кукольный театр. Хорошо она знает своих читательниц: одна выразительно декламирует, другая чисто поет, третья раньше была активной участницей местной самодеятельности. На очередной встрече рассказала о своей идее, и все согласились, загорелись даже, хотя никто никогда, в том числе и автор проекта, не играл так серьезно в куклы.

По правилам театральной науки

Много преимуществ у такого вида творчества для пожилых людей. Во-первых, не надо бояться сцены и глаз зрителей, что пугает многих, тем более в небольшом поселке, где с рецензиями пришлось бы сталкиваться каждый день. Во-вторых, рабо-

ИГРАЮТ БАБУШКИ В «ПЕТРУШКУ»

тая за ширмой, не страшно забыть текст, что случается даже у молодых и опытных артистов. Можно пользоваться очками по ходу действия. Реквизит не тяжелый, и своими силами можно справиться с передвижением его. И что еще более важно - результат творческого труда точно будет востребован. Кукольные спектакли любят и маленькие дети, и школьники, взрослому населению поселка они тоже будут интересны.

Взялись за дело по всем правилам театральной науки, благо, есть у кого учиться. Ольга Соловьёва из Дома детского творчества Нарьян-Мара показала, как оживают в руках куклы. А Аэлита Майорова из Дома детского творчества поселка Искателей провела упражнения по актёрскому мастерству, учила участников мастер-класса избавляться от стеснительности и зажатости. Инструкторы спортивного комплекса "Звездный" тоже согласились помочь доброму делу - научить студийцев комплексу упражнений для спины и рук. Подбор репертуара взяла на себя Алёна Кожевина. В ноябре приступили к работе.

- Сначала женщины мои очень неуверенны в себе были, - рассказывает Алена Владимировна. - После первого мастер-класса по актерскому мастерству так сникли, что я подумала: больше их не соберу. Но не позволили сами себя испугать. И руководитель твердо сказала: «Надо идти вперед». В общем, глаза боятся – руки делают, тем более что уже было что взять в руки. Перчаточных кукол заказали через Интернет по приемлемым ценам, на средства гранта. Набор выбрали универсальный, чтобы можно было из него много сказок составить: Петрушка, Баба Яга, медвежье семейство мышка, Буратино и так далее.

Складную напольную ширму, такую, чтобы помещалась в развернутом виде и в сложенном легко пряталась в небольшой комнате библиотеки, заказали в мебельной мастерской Нарьян-Мара. Регулируется у нее и высота передней части, чтобы за ширмой смогли выступать артисты разного роста и возраста.

Проект: "Самодельная театральная студия "Петрушка"

Участники студии «Петрушка» со зрителями



ИГРАЮТ БАБУШКИ В «ПЕТРУШКУ»



Артисты вышли на поклон

Премьера на «Ура!»

- Я выбираю пьесы, где немного текста и персонажей. Первой нашей сказкой стала "Петрушка-помощник", - рассказывает Алена Владимировна. - Перед Новым годом выступили с со спектаклем в детском саду.

Волновались артистки, конечно, сильно. Но до успокоительных лекарств дело не дошло. Умеют с волнением теперь совладать – обязательная речевая разминка перед спектаклем здорово успокаивает. А во время спектакля сразу понятно стало: очень нравится зрителям сказка. Так что можно больше не волноваться.

Дети следили за сюжетом, добрым и назидательным, про то, как Петрушка помогает бабушке выздороветь. А взрослый персонал детсада, как потом сами работницы рассказали, гадал, кто кого играет. Некоторые артистки так под персонажей изменили голоса, что и свои своих не узнавали. Много было радости и у малышек, когда знакомые, а для кого-то и родные бабушки вышли из-за ширмы. Не часто у поселковых детей бывают такие праздники.

Первый успех, говорят, окрылил. Долго потом вспоминали, смеясь, как все было. Уверенность появилась: нужна их творческая работа. В планах - выступления перед местными школьниками и в интернате, поездка в Нарьян-Мар в детский дом и детское отделение больницы. Местная администрация обещает выделить для этого транспорт. В проекте про гастроли написано осторожно: "При большом успехе". Но теперь уже можно сказать, что он есть и можно ехать.

А вот на взрослые спектакли «Петрушка» пока не замахивается. Участницы не решаются вынести свое творчество на суд «широкой общественности». И продолжают работать над качеством выступлений, как и раньше, два раза в неделю.

Посвящается Году Добра

Руки, конечно, на репетициях устают. Но и они стали гораздо крепче. Каждая встреча в библиотеке начинается с получасовой разминки под спокойную музыку для укрепления мышц спины и восстановления подвижности суставов. «Спину разомнем, гимнастику для пальцев проведем, языком поиграем, гласные пооем, тарелки воображаемые побьем и куклы, ставшие родными, в руки возьмем».

Проект: "Самодельная театральная студия "Петрушка"

ИГРАЮТ БАБУШКИ В «ПЕТРУШКУ»

Тексты ролей пишут на листочках и крепят их к ширме с обратной стороны. Но кто-нибудь обязательно придёт на очередную репетицию с твердым желанием не пользоваться подсказкой, выучив слова.

В планах студии встречи с творческими людьми, мастер-классы от специалистов Дворца культуры "Арктика" и Дома детского творчества Нарьян-Мара. Учатся и по книгам, знакомятся с историей кукольного театра.

- В наших планах, - добавляет Алена Владимировна, - постановки спектаклей не только по готовым сценариям, но и по сценариям собственного сочинения. Это даст толчок творческому развитию. А пока следующим спектаклем будет сказка "Красная шапочка и добрый волк". Выбрали ее, потому что 2017-й в Ненецком округе назван "Годом Добра."

«Какая прелесть!»

Пять женщин от 58 до 68 лет занимаются в студии. Для них еженедельные встречи-репетиции – удовольствие общения, возможность быть в коллективе, что очень важно для людей советской закалки. Кроме того, встречи эти укрепляют здоровье, улучшают память и спасают от одиночества, ведь только одну из них дома ждет муж.

- Но всё-таки самое главное, - считает руководитель проекта, - это радость, которую дарит и артистам, и зрителям встреча с куклами. Первая фраза ребенка в самом начале спектакля «Какая прелесть!», глаза детей, и их волнение за каждого персонажа – доказательство того, что всё сделано правильно.

О том же и отзывы взрослых зрителей. Пишет воспитатель детского сада: «Герои-куклы были эмоциональны, речь четкой. Молодцы! Ждем приглашений». Учителя местной школы: «С огромным удовольствием дети, да и мы, взрослые посмотрели спектакль. Первоклассники были в восторге». И еще один отклик, с множеством восклицательных знаков « Я вернулся в детство!!! В наш суматошный век скоростей и вечной занятости так важно остановиться и почувствовать себя ребенком. Прекрасное выступление, радость детей дала возможность почувствовать себя свободным и не обремененным проблемами. Большое спасибо за возможность вернуться в детство», - написал в своем отзыве председатель местного Совета депутатов Л.Н. Царёв.



Проект: "Самодельная театральная студия "Петрушка"

Сцена из кукольного спектакля «Петрушка-помощник»

ПЕНСИОНЕР, НАУЧИЛСЯ САМ - ПОМОГИ ДРУГОМУ

В Северодвинской библиотеке «Книжная гавань» люди старшего возраста учились работать на планшете и учили этому сверстников

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Один + Один»

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение «Муниципальная библиотечная система» (г. Северодвинск)

Цель проекта: Обучение граждан пожилого возраста компьютерной грамотности посредством развития добровольчества: люди старшего поколения обучают своих сверстников, донося информацию на понятном для них языке.

Сумма гранта: 61535 рублей

Продолжительность проекта: 4 месяца

На базе Северодвинской библиотеки «Книжная гавань» организованы бесплатные курсы «Основы работы на планшете ОС Android». Люди старшего возраста, освоив одну тему, становились волонтерами и на следующем занятии помогали освоить этот материал сверстникам, закрепляя при этом свои знания.

В проекте приняли участие 50 человек пенсионного возраста: 25 пенсионеров-волонтеров и 25 пенсионеров-новичков.

Сегодня, когда так стремительно развиваются технические возможности, в первую очередь компьютерные, легко отстать от жизни. Особенно это касается людей старшего поколения. Ведь даже в обычном разговоре молодежи им многое непонятно. А между тем, в больнице или в учреждении ветерану могут сказать: «Запишитесь через электронную регистратуру», или «Эту услугу можно получить с помощью Интернета». Электронный мир предлагает массу возможностей, как облегчить жизнь не только очень занятым работающим людям, но и пенсионерам.

А общение? Весь мир у тебя под рукой, если умеешь обращаться с сетью, и самая важная его часть - близкие, которые у многих живут далеко. Возможностей электронной почты и скайпа телефонный разговор не заменит.

Гаджеты сегодня есть у многих пенсионеров, вот только пользоваться ими еще надо научиться. И это бывает совсем не просто, а в некоторых случаях - дорого.

Нужна практика

В Северодвинске живет более 74000 пенсионеров. Число это с каждым годом растет. В муниципальной библиотечной системе города для образования и досуга людей пожилого возраста очень многое делается. В библиотеке «Книжная гавань» за восемь последних лет успешно реализовано одиннадцать проектов. Пять из них - по компьютерной грамотности.



ПЕНСИОНЕР, НАУЧИЛСЯ САМ - ПОМОГИ ДРУГОМУ



Для этого есть технические возможности, создан информационно-образовательный Центр, услуги которого очень востребованы в первую очередь людьми пенсионного возраста. В 2015 году «Книжная гавань» реализовала проект «В ногу со внуком». Тринадцать мероприятий было проведено за полгода по работе с фотографиями, овладению смартфоном, планшетом, по знакомству с электронным сервисом Пенсионного фонда... Это были полезные лекции, но не хватало практики. Поэтому продолжением компьютерного образования стал проект «Один + Один», выигравший грант в конкурсе «Активное поколение» благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко.

Необычная идея

- Данный проект необычен своей идеей: научить людей старшего возраста уверенно пользоваться планшетом, чтобы они в свою очередь передали свои знания другим, - рассказывает руководитель проекта, заведующая сектором информационных ресурсов «Книжной гавани» Юлия Потапова. И объясняет, как распределялись роли участников. - Группы были сформированы в соответствии с пожеланиями. Вопрос «Готовы ли вы поделиться знаниями?» распределил участников на волонтеров и новичков. Сначала кто-то был просто не уверен в своих силах, но так как волонтеры дважды прослушивали лекции, многие поняли выгоду этой системы, передумали и перешли в волонтеры.

Руководитель читал тему первой группе, а на следующем занятии по той же теме участники проекта уже сидели парами: пенсионер-волонтер помогал пенсионеру-новичку.

- Многоступенчатость в обучении помогла добиться хороших результатов за счет чередования начального обучения и закрепления полученных знаний, - добавляет Юлия Александровна.

Многие ветераны приходили со своими планшетами. В «Книжной гавани» их два, один из которых приобретен на средства гранта.

- Посещаемость уроков, говорит Юлия Александровна, была

На уроках компьютерной грамотности

Проект: Проект «Один + Один»

ПЕНСИОНЕР, НАУЧИЛСЯ САМ - ПОМОГИ ДРУГОМУ



На уроках компьютерной грамотности

почти идеальной. И никаких конфликтов, даже раздражения не было. Такая проблема, как разный уровень знаний, не возникла. Потому что группы были сформированы с учетом индивидуального уровня подготовленности.

Есть контакт

Времени хватало и на общение - как обойтись без разговоров о детях-внуках, о здоровье и погоде, и на внеплановые встречи за чашкой чая в любимой «Книжной гавани».

Пенсионеры активно включились в деятельность библиотеки, посещая не только курсы компьютерной грамотности, но и другие мероприятия. Познакомившись между собой, они начали общаться, возникли общие интересы, совместные идеи, теперь они проводят вместе свой досуг.

Например, Евгения Рогозина вяжет удивительной красоты и большой пользы вещи из волокон крапивы. Многих это уникальное ремесло заинтересовало. Провели мастер-класс по изготовлению лечебных стелек из войлока, пуха и крапивы. И других идей хватало. Часть сразу же была реализована. Встреча с психологом на тему «Интернет-зависимость» предупредила о возможной опасности. А на мероприятии «Виртуальный книжный шкаф» пенсионеры познакомились с возможностями электронной библиотеки.

Кроме личных встреч есть сегодня и активное общение в Интернете – у всех появились свои странички ВКонтакте и электронная почта, адресами которой ветераны поделились с «Книжной гаванью». Теперь с помощью их получают сообщения о новых мероприятиях библиотеки.

Тактично, терпеливо, доступно

По проекту «Один + Один» прошли обучение 50 человек от 50 до 78 лет. (47-78) Без преувеличения можно сказать: у них изменилась жизнь. Пусть не кардинально, но возможностей для общения, для получения информации и для решения

Проект: Проект «Один + Один»

ПЕНСИОНЕР, НАУЧИЛСЯ САМ - ПОМОГИ ДРУГОМУ

деловых вопросов стало гораздо больше. Весь мир теперь на экране. И по житейским потребностям – записаться к врачу, заказать лекарство – теперь можно не спешить по гололеду, по заснеженным улицам. Не надо долго ждать весточек от далеко живущих близких, можно включить планшет и их увидеть. Интересы младших поколений стали ближе, понятнее, что способствует взаимоуважению, самооценка пожилых людей выросла. Теперь выпускники проекта могут и сами с помощью пособия, разработанного Центральной библиотекой, научить общаться с гаджетами родных и знакомых. Об этом говорится и в отзывах участников. Вот одно из них, пенсионера-волонтера Ольги Волковой: «Огромное спасибо работникам библиотеки «Книжная гавань» за организацию и проведение замечательных курсов. Очень понравилось методическое пособие, разработанное Черномордниковой Ириной Александровной. Теперь по нему я смогу освоить и планшет супруга, а также научить его пользоваться двумя моделями. Отдельная благодарность Юлии Александровне Потаповой, которая тактично, терпеливо, доступно доводила информацию, а, главное, вселяла уверенность в своих силах, убеждала, что все смогут освоить многофункциональное устройство, независимо от возраста и начальных навыков».

Проект: Проект «Один + Один»

На уроках компьютерной грамотности



С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ ТЕАТР

Жители села Черевково собрались на «Театральной завалинке» и подарили землякам веселый спектакль.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Театральная завалинка"

Исполнитель: Муниципальное казенное учреждение культуры «Черевковский центр культуры» (Красноборский район, с. Черевково)

Цель проекта: вовлечение жителей старшего возраста в творческую работу по созданию театрального коллектива, организация с их участием социально-значимой деятельности, улучшение качества их жизни, предоставление возможностей для самореализации.

Сумма гранта: 46200 рублей

Продолжительность проекта: 5 месяцев

При Черевковском центре культуры создан любительский коллектив «Театральная завалинка», участниками которого стали не только самодеятельные артисты, но и добровольные помощники, отвечающие за реквизит, костюмы, и другие составляющие театральной постановки. Был подготовлен и показан землякам, в том числе жителям близлежащих населенных пунктов, спектакль «Сказка Про Федота-стрельца, удалого молодца»

В проекте принимали участие молодежь и люди старшего поколения – 14 пенсионеров.

Участники театральной студии

Это событие обсуждают до сих пор и в Черевково, и в окрестных деревнях, и за сотни километров от Красноборского района. В детском саду Северодвинска одна из мам, в разговоре о плане совместных дел с детьми, предложила организовать театральную постановку и пример привела: "Я в Черевково ездила, там местные жители такой замечательный спектакль сами поставили!" "Так в нем моя мама выступала!" - откликнулась другая родительница. Так что результат проекта "Театральная завалинка" получился гораздо шире запланированного, он продолжает играть одну из главных театральных ролей - объединяющую.

А жизнь бежит мимо...

У села Черевково Красноборского района богатая история. И сегодняшний день дает поводы для гордости, в том числе примерами общественной активности. Спортивная жизнь здесь кипит. Местный Центр культуры многое делает для интересной жизни, в том числе для людей старшего возраста. Но, как и везде, чаще ветераны приходят на мероприятия просто зрителями. Да и в этом качестве их возможности ограничены. Музеи, художественные выставки, театр - это все далеко. Ждать, что они когда-нибудь сами в дальнейшем село приедут - нереально, сегодня и искусство вынуждено думать о выгоде. Селянам добраться до города тоже трудно и финансово, и физически. Поэтому остаются театры и выставки для многих мечтой. С возрастом она становится, пожалуй, сильнее. Потому что на пенсии появляется больше свободного времени, которое порой нечем заполнить, кроме как домашней круговертью дел. В результате - ощущение, что время бежит, даже



С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ ТЕАТР



очень быстро, но мимо, а жизнь как будто остановилась: нет новых впечатлений. И личный творческий потенциал не израсходован, притом, что есть готовность им делиться.

Зайкова Юлия (Маруся) и Зиновьев Андрей (Фрол Фомич)

Живое творчество

- Как показывает наш опыт, единожды попробовав что-то новое и интересное, люди старшего поколения начинают генерировать поток интересных идей, - говорит один из авторов проекта «Театральная завалинка», заместитель директора МКУК «Черевковский Центр культуры» Людмила Гродская.

Проект, выигравший грант в конкурсе «Активное поколение» благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко, ставил перед собой несколько задач. Во-первых, это привлечение пенсионеров к участию в постановках. Не все могут быть артистами, но дело найдется для каждого желающего. Во-вторых, он должен был подарить жителям не только своего села, но и близлежащих деревень и поселков редкую для них возможность "сходить в театр". И местной молодежи, тоже весьма ограниченной в выборе досуга, показать пример живого творчества. Все получилось, как планировалось.

Про удалого молодца

Уверенность в успехе была, потому что уже имелась для этого база - театральная коллектив "Этюд" Центра культуры. На его счету уже несколько театральных постановок, очень удачных. Оставалось только привлечь к новой работе новых людей. Разумеется, на добровольных началах. Но с этим проблем быть и не могло – сегодняшние пенсионеры столько на своем веку работы переделали, которая раньше общественной называлась, что сегодняшним волонтерам с ними, пожалуй, трудно тягаться.

Коллектив сформировали быстро. Ставить решили Леонида Филатова, его искрометную «Сказку про Федота-стрельца, удалого молодца». Специалисты Центра культуры проводили занятия по сценическим движениям и речи.

Не было у Людмилы Гродской, режиссера спектакля, проблем даже с мужскими ролями, что случается нередко даже в

Проект: "Театральная завалинка"

С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ ТЕАТР

Проект: "Театральная завалинка"

городах. Семь мужчин приняли участие в постановке!

Неожиданным открытием, говорит Людмила Валерьевна, стали театральные способности Алексея Цаплина, сыгравшего главную роль. С первой репетиции стало понятно – это находка, гарантирующая успех.

За сценой тоже много дел

Театр, как известно, начинается не со сцены. Много закулисной работы. С ней тоже отлично справились опытные помощники. Восемь костюмов для спектакля сшили Татьяна Андреевна Гулина, до выхода на пенсию она была закройщиком, и Ольга Николаевна Сазонова, раньше работавшая швеей.

Технический вопрос возник – как сцену к спектаклю подготовить и задники менять по ходу действия? С имеющихся условиях, вернее в их отсутствии, был риск получить производственные травмы.

– Разговорилась я по этому поводу с ветераном Геннадием Николаевичем Трифановым. Он сказал: «Поможем». Съездили в Котлас, закупили все необходимое и вместе с Александром Владимировичем Шаньгиным и Николаем Александровичем Шванёвым они сделали лебедку. Теперь никаких забот с техническим обеспечением и на других мероприятиях Центра.

На средства гранта кроме этого купили ткань для декораций, световой прибор, парики – все и для следующих постановок пригодится.

Двадцать два раза на уроки по театральным премудростям и

Швея Ольга Сазонова



С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ ТЕАТР



Николай Шванёв и Александр Шаньгин

на двадцать репетиций собиралась "Театральная завалинка". Все равно, конечно, волновались перед премьерой, но сцена даже новичков уже не пугала.

Премьера состоялась 23 декабря. Зал был полон. И из соседних деревень Верхней Сергиевской и Сакулинской привезли зрителей. Для них это был особенно большой праздник – в их клубах такие маленькие сцены, что на них черевковскому самодеятельному коллективу, да с декорациями будет тесно. Так что с гастролями по ближним соседям «Театральной завалинке» не поехать. Но с транспортом для подвозки тамошних жителей договорились с Красноборским музеем, нет автобуса у местной администрации.

«Браво!»

Проект получил оценку зрителей, высшую по театральной шкале – «Браво!» звучало из зала и на премьере, и на втором спектакле во время новогодних праздников. На нем уже было больше молодежи, пришли посмотреть на самодеятельных артистов приехавшие на каникулы студенты и гости. «Чувствовалось, – говорит Людмила Валерьевна, что по-другому реагировал зал, но тоже доброжелательно».

Очень много добрых слов прозвучало после. Зрители благодарили артистов, артисты – режиссера. А Людмила Гродская от души говорит большое, даже громадное, спасибо всем.

Делятся земляки впечатлениями и в Интернете. Елена Углова пишет: «Я горжусь, что в нашем селе Черевково живут такие таланты. Пока есть такие люди, наше село будет процветать! Спасибо за спектакль!»

Продолжение следует

И еще о важном результате проекта, может быть, самом важном говорит Людмила Гродская:

- Сплотил проект его участников. Получился настоящий театральный коллектив, в котором люди чувствуют, что они

Проект: "Театральная завалинка"

С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ ТЕАТР

Проект: "Театральная завалинка"

нужны. Мы на самом деле очень нуждаемся в них.

Коллектив продолжает нарастать. Недавно в автобусе пассажирка к Людмиле Валерьевне обратилась: «Это был ваш спектакль? Я тоже хочу играть!»

А у участников «Театральной завалинки» другой вопрос: что еще будем ставить? Так увлеклись театральным творчеством, что никого уговаривать на продолжение не надо. Есть у сцены и зала, полного зрителей, притягательная сила. Раз почувствовав ее, хочется вновь пережить это чувство волнения и радости. Так что в ближайшее время будни ветеранов будут опять заняты праздниками репетиций.

Общим решением выбрали для следующей постановки деревенские рассказы Василия Шукшина. И уже приступили к работе над ними. До лета надо успеть с премьерой, потому что летом огороды, внуки приезжают, а у молодых артистов – мужчин – работа с открытием судоходства. Но найдут обязательно время и в эту горячую для села пору, чтобы еще раз сыграть «Про Федота...» по многочисленным просьбам местных зрителей и тех, кто приезжает в родное село в гости и уже слышали о замечательном спектакле.

*Смирнов Андрей (Генерал),
Кошелев Алексей (Царь) и
Алексей Цаплин (Федот)*



МЫ РОДОМ ИЗ ВАЛДЕЕВО

Бабушки коношской деревни отсканировали фотоистории своих семей и создали генеалогические древа

Три деревни Коношского района - Иванкинская, Нечаевская и Шестовская - стоят на берегу озера Чёрное, в полукилометре друг от друга и называются общим именем Валдеево. Красивые здесь места, люди гостеприимные - так говорят многие гости, приезжающие на экскурсии. Посмотреть туристам здесь есть на что, и удивиться есть чему. Например, местным родникам под названием "Любовь" и "Счастье". Первый, говорят, дает мужскую силу, вода второго целебная для всех.

Если с техникой на "вы"

Валдеево - одно из самых древних поселений Коношского района. Общая история богатейшая, и в каждой семье - своя, достойная памяти.

Живет в Валдеево сегодня постоянно около 120 человек, половина из них - пенсионеры. Люди старшего поколения чаще обращаются к прошлому, бережно храня то, что можно назвать семейным архивом. В коробочках и шкатулках из прошлого века лежат старенькие трудовые книжки, зайдя в дом интересующийся гость - с гордостью покажут грамоты и благодарности советских образцов. И, конечно, достанут фотоальбомы. Или выложат на стол из загубевшего от времени полиэтиленового пакета стопку дорогих снимков. В них главная история семьи: свадьба, дети, свадьба детей, работа, праздники и даже похороны. Все это станет обязательно ценным и для внуков-правнуков. По этому фотоархиву они будут вспоминать кто кому кем приходится, если дождется "бумажный носитель" их взросления, не выцветут старые карточки любительского качества, не обветшает окончательно фотобумага.

"Отцифровать все надо", - даст сегодня совет молодежь и убежит по своим делам. А бабушка, которая еще помнит имена и степени родства, сидящая у компьютера со сканером - это нереально. Где взять технику и как научиться, если даже с менее сложной техникой она зачастую на "вы"?

Валдеевская горница

На самом деле очень даже реально ответить на эти вопросы делом, если есть желание, решила заведующая Валдеевской библиотекой Вера Козенкова. У Веры Владимировны большой опыт подготовки проектов, тоже кому-то казавшихся нереальными. Благодаря им, например, было полностью отремонтировано здание библиотеки. И появилась в ней "Валдеевская горница" с предметами быта, труда и отдыха позапрошлого и прошлого веков. С настоящей русской печью, действующей. Гостей, а бывает их за год здесь до 400 человек, могут попотчевать горячими пирогами, провести для них старинные обряды. Например, свадебный. Предложат поиграть вместе в выманки - это жмурки, или в поцелуйные игры. Много лет Вера Владимировна с помощниками проводит настоящую исследовательскую работу по краеведению, богатый материал собран о былой жизни.

Валдеевская библиотека, тоже одна из старейших в районе, одна из первых была компьютеризирована. Опять же проект

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Откуда мы родом"

Исполнитель: Козенкова Вера Владимировна

Цель проекта: создание условий для получения людей старшего поколения из д. Валдеево Коношского района новых знаний и вовлечение их в патриотическое воспитание подрастающего поколения.

Сумма гранта: 99268 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

Для реализации проекта при Валдеевской библиотеке был создан краеведческий клуб

"Исток" для обучения пенсионеров начальным навыкам работы и на ПК, сканированию личных фотографий для составления их родословных. На средства гранта приобретены ноутбук, проектор, проекционный экран, для комфортной работы - столы и стулья.

В проекте приняли участие 10 жителей Валдеево в возрасте от 57 до 77 лет и их внуки.

МЫ РОДОМ ИЗ ВАЛДЕЕВО

Проект: "Откуда мы родом"

помог, библиотечный. В общем, было чем делиться Вере Козенковой с земляками, а у них было желание научиться.

Так родился проект "Откуда мы родом", выигравший грант в конкурсе "Активное поколение" Благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко.

Семья в 105 человек

На средства гранта купили ноутбук, проектор, проекционный экран, аудиокolonки и столы со стульями, чтобы удобнее было собираться членам вновь организованного при библиотеке краеведческого клуба "Исток". Его участниками стали десять пенсионеров Валдеево и их внуки. Мужчины на занятия клуба тоже заходили, но, как правило, зрителями. А женщины взялись за дело с энтузиазмом, хотя и не без страха.

- А я боялась, что люди не пойдут, - вспоминает Вера Владимировна. - И зря. С какими трудностями столкнулись? Особенно трудно пожилым женщинам было научиться водить мышкой. Понимала их, потому что себя помню компьютерным новичком.

Научились участницы клуба печатать на компьютере, редактировать фотографии, сканировать их, вставлять в программу по составлению родословной. Познакомились с принципом составления генеалогического дерева, узнали о значении древнерусских имен и происхождении фамилий.

Занимались и все вместе, и по очереди приходили в удобное для себя время, потихоньку выстраивая свои фото-дерева, правда, не в классическом варианте снизу вверх, а в ленту. Самой первой своё фото-дерево создала Мария Григорьевна Миронова. На одном из коллективных занятий она рассказала о своих предках, самый старший из которых прожил 103 года. У другой участницы клуба, Валентины Анатольевны Вьялкиной

*Презентация старинных фотографий
на заключительном заседании*



МЫ РОДОМ ИЗ ВАЛДЕЕВО

линейка родни получилась из 105 человек. И свою ветвь выстроила, и по линии мужа. Вот как она сама говорит о пройденной учебе:

- Давно мечтала составить свою родословную, хотя бы близких людей охватить. Хочу, чтобы дети и внуки знали, кто был, и кто пока еще живой. Может, кто-то из них продолжит мою идею. Помог мне в этом проект "Откуда мы родом". В дополнение узнала азы пользования компьютером, что мне очень пригодится. Большое спасибо заведующей библиотекой Вере Валентиновне Козенковой за ее терпение, внимание к нам, пожилому поколению. Приятно было приходить на занятия. Зал подготовлен идеально: удобные столы, стулья, большой экран, что немаловажно для нас, пенсионеров.

Всего составлено, как и планировалось, десять родословных.

Есть идея!

Подвели итог проекта в родной библиотеке 22 января. Поделались женщины результатами работы, выполненными в электронном виде и распечатанными на бумаге своим односельчанам. А затем посмотрели презентацию «Старинные фотографии Валдеево». На большом экране сменяли друг друга уникальные довоенные снимки и фотографии семидесятых годов прошлого века.

Сколько было эмоций, когда старожилы деревни узнавали себя в юности и близких людей!

Решили участники краеведческого клуба "Исток", что с завершением проекта эта работа не закончится. Загорелись многие идеей создать свои презентации, рассказывающие о красотах окрестностей родных деревень. И обязательно с музыкальным оформлением. В коллективных планах задумка создать историю Валдеево в лицах. Только вот хорошего фотоаппарата для этого не хватает. Так что, возможно, появится новый проект.

А пока за окнами нескольких деревенских домов теперь загораются экраны компьютеров, за которыми сидят бабушки. И ничего нереального в этом, оказывается, нет.

Проект: "Откуда мы родом"



Бабушка с внучкой готовят родословную своей семьи

ДОБРОЕ ДЕЛО ПЕРЕИМЧИВО

Представители старшего поколения поселка Уемский научились ремеслу и экскурсионному делу.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Мастерство серебряного возраста»

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение «Музей народных промыслов и ремёсел Приморья» (п. Уемский Приморского района)

Цель проекта: создание условий, способствующих социальной поддержке и продлению активности у людей старшего возраста в МО «Уемское», обучение их традиционным ремёслам, основам экскурсионного дела

Сумма гранта: 97350 рублей

Продолжительность проекта: 5 месяцев

В ходе проекта при Музее народных промыслов Приморья люди старшего возраста изучали техники старинных ремесел и основы музейного дела, а потом передавали свои знания землякам на мастер-классах и во время авторских экскурсий - школьникам.

В проекте приняли участие 20 человек пенсионного возраста, они поделились новыми знаниями и навыками с 400 земляками.

Руководитель проекта Алёна Иванова в зале музея, посвященного быту Беломорья

Поселок Уйма даст фору некоторым малым городами по протяженности – на семь километров растянулись его дома вдоль дороги. Место здесь красивое и удобное – крутой берег Северной Двины, а до областного центра рукой подать, сразу за границей Архангельска поселок начинается.

И местной достопримечательности - замечательному Музею народных промыслов и ремесел Приморья не одно городское собрание исторических ценностей может позавидовать. Есть этому и официальное подтверждение – в 2015 году Уемский музей в конкурсе областного уровня получил звание «Лучшее муниципальное учреждение культуры». Хотя он по сравнению с другими и с историей, которую хранит, еще очень молодой, работает всего четверть века.

В горнице Сени Малины

Краткое знакомство с музеем под руководством главного специалиста отдела экскурсионно-массовой работы, профессионала музейного дела и увлеченного человека Алёны Ивановой настолько интересное, что желание одно – приехать сюда еще не раз. Чтобы подробно познакомиться с каждым экспонатом в «мужском зале», где собраны изделия гончарного, берестяного и других ремесел, с экспозициями, посвященными Великой Отечественной войне, славной морской истории Приморского района, быту Беломорья прошлых веков...

А пока ближе знакомимся с сегодняшним днем музея по результатам работы проекта «Мастерство серебряного возраста», выигравшего грант в конкурсе «Активное поколение» благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко и Центра социальных технологий «Гарант».

Мы расположились в уютном зале, посвященном самому известному балагуру Уймы - Сене Малине, вдохновителю сказочника Степана Писахова. Многие, наверное, знают, что на самом деле жил такой Семен Михайлович Кривоногов, 160-летие со дня рождения которого недавно отмечали. А вот про то, что служил он на флоте, был мастером на все руки, справным



ДОБРОЕ ДЕЛО ПЕРЕИМЧИВО

хозяйном и отцом семерых детей, немногие слышали. Фотографии потомков Семена Михайловича и генеалогическое древо его семьи - во всю большую стену. И сегодня его наследников можно узнать по бойкому языку, говорят наши собеседницы - участницы проекта.

*Проект: «Мастерство
серебряного возраста»*

Мастера-экскурсоводы

В документах этих женщин несправедливо записано «пенсия по старости», кто бы подсказал государству эту обидную фразу изменить.

На «заслуженном отдыхе» женщина всегда себе работу найдет. Но все равно это трудно – вдруг остаться без коллектива, без ежедневных забот, которые занимали большую часть твоей жизни. Тем более что не все с работой расстаются по добром желанию. Социальной адаптацией называется доброе дело, придуманное Алёной Ивановой. Задач у него много: организовать занятость людей старшего поколения, заполнить пустоты их пенсионной жизни делом, которое может к тому же принести личный доход, привлечь их к работе музея, к взаимно полезному общению с подрастающим поколением.

Двадцать участниц проекта урок за уроком по два академических часа изучали теорию и практику старинных ремесел. В этом числе полный цикл изготовления и росписи глиняной игрушки. Народный мастер приезжал, делился опытом, а гончарный круг и муфельная печь для обжига керамики в музее свои. Учились обрядовые и обережные куклы мастерить, овладевали мезенской росписью.

Еще одна составляющая проекта, очень важная и интересная – экскурсионное дело. Изучали теорию, знакомились с фондами музея. После большого учебного курса проектанты уже сами проводили мастер-классы и экскурсии для учеников местной школы. Готовились к персональным экскурсиям по всем правилам, каждый написал текст будущего устного рассказа, составил технологическую карту и провел пробную экскурсию для участников проекта – проверил свои силы.

Много среди участников проекта бывших педагогов. Так что общение для них дело привычное, хотя все равно очень волновались – рассказывает Алёна Иванова. - Местным ребятам было интересно узнать в экскурсоводе бывшую учительницу, или

Татьяна Будакова



ДОБРОЕ ДЕЛО ПЕРЕИМЧИВО

соседку: оказывается, она так много всего знает и так интересно рассказывает! Много авторы экскурсий привнесли своего, порой неожиданного. Каждый выбирал тему по интересу. Один мужчина, вспомнив свое военное детство, подготовил экскурсию по залу Великой Отечественной войны. Другая участница выбрала морскую тему – ее отец был капитаном. Результат получился ярче, чем ожидали.

«Не ожидали от себя»

Татьяна Будакова всю жизнь проработала воспитателем детского сада:

- Не могу сидеть дома. Уже три года веду кружок вязания. Захотелось узнать что-то новое. Рисовать никогда не умела, в педучилище за меня подружка всегда рисовала. А попробовала мезенскую роспись – так легко, оказывается. Очень понравилось.

«Не ожидали от себя», – говорят и другие участницы проекта про удачные рукодельные результаты.

Для отчетной экскурсии Татьяна Ивановна выбрала Беломорский быт, для себя самое интересное. Готовилась очень старательно, за дополнительной литературой в библиотеку ходила. «И весь вечер от книги не могла оторваться». Получилось у нее удивить даже профессионала Алёну Григорьевну – принесла на встречу миску с яйцами, поставила у самовара, предложила юным зрителям-слушателям догадаться: зачем это? Оказывается, яйца раньше хозяйки в самоваре варили. А у экскурсовода следующая загадка: почему в стародавние времена свёкр одной из жительниц Уймы уносил с собой в поле от самовара краник, без которого воды не нальешь? Да потому что характером тяжелый был, думал, что невестки бездельничать станут за чаем, пока его дома нет.

Начнешь – не остановиться

- Узнав про проект, мы в музей бегом прибежали. Скучновато дома, нужно общение, – продолжают разговор Ольга Шахартова и Александра Иванова.

Александра Евгеньевна придумала провести для четвероклассников экскурсию по елочным игрушкам, таким, каких современные дети и не видели. По ним, на прищепках и веревочках, в сверкающей стеклянным снежком вате даже историю страны узнавать можно. Мало кто из школьников знал, как она раньше называлась, почему на старенькой игрушке написано СССР. Народный экскурсовод расшифровала. И про Рождество рассказала. Каждый ребенок каждую игрушку подержал в руках, рассмотрел внимательно, а потом все вместе повесили ретро-красоту на елку. Получилось очень красиво, познавательно и ни одного хрупкого экспоната не разбили.

А вопросов было столько, что вместо планового получаса разговаривали целый час.

И у всех, говорят, так было.

- Сначала боялись: «Мы только немножко, полчаса только поговорим». Но начнешь, и остановиться невозможно. А после думаешь: «Сколько всего я еще могла сказать!»

Занятия и мастер-классы тоже удлинились заметно, чаепитиями и разговорами. Кто не знаком был до проекта – все-таки

ДОБРОЕ ДЕЛО ПЕРЕИМЧИВО

4200 человек живет в Уйме – перезнакомились.

У юриста Ольги Владимировны первыми экскурсантами были третьеклассники. Она выбрала для своего рассказа зал поморских ремесел.

- В первую очередь потому, что мне самой это интересно. С такой радостью что-то новое узнаешь. И по ночам перед занятием не спишь, думаешь, как бы лучше все сделать, что еще прочитать и найти. Ребята тоже с большим удовольствием слушали. И говорили «Мы тоже хотим заниматься глиной». Видеть заинтересованные глаза детей - это дорого стоит.

Умножение добра

Как и планировалось по проекту, 20 человек «серебряного возраста» после 16 занятий сами провели 20 экскурсий и столько же мастер-классов для детей, молодежи и своих сверстников, общее число слушателей тоже круглое – 400.

Все участники проекта получили сертификаты о подтвержденных знаниях. Теперь они добровольные помощники музея, очень нужные. Планирует Алёна Иванова и ее актив, что и дальше-шире пойдет дело. Уже своими силами собираются продолжить его, предложив свои знания и умения земляками и жителями других муниципальных образований, которых в Приморском районе еще девять. «Доброе дело переимчиво» - говорили раньше в народе, и теперь говорят, подтверждая поступками.

И материальный стимул для творчества у старшего поколения поселка Уемский появился – изделия народных ремесел, которым научил их проект, можно продать через сувенирную лавку музея. Туристам они очень нравятся.

*Проект: «Мастерство
серебряного возраста»*

*Александра Иванова, Татьяна Будакова,
Ольга Шахаратова и Алёна Иванова
(слева направо)*



МАСТЕРИЦЫ УЮТНОГО ДОМА

"Жизнь кипит, если сами люди равнодушны", - говорят участницы клуба рукоделия Заостровского Дома культуры под шум новых швейных машинок.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Мастерская в уютном доме"

Исполнитель: Иевлева Вера Владимировна

Цель проекта: создание мастерской для кружка рукоделия "Уютный дом" на базе Заостровского Дома культуры, вовлечение граждан пожилого возраста в творческую деятельность, передача их опыта молодежи.

Сумма гранта: 25000 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

Для реализации проекта было приведена в порядок заброшенная подсобка Дома культуры, установлены рабочие столы, дополнительное освещение, приобретены три швейные машины и расходный материал для швейного творчества

В проекте приняли участие женщины старшего поколения Заостровья - участницы клуба рукоделия «Уютный дом», члены общественных организаций, работники Дома культуры, местные школьники.

Заостровский Дом культуры большой, деревянный, построенный в пятидесятых годах с затеями - балкончиками, крышей, как у сказочного терема. Он стоит в деревне Большое Анисимово. А всего в Заостровье 25 деревень, небольших и еще меньше, в которых живут 2,2 тысячи человек.

...Вечер воскресенья. Для сельского очага культуры - самый разгар работы. Так что его двери, пока оглядываюсь снаружи, многократно хлопают. Потом мы познакомимся с женщинами, которые спешили на занятие в мастерскую. А пока, поднимаясь по внутренней лестнице с балясинами, встречаемся с одним из авторов проекта "Мастерская уютного дома" Степаном Малкевичем. Молодой парень - художественный руководитель Дома культуры, ведет молодежные направления. Говорит, интересно работать, когда такие вот проекты поддерживают инициативу, дают возможность что-то новое придумать и исполнить.

Мастер на все руки

Готовили проект общими усилиями. А главный зачинщик - культурорганизатор, известный не только Заостровью народный мастер Вера Иевлева.

- Народным ремеслам - изготовлению кукол-оберегов, вышивке я учились в восьмидесятых года у вельской мастерицы Надежды Митусовой,- говорит Вера Владимировна.

И продолжает список своих умений. Он настолько длинный, что легче сказать, чего она не умеет: не освоены прока коклюшки.

- Нам бы еще мастерицу по коклюшкам, тогда бы я вовсе не уходила отсюда, - подхватывает разговор Надежда Семеновна Ланцова, представитель старшего поколения Заостровья.

За разговором она и Валентина Николаевна Кононова ловко работают крючком - вяжут очередную кружевную красоту.

"Всю жизнь вяжем, меня еще моя бабушка учила этому". Конечно, соглашаются, с таким-то опытом можно и дома любимым делом заниматься, что практикуется в каждую свободную минуту - у телевизора с пустыми руками не сидят. Но хочется общения, за этим и спешат в «Уютный дом». Опять же новый узор можно изучить.

«Жизнь кипит, если люди сами равнодушные»,- говорят о своей пенсионерской жизни. Вот повяжут, пообщаются и пойдут на репетицию хора ветеранов "Заостровушка".

Чтобы скучать было некогда

Кружок рукоделия "Уютный Дом" Вера Иевлева ведет уже давно. 21 участница в списочном составе, и прогульщиков нет. Он, а также кружки «Рукодельница» для школьников стали основой нового проекта "Мастерская уютного дома", выигравшего грант конкурса "Активное поколение".

Решили, что пора дальше идти, ветеранов учить новым для

Проект: "Мастерская в уютном доме"

МАСТЕРИЦЫ УЮТНОГО ДОМА

них навыкам, которые смогут и прибавку к пенсионерскому бюджету дать.

По Заостровью проложен интересный туристический маршрут. Гостей здесь бывает много. Приезжают в местный храм, который ни на день не закрывался даже в суровые к религии советские годы, к молельному кресту. Обязательно посещают музей, в трех комнатах которого столько интересных экспонатов собрано, что не один час уйдет, если знакомиться с каждым. А где туристы, там и торговля сувенирами. Хорошо расходятся те же куклы-обереги и лоскутное шитье: прихватки, одеяла и подушки. Но материальная выгода только часть пользы проекта, вытекающая из главной задачи - занять творческой работой людей старшего поколения, помочь им отвлечься от проблем со здоровьем и других переживаний, от одиночества, которые так часто становятся спутниками пенсионерской жизни.

Плюс три швейных места

Если для вязания особых условий не надо, то швейные изделия «на коленках» не выполнишь. Идею оборудовать мастерскую все поддержали. Общими усилиями работников Дома культуры, библиотеки, членов женсовета, совета ветеранов, совета молодежи и местных школьников привели в порядок заброшенную подсобку ДК, где раньше была костюмерная. На средства проекта обустроили рабочие места с удобными столами, хорошим освещением. И купили три швейные машинки. Выбирали их тщательно, остановились на зингоровской

Проект: "Мастерская в уютном доме"

Елена Швыркова и Вера Иевлева в мастерской «Уютного дома»



МАСТЕРИЦЫ УЮТНОГО ДОМА

Проект: "Мастерская в уютном доме"

модели."Она с вертикальным челноком, значит, может шить толстые ткани". Покупка через Интернет помогла сократить затраты.

Не подвели производители, проверку большим делом техника уже прошла: на ней пошили костюмы Рыбок и Кошечек к новогоднему представлению Дома культуры.

И чего боялись?

Елена Васильевна Швыркова - первая ученица лоскутного шитья, снимает с со швейной машины ажурную накидку. "Пластиковые чехлы серые, скучные, а так красиво, по-деревенски", - объясняют женщины принцип построения уюта мастерской. Елена Васильевна продолжила шить лоскутное покрывало для старинной деревянной скамейки. У нее дома машинка тоже есть, но здесь, утверждает она, гораздо интереснее, и Вера Владимировна всегда даст нужный совет, в том числе по непростому искусству цветосоставления.

Елена Васильевна и знакомую свою в мастерскую «Уютного дома» привела, не без труда уговорив. Теперь и та с удовольствием на занятия ходит. Стесняются иной раз люди старшего поколения что-то новое начинать, вдруг не получится, неудобно будет. А потом сами себе удивляются: и чего боялись?!

Вера Иевлева демонстрирует костюм, сшитый на швейных машинках проекта



МАСТЕРИЦЫ УЮТНОГО ДОМА



Проект: "Мастерская в уютном доме"

Мастерская «Уютного дома» списочным составом участников не ограничивается. Жители Заостровья могут принести сюда свою работу, если кому-то что-то отремонтировать из одежды надо. Есть желание самому сесть за машинку - пожалуйста, только под руководством мастера.

«Мы в декрете заскучали»

Пока мы разговаривали, две молодые женщины, Виктория и Мария, пытались сложить тряпичный мячик из закольцованной цепочки мягких пирамидок. Вера Валентиновна на одной из ярмарок мастеров приглядела такую текстильную головоломку - нет предела народной фантазии.

Виктория и Мария пришли на первое занятие по кройке и шитью "Мы в декрете заскучали". С малышами в выходной день остались папы, а молодые мамы будут учиться и продолжат цепочку поколений мастеров.

Елена Швыркова осваивает лоскутное шитье на машинке, приобретенной в рамках проекта

ГОСТИНИЦА ДЛЯ ОДИНОКИХ БАБУШЕК

Уютный дом со всеми деревенскими удобствами готов принять для проживания на зиму пожилых людей, а летом – всех желающих.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Без воды и не туды, и не сюды"

Исполнитель: местная общественная благотворительная организация развития гражданских (общественных) инициатив и добровольчества «Инициатива Пинежья» (с. Карпогоры Пинежского района), ТОС Веегора» (д. Веегора Пинежского района)

Цель проекта: создание максимально комфортных условий для совместного проживания пожилых людей в зимнее время, в том числе для гостей в летнее время.

Сумма гранта: 100000 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

Возле дома совместного проживания была пробурена скважина для дальнейшего проведения воды в дом.

В проекте приняли участие члены ТОС «Веегора», работники специализированной организации и добровольцы.

Дом совместного проживания

"Страшнее нету одиночества, чем одиночество в толпе" - написал поэт. Не согласится с ним только тот, кто знает, как плохо бывает немолодому человеку в пустом доме маленькой деревни, зимними вечерами в которой светящиеся окна можно по пальцам пересчитать. Зачастую сталкиваются с таким одиночеством бабушки, оставшиеся в одиночестве. И бы трудно ни было каждый день топить печь, носить воду, не давая снегу завалить дорожку к дому, старики ни за что не соглашаются уехать далеко из родной деревни, даже на время.

«Тепло домашнего очага»

В Пинежском районе около двух тысяч жителей старше 70 лет. Более десяти из них нуждаются в помощи, особенно в зимнее время. Есть такие бабушки и в муниципальном образовании "Пиринемское", в состав которого входит деревня Веегора. Ее активные жители, в основном тоже пенсионного возраста, три года назад создавшие ТОС, отлично знают, как непросто живется одиноким бабушкам. Поэтому решили им помочь. После участия в семинаре, у них родилась идея создания дома для совместного проживания пожилых людей в зимнее время. И чтобы в другое время он работал, окупая свое содержание и, возможно, принося доход - стал гостевым домом для желающих отдохнуть в деревне.



ГОСТИНИЦА ДЛЯ ОДИНОКИХ БАБУШЕК



Комната дома совместного проживания



Кухня дома совместного проживания

Проект: "Без воды и не туды, и не сюды"

ГОСТИНИЦА ДЛЯ ОДИНОКИХ БАБУШЕК

Проект: "Без воды и не туды, и не сюды"

В 2015 году активисты ТОС «Веегора» вместе с общественной организацией "Инициатива Пинежья" написали проект "Тепло домашнего очага" и выиграли грант в конкурсе "Активное поколение". Местная и районная власти проект, который мог помочь решить одну из социальных проблем, тоже поддержали.

Теперь с водой

Дом старинный, но еще крепкий, только нуждавшийся в ремонте, выделила администрация поселения, он был в муниципальной собственности. На средства гранта, при помощи добровольцев сложили новую печь, частично заменили потолок, сделали полный косметический ремонт двух комнат, в коридоре оборудовали теплый биотуалет, построили новое крыльцо. И уже в конце 2015 года в домашней гостинице для бабушек можно было жить. А чтобы сделать жизнь постояльцев еще комфортнее, в 2016 году теми же силами был подготовлен новый проект "Без воды и ни туды, и не сюды", снова получивший одобрение и грант конкурса "Активное поколение" благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко.

В результате у дома появилось еще одно удобство – вода, за которой теперь не надо с ведрами идти на колонку. На средства гранта был заключён договор на бурение скважины со специализированной организацией, работники которой уже на добровольных началах выполнили одну из технологических

Скважина у дома совместного проживания



ГОСТИНИЦА ДЛЯ ОДИНОКИХ БАБУШЕК

задач - провели откачку грязной воды, приобретены материалы для утепления. Только в сам дом воду по техническим причинам не удалось провести, но эту задачу решат будущим летом.

В месяц на воду, электроэнергию и сухие порубленные дрова у постояльцев будет уходить 3 тысячи рублей для трех жильцов - по одной тысяче с каждого. Не дорого даже по деревенским меркам. И с продуктами вышла бы экономия, если бы на общий стол закупать. А магазин в двух шагах, из окон в окна стоит.

Всегда готовы!

Летом в доме жили молодые ребята - фотохудожники из Калуги и оставили хорошие отзывы о проживании в Веегоре. Интересовались условиями недорогого проживания в крестьянской избе и другие желающие отдохнуть в красивой, с чистым воздухом деревне Веегора, но так и не приехали.

Просто, наверное, время еще не пришло. Все новое, даже очень хорошее, не сразу приживается, особенно в глубинке.

Проект: "Без воды и не туды, и не сюды"

Участницы проекта «Без воды и ни туды, и ни сюды»



ВМЕСТЕ ВЕСЕЛО ШАГАЛИ И ПЕЛИ У КОСТРА

Как представители старшего поколения общества слепых стали настоящими туристами.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Вместе весело шагать"

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

Цель проекта: создание туристического клуба с целью повышения адаптационных возможностей и способности приспосабливаться к изменяющимся обстоятельствам людей пожилого возраста с проблемами зрения

Сумма гранта: 99500 рублей

Срок исполнения: 6 месяцев

За время проекта группа инвалидов по зрению старшего возраста изучила теорию туристского дела, технику безопасности походов и совершила три выхода на природу, в том числе с ночевкой. Теперь они готовы делиться своим опытом активного отдыха с другими членами организации.

В проекте приняли участие инвалиды по зрению от 50 до 78 лет, их родственники и волонтеры – около 60 человек.

Каждый может представить, что испытывают люди, потерявшие зрение. Достаточно закрыть глаза и попробовать сделать что-то самое обыденное, без чего не обойтись.

Погружаясь в темноту, мир сужается до катастрофических размеров. Страшно и несправедливо, когда человек сталкивается с такой бедой в молодом возрасте. Но, как бы ни цинично это звучало, у него все-таки есть время научиться жить по-новому. А пожилому человеку, и без того ограниченному в желаниях и возможностях, слепота кажется окончательным крушением жизни.

У руководителя Архангельского местной организации общества слепых Светланы Бурковой остаточное зрение - две сотых. "Как вы ходите?" - спрашивают те, кто понимает, какой это мизер. "Привыкла" – даже в голосе Светланы Аркадьевны слышна добрая улыбка. Она отлично знает, почему люди с такими же проблемами от отчаяния уходят в себя, лишаясь воли к действию, лежат дома неделями, а то и годами. И даже их заботливые близкие уже не верят, что может что-то измениться.

Сделать первые шаги вслепую, действительно, трудно. Неоценимую помощь может оказать пример человека, оказавшегося точно в такой же ситуации, и справившегося с ней.

- И мы приглашаем людей к себе, в организацию: приходите, ждем! - рассказывает Светлана Аркадьевна.

Вспоминает, как обратилась не так давно к ней женщина, у которой еще нет группы инвалидности, но зрение падает, и процесс не обратим.

- Пригласили мы ее к себе в организацию, есть у нас такая категория "на правах зрячих". Теперь она участвует во всех наших мероприятиях, очень активный и жизнерадостный человек.

Что нужно делать в организации? Общаться, участвовать в праздниках, делиться проблемами и обмениваться доброй и нужной информацией.

- Знаете, к нам ездит женщина с Фактории. И каждый раз, рассказывает, выходя из дома, она получает поддержку от незнакомых людей. Обязательно кто-то поможет перейти дорогу или дверь открыть. Добра на свете все-таки больше.

А с недавних пор список общих добрых дел организации пополнил туризм.

Вырваться!

Вырваться из своих квартир, из города на природу, да не так, чтобы вывезли тебя посидеть на скамеечке возле дачного домика, а для активного отдыха - несбыточная мечта слабовидящих и слепых людей сбылась благодаря проекту "Вместе весело шагать". С ним архангельская организация общества слепых выиграла грант в конкурсе «Активное поколение под патронажем Центра социальных технологий «Гарант». Средства на реализацию данного проекта предоставлены Благотворительным фондом Елены и Геннадия Тимченко.

ВМЕСТЕ ВЕСЕЛО ШАГАЛИ И ПЕЛИ У КОСТРА

Предложение всерьез заняться туризмом было дружно и с энтузиазмом поддержано всеми. Примеров в ближнем окружении, когда люди с остатками зрения активно занимаются лыжами и другими активными видами отдыха, предостаточно. А хороший пример дает надежду: значит, так можешь и ты.

На средства гранта купили три четырехместные палатки, десять спальников, столько же туристских ковриков, гермомешок для защиты одежды от дождя, треногу и котелок.

- Сначала мы провели семинар, в котором участвовало 12 человек, тотально слепых и с остатками зрения, - рассказывает Светлана Аркадьевна. - Инвалид первой группы по зрению, опытный турист-байдарочник Николай Смирнов приезжал из Северодвинска и рассказывал о своём опыте. И - два партнёра по проекту из РОО «Федерация спортивного туризма Архангельской области» обучали туристско-бытовым навыкам.

Изучали теорию и практику похода: как подобрать одежду для путешествия, разложить палатку, развести костер, натянуть тент, оказать первую медицинскую помощь и не довести до нее, выполняя все требования техники безопасности.

Первый поход

В первый поход, 6 августа, решили идти с ночевкой. Собрались 16 желающих, старшей туристке 78 лет, в сумке на колесиках привезла она туристскую поклажу.

Тревога, говорят, была, но когда добрались на автобусе до места - берега озера Коровье и взялись за дело, поняли, что на самом деле бояться нечего, подготовка пройдена отличная, все до мельчайших деталей наставниками было учтено.

- У каждого участника похода были свои обязанности. Одни занимались обустройством места, вторые костром, третьи продуктами. Не было человека, который бы просто так сидел.

Проект: "Вместе весело шагать"



Участники проекта «Вместе весело шагать» во время похода



ВМЕСТЕ ВЕСЕЛО ШАГАЛИ И ПЕЛИ У КОСТРА

Проект: "Вместе весело шагать"

Все работали дружно. И при этом никакой неразберихи, отличная была обстановка, располагающая к раскрепощению, - продолжает Светлана Аркадьевна.

Куда в следующий раз?

Добрых эмоций и сегодня предостаточно. Вспоминают участники похода, как катались на байдарках. Удивляются, что, не смотря на прохладный день, все-таки решили искупаться. И невозможно забыть, как вечером допоздна все дружно сидели у костра и пели песни под гитару Николая Смирнова, а его жена играла на флейте.

Свежий воздух, общение, красота природа, которую можно не только видеть, но и чувствовать, ощущение единства и надежного плеча рядом... - список достоинств туристской жизни длинный. А о результате можно сказать и коротко: всем очень понравилось, все спрашивали: когда пойдем еще? Четко продиктованные и усвоенные правила безопасности позволили обойтись даже без малейших царапин, не то что травм. И никто не растерялся, не потерялся при полной свободе передвижений.

И второй поход был, тоже замечательный. А в декабре, как и планировали, съездили все вместе на туристическую базу «Мечка». Одни катались на лыжах, другие на коньках, еще были ватрушки и просто отдых. И снова, уезжая, все спрашивали: "Когда и куда в следующий раз?"

- Теперь планируем в Пинежье, в пещеры, - удивляет Светлана Буркова.

Участники проекта «Вместе весело шагать» во время похода



О ЧЕМ МЕЧТАЮТ СТАРОЖИЛЫ

Сельским библиотекарям знакома проблема недостатка социально-значимого общения у людей старшего поколения.

В рамках проекта волонтеры из числа активных пенсионеров и работников библиотеки создали группу активистов, занявшихся сбором материалов у старожилов. Опросник касался лекарственных трав и особенностей сбора, старинных слов и игр, предметов быта, сохранившихся в домах старожилов, особенностях и традициях, связанных с ремеслами, в особенности — со старинной вышивкой.

В июле группа в составе 11 человек собирала лекарственные травы (тысячелистник, красный клевер, иван-чай, лист земляники, льнянку, позже — по сезону — брусничный лист). Сушили и хранили их дома, по правилам, рассказанным старожилами.

Библиотекари подготовили презентацию о лекарственных травах Архангельской области, помогли составить сбор фиточая и устроили его дегустацию, а высушенные травы впоследствии были представлены на сентябрьской ярмарке.

По мере возможности течение августа и сентября проходил сбор сведений. Рассказы о жизни старожилов записывались на диктофон, выяснилось, что сами жители поселка мало знают о быте и ремеслах, которые существовали здесь при старшем поколении.

В библиотеке была подготовлена и показана презентация по старинным рецептам русской кухни. В неё вошли и блюда, приготовление которых было записано в ходе опроса старожилов посёлка, собравшиеся согласились с тем, что многие блюда и сейчас присутствуют на столах Урдомчан: хозяйки квасят капусту, добавляют морковь, клюкву, некоторые тмин, делают заварную капусту и, оказывается, возродили выпечку ржаного хлеба на закваске.

В течение долгого времени библиотекари систематизировали полученные от волонтеров данные по диалекту жителей поселка, сравнивали с толковым словарём Даля, словарём областного архангельского наречия Подвысоцкого. В результате работы был создан «Словарь народных слов и выражений», в который вошли обнаруженные слова из говоров Ленского, Холмогорского, Устьянского районов Архангельской области, Вологодской и Ярославской областей.

Силами жителей поселка и волонтеров удалось собрать около 60 экспонатов для выставки вышивки, бережно сохранённых урдомчанами. По задумке библиотекарей, фойе клуба было превращено в жилое помещение. Подзоры и подвесы для кроватей украсили столы. Импровизированные окна были «одеты» занавесками, одной из которых более ста лет. Наволочки на подушки с прошивами, половики, ковер вышитый вручную, накомодники, скатерти, салфетки — все эти вещи иллюстрировали историю вышивки в поселке. Библиотекари провели 3 экскурсии по выставке для учащихся 4-х классов и экскурсию для группы детского сада, в общем, насытили жизнь поселка новыми впечатлениями.

С участием клуба «Вдохновение» организаторы провели

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Воплощенные мечты"

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение «Центр культуры и досуга» МО «Урдомское» (п. Урдома, Ленский район)

Цель проекта: Привнести радость общения и творчества в жизнь пенсионеров старшего поколения, привлекая активных пенсионеров к интересной им деятельности на базе библиотеки.

Сумма гранта: 54 558 рублей

Продолжительность проекта: 6 месяцев

Пенсионеры – старожилы поселка поделились своими воспоминаниями, передали секреты мастерства, создали диалектный словарь и сохранили для потомков уникальную культуру своего района. Проект расширил сферу деятельности женского клуба «Вдохновение», участницы которого, вместе с библиотекарями, переняли опыт старожилов поселка, вспомнили навыки традиционного рукоделия, рецепты выпечки и блюд, секреты заготовки трав и обучили этому новых пенсионеров – участников проекта.

Всего в проекте приняло участие более 700 человек от 6 лет до 90.

О ЧЕМ МЕЧТАЮТ СТАРОЖИЛЫ



*Передача вышитого рушника
«Матушке-Зиме»*

посиделки для детей старшей группы местного детского сада, где звучали русские народные песни, загадывали старинные загадки, водили хоровод, играли в народные игры.

Кроме этих вех, можно отметить множество других совместных мероприятий — проводили презентации, игры и викторины, составленные по собранному материалу, выступления и экскурсии, мастер-классы по секретам ремесел, и даже съездили в «Резиденцию Матушки-Зимы», чтобы подарить ей урдомской «рушник» с вышивкой.

В результате проекта были налажены связи с местными мастерицами, издан сборник диалектных выражений, но основной заслугой проекта можно считать привлечение внимания к тем знаниям об истории и традициях поселка, которые сохранили старожилы — пенсионеры глубоко преклонного возраста.

Заметки о ходе проекта публиковались в урдомской газете «Вечерняя Урдома». Редактор газеты «Маяк» обратилась с просьбой об отправке материалов и в районную газету, настолько значимым и интересным для района оказался этот проект.

Проект помог старожилам почувствовать свою значимость при сборе материалов по истории посёлка, старинных слов и выражений, экспонатов к выставке народных ремёсел. Были записаны частушки, игры для детей, которыми библиотекари смогут научить детей летом. В ходе совместных мероприятий произошло объединение участниц женских клубов «Вдохновение» и клуба рукоделия при Совете ветеранов КС-13.

Проект поддержали не только местные муниципальные учреждения, но и индивидуальные предприниматели и местные жители.

Проект: "Воплощенные мечты"

ВЫЙТИ НА НОВЫЙ УРОВЕНЬ

Проект «Серебряный возраст — золотые руки» позволил пожилым людям с проблемами зрения понять, что бизнес на пенсии может стать важной составляющей нового образа жизни современных людей «серебряного возраста».

В рамках проекта «Серебряный возраст – золотые руки» специалистами Центра занятости был проведен круглый стол «Развитие предпринимательской деятельности среди пожилых людей». Участники получили информацию о подготовке документации для открытия своего дела, также специалисты Центра занятости города Архангельска рассказали о возможностях участия пожилых людей в программах по предпринимательской деятельности, о бизнесе на пенсии, организации сбыта продукции и патентах.

На 5 месяцев на базе РООИ «Надежда» была организована мастерская для людей старшего возраста, в которой можно было работать по договору с РООИ. Мастерская понадобилась, так как многие пожилые люди хотели иметь место, куда они могли бы приходить, отрываясь от домашних дел, встречаться с друзьями и заниматься любимым делом.

Заключение договоров позволило зафиксировать круг прав и ответственности сторон, обязанности по изготовлению продукции с установленными нормами для каждого участника индивидуально с учетом вида продукции. На дому из участников проекта работал мастер резьбы по дереву.

Изделия, изготовленные руками пожилых людей с проблемами зрения, были представлены на ярмарках: 10 сентября и 26 ноября в Архангельском культурном центре, а также 24 и 25 сентября на Маргаритинской ярмарке и непосредственно в РООИ «Надежда», где была организована выставка вязаных изделий. Для всех видов продукции в переплетной мастерской РООИ «Надежда» была разработана упаковка и лайба, говорящая о том, что продукция изготовлена руками инвалидов по зрению.

В перспективе планируется реализация продукции в сотрудничестве с сетью магазинов «Шик», с которыми в настоящее время налажены партнерские отношения. Кроме того, планируются проекты по социальному предпринимательству в партнерстве с местными благотворительными фондами.



КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Серебряный возраст - золотые руки»
Исполнитель: Региональная общественная организация инвалидов «Надежда» (Архангельск)

Цель проекта: содействие улучшению качества жизни людей старшего возраста с тяжелыми нарушениями зрения методом вовлечения их в предпринимательскую деятельность.

Сумма гранта: 100 000 рублей

Продолжительность проекта: 6 месяцев

В рамках конкурса «Активное поколение» в РООИ «Надежда» и в местной организации Всероссийского общества слепых проводились занятия по обучению людей с проблемами зрения прикладному творчеству: навыкам вязания и резьбе по дереву. В настоящее время занятия по обучению продолжают, а также умельцы регулярно собираются и изготавливают свою продукцию. В рамках проекта «Серебряный возраст - золотые руки» РООИ «Надежда» создала условия для реализации изделий пожилых людей с проблемами зрения и тем самым улучшила их моральное и материальное положение в современном обществе.

В проекте принимали участие люди пожилого возраста с частичным или полным отсутствием зрения в возрасте от 50 лет и старше – 20 человек и волонтеры – 10 человек из числа пожилых людей РООИ «Надежда».

Работа мастериц-вязальщиц

РЕАБИЛИТАЦИЯ ТВОРЧЕСТВОМ

В рамках проекта были сформированы четыре группы обучающихся в каждом поселении с первичными организациями ВОИ: Яренске, Урдоме, Литвино, Козьмино. В проект вошли активные молодые пенсионеры, ветераны, люди с инвалидностью и члены их семей - дошкольники, школьники - внуки бабушки и дедушек.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Изостудия «Фантазия»

Исполнитель: Местная общественная организация – «Ленская районная организация Всероссийского общества инвалидов» (ВОИ) (с. Яренск, Ленский район)

Цель проекта: Социокультурная реабилитация пожилых и людей с ограниченными физическими возможностями здоровья средствами изобразительного искусства.

Сумма гранта: 99 935 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

Благодаря проекту в первичных организациях Ленского ВОИ открылись студии по изобразительному искусству: ветераны, пенсионеры, люди с инвалидностью, члены их семей, дошкольники и школьники из малообеспеченных семей учатся рисовать не только на бумаге, холсте, но и при помощи компьютерных программ.

Всего проект охватил более тысячи человек, которые стали участниками проекта или посетителями открытых мероприятий проекта.

Занятия живописью под руководством преподавателей из числа партнеров проекта проходили несколько раз в неделю, кроме того, преподаватели на местах предлагали и другие виды изобразительного творчества, так в Яренске специалист КЦДО провел занятия по двумерной компьютерной графике, преподаватель в Литвино обучала участников разным техникам рисования, в том числе восковыми мелками и витражной росписи. Готовые работы оформлялись в выставки, которые могли посетить жители поселков, чтобы узнать о проекте и познакомиться с творчеством своих односельчан. Участники студии приняли участие в нескольких конкурсах районного масштаба.

В результате проекта было обучено 60 человек, организовано 10 выставок и 9 других мероприятий, где презентовалась работа проекта. Организованы 2 выездные экскурсии для 33 человек в Центр культурных инициатив «Югор»: фотовыставку «КОМИ КРАЙ», и Национальную галерею Республики Коми — эти галереи самые доступные для жителей населенных пунктов Ленского района.

Проект получил широкую поддержку местных предпринимателей и предприятий и огласку в местных СМИ и был активно встречен местными активистами. Кроме того, сами участники проекта вовлечены в активную деятельность за рамками художественной студии: все участники изостудий Яренска, Литвино, Козьмино и Урдомы посетили людей с ограниченными возможностями здоровья (1-ой группы по зрению, 2-ой группы по слуху), маломобильных людей Ленской РО ВОИ, чтобы помочь с вручением благотворительных подарков от организаций.

Все участники проекта пожелали продолжить свое обучение. Созданные изостудии продолжают свою работу. В п.Урдома и п. Литвино люди старшего поколения и их внуки продолжают занятия по изобразительному искусству, будут совершенствовать свое мастерство. В с. Козьмино в клубе «Вдохновение», созданном при библиотеке - тоже продолжают рисовать. А в Яренске инвалиды и ветераны продолжают изучение компьютерных технологий и посетят два обучающих семинара: обработка фотографии в Photoshop и компьютерная грамотность.

Оборудование и материалы, полученные в рамках проекта, будут использованы для дальнейших занятий, а также занятия продолжатся за счет собственных средств участников занятий. За координацию деятельности отвечают председатели первичных организаций ВОИ.

На занятии по изобразительному искусству



СЕМЬЯ – ЦЕННОСТЬ ВНЕ ПОКОЛЕНИЙ

Целью проекта было заявлено обучение навыкам межпоколенного взаимодействия в ходе подготовки и организации мероприятий, направленных на пропаганду традиционных семейных ценностей и достижений русской культуры.

Для этого инициативная группа проекта организовала несколько крупных событий, в рамках которых привлекла внимание к образу семьи и семейных ценностей у жителей Плесецка. Среди них были: опрос «Ранжирование семейных ценностей у населения Плесецкого района», в рамках которого респонденты могли не только оценить свои семейные установки, но и познакомиться с событиями проекта, мастер-классы по берестоплетению и заготовке продуктов, другим традиционным ремеслам.

Прошла музыкальная гостиная, районный фестиваль семейных талантов, конкурс видеofilmов «Сказка – ложь, да в ней намёк!», презентации и виртуальные экскурсии, объединенные тематикой семьи, материнства и отцовства. Пенсионеры, привлечённые для организации мероприятий проекта, ставшие наставниками и ведущими, увидели востребованность своих умений и навыков, и выразили готовность и большое желание и дальше передавать свои знания.

Ломтев Сергей Васильевич, 58 лет, мастер по бересте, рассказывает: «Очень волновался перед проведением мастер-класса. Ведь это у меня впервые. Но когда в конце занятия и после него понял, что детям это интересно, и очень интересно, захотелось освоить даже, как лучше именно научить следующему приёму. Здоровье позволит – приду к ребятам, они просили!».

Мероприятия, имеющие целью пропаганду традиционных семейных ценностей и достижений русской культуры, обучение способам межпоколенного взаимодействия на территории Плесецкого района продолжены. Уже в феврале 2017 года в воскресной школе прошла презентация игры «7 чудес Плесецкого района».

Планируется провести виртуальную экскурсию «Самое главное. Материнство: портрет и икона» (дополнительно) для новой аудитории и музыкальную гостиную «Музыкой о любви и добре» в апреле-мае 2017 года. Продолжится обучение плетению из бересты. Объединять темы будущих мастер-классов и просветительских бесед будет идея необходимости знания своей истории и традиций.



КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «От деда – к внуку, от внука – к деду!»

Исполнитель: Инициативная группа под руководством Татьяны Владимировны Каменевой (п. Плесецк)

Цель проекта: Обучение навыкам межпоколенного взаимодействия в ходе подготовки и организации мероприятий, направленных на пропаганду традиционных семейных ценностей и достижений русской культуры.

Сумма гранта: 25 000 рублей

Продолжительность проекта: 6 месяцев

Группа, инициировавшая проект «От деда – к внуку, от внука – к деду!» состоит из 3 человек. Все имеют большой опыт работы с детьми и их родителями, в том числе с детьми и подростками в тяжелой жизненной ситуации, опыт просветительской работы, опыт организации массовых мероприятий, опыт разработки и обработки анкет социальной направленности. По роду своей деятельности члены группы принимали участие в некоторых мероприятиях сферы семейной политики в Плесецке и Плесецком районе и считают, что в эту систему необходимо и возможно включить мероприятия проекта.

В проекте приняли участие жители поселка от 3 до 77 лет. Пенсионеров около – 160 человек.

Мастер-класс по бересте

РАДОСТЬ ЖИЗНИ

Деменция известна среди обывателей как «старческое слабоумие», но характеризуется широким спектром синдромов: поверхностность и несдержанность аффектов или более длительные нарушения настроения, снижение этических требований, обострение личностных особенностей, уменьшение способности к самостоятельным решениям.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Сенсорная комната»

Исполнитель: Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания населения Архангельской области «Центр помощи совершеннолетним гражданам с ментальными особенностями» (Архангельск)

Цель проекта: улучшение психоэмоционального состояния, страдающих деменциями пожилых людей посредством внедрения в практику Центра социально-психологической услуги «сенсорная комната».

Сумма гранта: 99 986 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

С целью улучшения психоэмоционального состояния страдающих деменциями пожилых людей на выделенное финансирование было приобретено оборудование для «Сенсорной комнаты», разработана и введена в действие унифицированная Карта психологического сопровождения направления психотерапии, разработан проект буклета об опыте работы в сенсорной комнате с пожилыми людьми с геронтопсихиатрическим синдромом.

От деменции страдают не только больные. Она затрагивает и меняет жизнь членов их семей. Деменция является дорогостоящим заболеванием с точки зрения социальных, экономических и медицинских затрат.

Эмоциональная сфера является важной составляющей в развитии граждан, страдающих деменцией, так как никакое общение, воздействие не будет эффективным, если его участники не способны, во-первых, «читать» эмоциональное состояние другого, а во-вторых, управлять своими эмоциями.

Эмоции, с одной стороны, являются «индикатором» состояния, страдающего деменцией пожилого человека, с другой – самым существенным образом влияют на его познавательные процессы и поведение, определяя направленность его внимания, особенности восприятия окружающего мира, логику суждений.

Нейтрализовать негативное состояние в результате возрастных ментальных изменений можно через специальные занятия в сенсорной комнате, которая появилась благодаря проекту.

В помещении были оборудованы: столы и стенды для занятия арт-терапией и сенсорной реабилитации: «Мягкий остров» и панно «Звездное небо», сухой дождь, световой стол для рисования песком и диодная доска, воздушно-пузырьковая колонна и другие средства для стимулирования сенсорной системы организма.

После проведения занятий в сенсорной комнате у получателей социальных услуг наблюдаются улучшение настроения; снижение тревожности и беспокойства; уменьшение раздражительности и проявлений агрессии.

Сенсорная комната



РАДОСТЬ ЖИЗНИ

Занятия в сенсорной комнате представляют собой реальную возможность для граждан, страдающих деменциями, обогатить их чувственный мир, способствуют восстановлению утраченных функций, сохранению имеющихся.

В рамках продолжения деятельности по проекту планируется продолжить применять услуги «Сенсорная комната» в деятельности Центра на постоянной основе; разработать инновационную технологию по оказанию мобильных реабилитационных мероприятий «Сенсорная комната» на дому; организовать взаимодействие с заинтересованными организациями по оказанию помощи гражданам города Архангельска и отдаленных районов, не являющимся получателями социальных услуг Центра, но нуждающимся в психологической поддержке в целях профилактики депрессий, чувства тревоги, ипохондрии, бессонницы, бредовых расстройств и состояния фрустрации и т.п.

Проект: «Сенсорная комната»



Занятия арт-терапией

ГИМНАСТИКА, ТВОРЧЕСТВО И ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ ОТКЛАДЫВАЮТ СТАРЕНИЕ

Ритм старения зависит от образа жизни пожилых людей, их положения в семье, в обществе, социальных и психологических факторов. В свою очередь, образ жизни определяется тем, как человек проводит свободное время. Так, активно занимаясь общественной деятельностью, участвуя в клубах по интересам, пожилые люди делают свою жизнь более полноценной. На создание комплекса профилактических мер по повышению жизнеспособности пенсионеров и направлен проект "Второе дыхание".

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Второе дыхание"

Исполнитель: Бюджетное учреждение социального обслуживания Вологодской области «Комплексный центр социального обслуживания населения «Гармония» (Вологодская область, Устюженский район, г. Устюжна)

Цель проекта: Сбережение физического и психологического здоровья граждан пожилого возраста с целью поддержания и продления активного долголетия.

Сумма гранта: 81 000 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

По всей территории района организована клубная работа, направленная на поддержание физической и творческой активности пожилых людей. Пенсионеры занимаются в группах здоровья, танцевальных и музыкальных группах, участвуют в художественной самодеятельности и психологических тренингах.

В проекте принимали участие: мужчины и женщины пенсионного возраста, волонтеры, молодежь.

Действие проекта коснулось территории всего района: мероприятия проводились на базе городского КЦСОН, специального жилого дома для одиноких людей глубоко пожилого возраста, стационарного отделения для граждан пожилого возраста и инвалидов, деревенских библиотек и даже на приусадебных участках ветеранов. Благодаря разнообразию возможностей принимающих сторон, инициаторам проекта удалось очень расширить спектр активностей.

На выбор пенсионерам представлены группы здоровья: пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, ЛФК с массажными мячиками, гантелями, эспандерами, занятия на тренажерах. Для особо активных - ходьба на лыжах (к январю расстояние лыжных прогулок достигло 3 км), скандинавская ходьба и танцевальные группы. Задуматься о своем образе жизни пожилых людей заставили проводимые специалистами беседы по ЗОЖ и психологические тренинги с использованием элементов арт-терапии.

Важная составляющая часть жизни человека - творчество. Любители рукоделия за время работы проекта создали ни один шедевр, украсивший комнату отдыха специального жилого дома, или послуживший в качестве подарка. Самой востребованной же оказалась музыкальная группа, которая по окончании проекта планирует самостоятельно объездить весь район с выступлениями. Для тех, кто предпочитает находиться в зрительном зале, регулярно проводились музыкальные вечера - ветераны то подпевали любимым песням из кинофильмов, то плясали под гармонию.

Социально-значимым начинанием в рамках проекта стала "Школа ухода". Благодаря урокам, ученики научились помогать себе и другим лицам пожилого возраста, и инвалидам осуществлять правильный уход и соблюдать меры безопасности. Занятия всегда сопровождались выставками пособий на обозначенную тему от библиотеки, что значительно расширило кругозор слушателей и усилило интерес.

Активно сотрудничали инициаторы проекта с волонтерскими отрядами. Молодые добровольцы помогли убрать листья, а затем и снег с приусадебных участков ветеранов, провели концерт-поздравление для жителей специального дома.

ГИМНАСТИКА, ТВОРЧЕСТВО И ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ ОТКЛАДЫВАЮТ СТАРЕНИЕ



Неожиданным волонтерским начинанием стали встречи группы виртуального туризма под началом пенсионера Александра Зубова.

Проект "Второе дыхание" значительно повысил качество и разнообразил круг социальных услуг, оказываемых Центром "Гармония" людям пожилого возраста. Занятия в группах здоровья и творческих мастерских положительно сказались на самочувствии старших устюжан, вернули им чувство собственной значимости и ценности. Особого внимания заслуживает чудесная история восстановления подвижности руки после перенесенного инсульта у одного из постояльцев специального дома для одиноких престарелых.

На зарядку становись!

Проект: "Второе дыхание"

ЛИЧНЫЕ ВОСПОМИНАНИЯ ИЛИ ИСТОРИЯ ГОРОДА?

"Хранители Вологды" - это независимая инициативная группа горожан, интересующихся историей и культурой Вологды и объединившихся с целью открыть вологжанам их город.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Двор историй"

Исполнитель: Городское инициативное сообщество «Хранители Вологды» в партнерстве с МКУ «Центр по работе с населением» (г. Вологда)

Цель проекта: Вызвать и сохранить у жителей города интерес к истории местности, в которой они проживают, к истории своих дворов через мероприятия, главными участниками которых станут представители старшего поколения как носители уникальной краеведческой информации, обладающие богатым опытом и знаниями, готовые поделиться ими со всеми желающими.

Сумма гранта: 25 000 рублей

Продолжительность проекта: 4 месяца

Через личные истории жителей старшего поколения идет изучение истории дворов г. Вологды. Молодежь двора в качестве волонтеров проводит опрос пожилых людей, собирает фотографии из их семейного архива с целью получения максимально полной информации. Кульминация проекта - праздник двора: торжественная установка стенда с историей дома и табличек с мини-историями, организация фотовыставки, рассказывающей об истории двора глазами жителей.

В проекте принимали участие: женщины и мужчины среднего и пенсионного возраста, дети, молодежь, волонтеры.

В своей работе они часто сталкиваются с тем, что местные жители ничего не знают о прошлом своего района и двора. Люди разных поколений редко общаются во дворе между собой. А напрасно! Ведь представители старшего поколения несут знания о месте, в котором живут, и готовы поделиться ими. Молодежь же вовсе не воспринимает пожилых соседей как уникальных носителей информации - тех, кто может поведать о событиях давних лет.

Команда Центра по работе с населением и "Хранителей Вологды" задумалась о том, как сохранить истории, которые еще живы в памяти долгожителей. Так началась работа.

Презентация проекта прошла в конце августа, а осенью студенты, которые были задействованы в качестве волонтеров-интервьюеров, отправились по квартирам жителей выбранных домов.

Среди основных тем опроса были: прежняя инфраструктура двора, его праздники и традиции. Отдельный блок вопросов был посвящен воспоминаниям о бывшем жителе двора известном вологодском поэте Николае Рубцове. Всего сделали около 30 интервью, собрали десятки историй и сотню фотографий. Через личные истории удалось отразить историю двора в дореволюционное время, в советский период и в настоящее время.

В декабре организаторы проекта устроили во дворе масштабный праздник, на котором подвели итоги работы. Местные жители говорят, что такой дружной соседской встречи не было уже несколько десятков лет. Более 200 человек приняли в ней участие.

На улице была разбита фотовыставка с собранными историями, а двери подъездов 6-ти домов, окружающих этот большой двор, украсили стильные таблички с полезной исторической информацией.

На стендах не удалось разместить всю собранную информацию и интересные истории, поэтому активисты планируют издать газету или журнал, прочитать которую смогут все вологжане. Кроме того, рассказы и фотографии, собранные в ходе проекта, организаторы с разрешения поделившихся разместили в сети Интернет.

Но работа по сохранению городского прошлого на этом не закончится. В планах активистов – записать и передать потомкам историю каждого двора областной столицы.

И отзывы о проекте укрепляют эти намерения: "Вы вспомнили ветеранов двора, наградили их грамотами, а знаете, как в этом возрасте это приятно. У пожилых и остались-то только

ЛИЧНЫЕ ВОСПОМИНАНИЯ ИЛИ ИСТОРИЯ ГОРОДА?

воспоминания, и вдруг эти воспоминания стали кому-то нужны! Это очень для них важно. С детьми мы теперь частенько вспоминаем, каким двор был раньше. Они 3-6 лет бегали здесь. Я даже не помню качели, а они вспомнили. Улыбаться друг другу соседи стали чаще" (Елена Аруева, 60 лет).



Фотовыставка на празднике "Двор историй"

Проект: "Двор историй"

ИЗ ПЕНСИОНЕРОВ В ФИТНЕС-ИНСТРУКТОРЫ

Старение и старость не являются болезнью или патологией.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Золотой инструктор"

Исполнитель: инициативная группа фитнес-инструкторов (г. Вологда)

Цель проекта: к концу 2016 года подготовить 5 лидеров из числа людей пожилого возраста для создания групп самопомощи в сфере фитнеса и здорового образа жизни.

Сумма гранта: 25 000 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

На базе фитнес-студии, тренеры которой выступили инициаторами социального проекта, проведена специальная подготовка фитнес инструкторов с геронтологическим уклоном. Теперь пенсионеры - "золотые инструкторы" - на безвозмездной и возмездной основах ведут тренировки для пожилых людей, радуя их профессиональным подходом, разнообразием форматов занятий и используемого оборудования.

В проекте принимали участие: женщины и мужчины пенсионного возраста, волонтеры.

Авторы проекта считают, что долголетие - это достижение человеческой цивилизации и совсем неправильно рассматривать людей преклонного возраста как обузу, приносящую только издержки обществу.

Проект "Золотой инструктор" призван был доказать, что с выходом человека на пенсию жизнь может заиграть новыми красками, и инициативной группе это удалось.

Проект подарил пожилым людям города Вологды восемь "золотых инструкторов", под чьим началом теперь работает более 12 групп самопомощи в сфере фитнеса и здорового образа жизни.

В рамках проекта эти восемь инструкторов (планировалось пять, но людей, готовых присоединиться к проекту, оказалось больше), изучили необходимые теоретические блоки, дающие азы профессии фитнес-тренера с геронтологическим уклоном, прошли стажировку у мастеров своего дела, отработали полученные знания и навыки на практике и теперь успешно проводят тренировки на базе социальных учреждений, некоммерческих организаций и фитнес-студий. Их клиентами уже стали более 150 людей пожилого возраста!

Участники проекта - 6 женщин и 2 мужчин - получили импульс к дальнейшему движению и самосовершенствованию, открыли для себя новую сферу самореализации и получили источник дополнительного дохода. После завершения проекта они не останавливаются на достигнутом, а продолжают процесс обучения: участвуют в семинарах по фитнесу и посещают тренировки других инструкторов, знакомясь с новинками фитнес-индустрии. А их клиенты отмечают улучшение самочувствия и настроения, рост жизненного тонуса.

Самый "золотой" из инструкторов (76 лет) был принят в коллектив фитнес-студии и теперь ведет тренировки "Цигун" наравне со всеми. В его группе занимаются 26 человек - и молодежь, и пожилые, - и все они уверяют, что лучше тренера не найти. Его пример - доказательство того, что и на пенсии можно найти себе занятие по душе.

"Выпускной" вечер золотых инструкторов



КОМПЬЮТЕР БЕЗ СТРАХА ДЛЯ ТЕХ КОМУ ЗА...

Людам пожилого возраста свойственны страх проб и ошибок и боязнь всего незнакомого. Зачастую информационная и социальная изоляция, одиночество, сложности с трудоустройством вызваны незнанием новых технологий и неумением работать с современными средствами коммуникации.

Члены инициативной группы уже имели опыт работы по обучению пенсионеров работе на компьютере и готовы устранить барьер страха перед "умной машиной".

Залогом успешного прохождения курса «Компьютерная грамотность – вне возраста» стал личностный подход к каждому ученику. Благодаря грамотному преподаванию люди старшего возраста за 2 месяца приобрели все необходимые базовые навыки и умения работы с ПК и сетью Интернет. Научились работать в текстовом, табличном и графическом редакторах, общаться с помощью электронной почты и социальных сетей с родственниками и друзьями из других городов и даже стран. Зарегистрировались на портале государственных услуг и разобрались, как им пользоваться.

Прохождение курса способствовало социальной адаптации представителей старшего поколения к компьютерной среде. По его завершению кто-то смог найти себе подработку, кто-то вышел на один уровень со своими внуками в освоении социальных сетей.

Курс имел огромный спрос. Желающих было столько, что организаторам пришлось открыть запись на последующее обучение на полгода вперед. Такой ажиотаж они объясняют территориальной доступностью курсов, актуальностью и необходимостью информации, отсутствием материальных вложений со стороны обучающегося. Курс стал практически единственной возможностью для пенсионеров освоить компьютер, не прибегая к дополнительным затратам и не совершая дальних поездок. "Проект однозначно востребован, спрос растет даже при отсутствии рекламы, - отмечает Наталия Смирнова, руководитель инициативной группы. - Отметив хорошие результаты и увеличение притока людей, МКУ «Центр по работе с населением» предложил нам дальнейшее сотрудничество. Рассматривается вопрос о запуске проекта по остальным офисам ЦРН".



КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Компьютерная грамотность вне возраста"

Исполнитель: инициативная группа (г. Вологда)

Цель проекта: Социальная адаптация представителей старшего поколения г. Вологда к компьютерной среде.

Сумма гранта: 15 000 рублей

Продолжительность проекта: 2 месяца.

Благодаря курсам компьютерной грамотности, проводимым на базе МКУ "Центр по работе с населением", представители старшего поколения приобретают базовые навыки и умения работы с ПК и сетью Интернет. Они учатся пользоваться электронными государственными услугами, общаться и получать необходимую юридическую, социальную, коммерческую, политическую, энциклопедическую и др. информацию через глобальную сеть.

В проекте принимали участие: женщины и мужчины пенсионного возраста, волонтеры.

Увлеченная работа

НОВЫЙ НАРЯД "ИЗ СУНДУЧКА"

Далеко не каждый пенсионер сегодня может позволить себе необходимое обновление гардероба.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Мастерская "Берегиня"

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение культуры «Центр традиционной народной культуры» (г. Харовск)

Цель проекта: обучение пожилых людей новому навыку – реконструкции и моделированию одежды.

Сумма гранта: 56 348 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

В Центре традиционной народной культуры работает мастерская «Берегиня», где мастера-профессионалы швейного дела учат женщин пенсионного возраста, как из старой одежды сделать обновленные вещи.

В проекте принимали участие: женщины пенсионного возраста.

Но ведь женщине любого возраста хочется быть привлекательной, модной и опрятной. Инициаторы проекта "Мастерская "Берегиня"" предложили оригинальное решение, как получить обновки без ущерба для семейного бюджета.

На средства гранта была оборудована швейная мастерская на 8 рабочих мест. Обучение реконструкции и моделированию одежды проходило не только на групповых занятиях (3 группы по 8 человек), но и через индивидуальные консультации.

Дамы элегантного возраста с энтузиазмом взялись за дело – кто же откажется обзавестись новым нарядом в преддверии новогодних праздников! Из платья, которое стало мало, сшили юбку. Сарафан получился из надоевшего шерстяного платья. Одна участница сшила себе брючный костюм из материала, который пролежал в комод много лет. Кто-то укоротил осеннее пальто, кто-то перешил несколько юбок... Обнов много, а финансовые затраты минимальны!

Подведение итогов и вовсе было знаменательным: участницы проекта выступили с дефиле на ежегодных «Рождественских посиделок». Зрителям был представлен новый гардероб участниц, перешитый из старых, давно забытых вещей. Были

Зарождение нового наряда



НОВЫЙ НАРЯД "ИЗ СУНДУЧКА"

представлены такие чудеса умелых рук как вечерняя юбка в пол, перешитая из брюк, нарядное платье, "похудевшее" на несколько размеров, костюм, ставший больше в талии за счет укорочения длины, утепленная безрукавка с капюшоном для спортивных занятий зимой, выкроенная из плаща, платье на выход, переделанное из шелкового халата, а также многое другое.

Надо ли говорить, что от желающих воспользоваться услугами мастериц не было отбоя.

В ходе реализации проекта по многочисленным просьбам в Центре традиционной народной культуры появилась дополнительная социальная услуга – ремонт и пошив швейных изделий, причём с большой скидкой для пенсионеров и малообеспеченных. Кроме того, к участникам проекта примкнули две молодые мамы, одна из которых сшила шторы для дома, а другая - пеленки для ребенка.

Теперь в мастерской создается новый коллектив для обучения швейному делу – молодые мамы. Еще одна социальная группа жителей микрорайона получит услугу по приобретению новых навыков, что в бытовом плане поможет становлению молодой семьи.

В целом, проект всколыхнул местное сообщество, наглядно доказав, что найти себя в новом деле никогда не поздно. Было бы желание полезно заполнить свободное время и достойно выглядеть! Харовчане надолго запомнят блеск глаз пожилых манекенщиц-мастериц во время демонстрации-показа. Ведь эмоциональный подъем, признание и гордость за свою внешность и успехи дорого стоят, а обновленная "из сундучка" одежда - нет!

«МУКОСОЛЬКИ» ПРОТИВ АРТРИТА

Не секрет, что по завершению огородно-садового периода многие пожилые люди остаются предоставленными сами себе. А на селе проблема организации полезного досуга стоит еще более остро, сказываются и недостаток денежных средств, и ухудшение состояния здоровья.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Мукосолька"

Исполнитель: Вологодское региональное патриотическое общественное движение «Деревня – душа России» (Вологодская область, Шекснинский район, д. Слизово и Дёмсино)

Цель проекта: изучение сельскими пенсионерами технологии изготовления изделий из солёного теста для дальнейшего использования знаний в получении дополнительного дохода.

Сумма гранта: 77 980 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

Проект "Мукосолька" вырос из поддержанной в 2014 г. в рамках конкурса инициативы жителей деревень Слизово и Дёмсино по созданию оздоровительного клуба. Дружная команда пенсионеров на этот раз занялась освоением техники лепки из солёного теста. Новыми умениями рукодельники зрелого возраста овладевают вместе с внуками. Наиболее качественные изделия дарят или выставляют на продажу.

В проекте принимали участие: женщины пенсионного возраста, их внуки от 2-х до 14 л.

Оружием в борьбе с осенне-зимней хандрой стали "мукосольки"! Участники проекта на регулярных групповых занятиях в совершенстве овладели искусством изготовления изделий в этой технике, каждый из них выполнил несколько сувениров, которые по своему усмотрению либо вручил друзьям и близким на новогодние праздники, либо реализовал на выставках-ярмарках, получив дополнительный доход.

Несложная техника лепки показала самый продуктивный результат. Одно только присутствие на занятиях способствовало объединению людей пенсионного возраста, а участие в проекте внуков придало бабушкам уверенности в себе и принесло осознание собственной значимости и полезности. Детям же было очень важно увидеть результаты своего труда и сравнить их с результатами бабушки.

Систематическая работа с тестом положительно сказалась и на самочувствии новоявленных мастеров: увеличилась подвижность суставов пальцев рук. Пораженные артритами и артрозами негнущиеся пальцы стали более послушными и гибкими. Участница проекта Галина Козлова (70 лет) делится: «Я довольна, что стала заниматься лепкой из солёного теста. Руки мои не слушаются меня. А тут катаю шарики, и пальчики работают. Запускать-то здоровье никак нельзя. Вот я и дома занимаюсь дополнительно. Подарила несколько своих поделок».

Полёт творческой фантазии участников проекта теперь не остановить. Они готовы продолжать ваять поделки самостоятельно и даже решили освоить другие виды рукоделия через интернет. Новых желающих уже ждут оборудованные рабочие места в местном Доме культуры, методический материал и оставшиеся инструменты и приспособления. Чтобы передать опыт другим, инициаторы проекта выпустили буклет «Методические рекомендации по декоративно-прикладному искусству "Лепка изделий из солёного теста"» и создали фильм "Мукосолька".

Творчество умелых пальчиков



РАЗВИВАЯ ЦЕНТРЫ АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

У нас есть пенсионеры, которые и в 70 лет выходят на лыжню или занимаются активным туризмом. Но их настолько мало, что в армии пожилых, умудрённых житейским опытом людей, таких сторонников здорового образа жизни почти не видать. «И виной тому маленькие пенсии, которых на элементарные нужды не всем хватает, не говоря уж о такой роскоши, как абонемент в бассейн или экскурсионная поездка», - говорит Сергей Теремов, председатель регионального отделения "СПР".

«И виной тому маленькие пенсии, которых на элементарные нужды не всем хватает, не говоря уж о такой роскоши, как абонемент в бассейн или экскурсионная поездка», - говорит Сергей Теремов, председатель регионального отделения "СПР".

В организации с каждым годом увеличивается количество секций спортивной и оздоровительной направленности. Благодаря реализации проекта в 13-ти местных отделениях на муниципальном уровне заработали группы скандинавской ходьбы, йоги, дыхательной и суставной гимнастики. Грантовая поддержка помогла вновь созданным центрам активного долголетия начать свою работу на высоком уровне, а также воодушевила те центры, работа в которых затихла.

Новые секции предоставили больше возможностей для поддержания и совершенствования физической формы и тем самым привлекли ещё больше пенсионеров. Общий охват участников проекта достиг 3 тыс. человек. Теперь это люди, мотивированные следить за собой, за собственным самочувствием, весом, правильным питанием. И это количество - не предел, поскольку спрос на оздоровительные мероприятия среди людей пожилого возраста растёт с каждым годом.

Хорошее самочувствие в результате занятий позволяет пенсионерам вести деятельный образ жизни и совершать поездки на ближние и дальние расстояния. Поэтому СПР активно занимается развитием социального туризма. В рамках проекта были сформированы специальные туристические маршруты для пожилых. Группы пенсионеров со всей области опробовали экскурсии на Волго-Балте и в Шекснинском краеведческом музее, военном гарнизоне Федотово, Павло-Обнорском монастыре.

Особо запомнилась возрастным путешественникам патристическая поездка вместе с внуками в Федотово, где расположен действующий военный городок. Экскурсанты попали на День посёлка и участвовали в торжественном митинге на мемориале воинского кладбища.

Самым лучшим моментом стала экскурсия на аэродром, которую пенсионерам позволили исключительно в силу уважения к возрасту. И дети, и бабушки были в полном восторге, когда поднялись на борт военного самолета. Некоторые даже несколько раз заходили, чтобы еще раз посмотреть и

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Ни минуты покоя".

Исполнитель: Вологодское региональное отделение общероссийской общественной организации «Союз пенсионеров России» (г. Вологда).

Цель проекта: повышение качества жизни людей пожилого возраста через вовлечение их в активную общественную, творческую жизнь, через организацию совместных занятий физкультурой и путешествий в рамках социального туризма.

Сумма гранта: 100 000 рублей

Продолжительность проекта: 4 месяца

В рамках проекта региональное отделение «Союза пенсионеров России» обеспечило пожилых людей из 13 сельских поселений и районных центров активным досугом, организовав для них занятия физкультурой и совместные путешествия по историческим и культурным местам Вологодчины.

В проекте приняло участие более 3 тысяч женщин и мужчин пенсионного возраста, а также волонтеры.

РАЗВИВАЯ ЦЕНТРЫ АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

послушать, что и как работает. Так, под увлекательный рассказ замполита воинской части связь поколений чувствовалась как никогда сильно.

Положительный опыт путешествий – как «золотыми» группами, так и смешанными, поможет и другим пенсионерам решиться сменить образ жизни на активный.



Только ввысь!

Проект: "Ни минуты покоя"

БОЛЬШЕ, ЧЕМ «ПРОСТО ХОББИ»

Для пожилых людей в Вологде действуют различные кружки по интересам. Особым спросом пользуются направления прикладного творчества. Приятными безделушками, изготовленными на занятиях, пенсионеры украшают домашние интерьеры или одаривают знакомых.

Но дальше этого, как правило, дело не идет. То ли сказывается отсутствие предпринимательской жилки, то ли инфраструктура реализации изделий не разработана, но ни яркого примера, ни системы дальнейшего применения навыков нет.

В то же время всё большую популярность среди вологжан набирают ярмарки и фестивали ручных работ, где hand-made изделия реализуются за немалые деньги. Организаторы проекта решили исправить эту несправедливость и дать пенсионерам шанс вывести свое хобби на новый уровень.

Прежде всего была организована работа хобби-клуба по освоению новых видов рукоделия и совершенствованию ранее изученных. Чуть более 50 человек-участников разделились на 4 группы: кто-то выбрал занятия по батику, кто-то предпочел вязание крючком, кому-то ближе оказалось лоскутное шитье, ну а самые предприимчивые отправились на факультатив по основам предпринимательства.

«Изготовители авторских творческих работ, желающие получать доход за счёт продажи своих изделий, должны осуществлять свою деятельность в рамках действующего законодательства РФ. Им необходимо иметь знания о действующей системе налогообложения, льготах, предоставляемых государством малому бизнесу, уметь составлять грамотный бизнес-план и владеть основами маркетинга», - поясняет ведущий факультатива, член Общественной палаты Вологодской области Александр Ушаков.

Далее началась работа по подготовке к новогодней ярмарке «От бабушки и дедушки с любовью и теплом». Анонс мероприятия был размещен в социальных сетях, на сайтах организации и ее партнеров, разослан журналистам. Волонтеры распространили красочные афиши по офисным зданиям, домам культуры и другим значимым местам.

За время работы хобби-клуба было создано 185 оригинальных авторских работ.

И вот в декабре настала жаркая пора: сразу несколько городских и областных ярмарок предоставили возможность участникам проекта реализовать результаты своих трудов. Городской фестиваль ручной работы "Арт-комод", ярмарка в Доме офицеров г. Вологда, областная выставка-ярмарка «От бабушки и дедушки с любовью и теплом» в Шекснинском районе, городская выставка-ярмарка с одноименным названием на базе Фонда поддержки гражданских инициатив, выставка-ярмарка в Тарногском районе. Выставки посетили более 300 человек. Все денежные средства, вырученные с продажи эксклюзивных ручных изделий, переданы авторам.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "От бабушки и дедушки с любовью и теплом"

Исполнитель: Фонд развития малых городов и сёл «Земля Вологодская» (г. Вологда)

Цель проекта: Создать в г. Вологде условия для применения профессиональных и творческих навыков пожилых людей, обеспечить возможность самозанятости и получения дополнительного дохода путем организации работы хобби-клуба и благотворительной ярмарки «От бабушки и дедушки с любовью и теплом».

Сумма гранта: 99 149 рублей

Продолжительность проекта: 5 месяцев

Пенсионеры участвуют в творческих занятиях хобби-клуба и изучают основы предпринимательской деятельности. Готовые изделия участники реализуют на городских и областных выставках-ярмарках, в т.ч. специально организованных в рамках проекта. Все средства от продажи изделий ручного труда передаются их авторам.

В проекте принимали участие: пенсионеры, волонтеры.

БОЛЬШЕ, ЧЕМ «ПРОСТО ХОББИ»

В продолжение деятельности по проекту будет организовано дальнейшее функционирование хобби-клуба на базе Центра «Забота» и бесплатное консультирование по основам предпринимательства в Фонде «Земля Вологодская». Фонд также будет создавать новые возможности для реализации изготовленных людьми старшего поколения изделий в рамках действующего проекта «Выставочно-ярмарочная деятельность».



На новогодней ярмарке подарков ручной работы

Проект: "От бабушки и дедушки с любовью и теплом"

СОХРАНЯЯ РЕМЕСЛО – СОХРАНЯЕМ ЖИЗНЬ

В настоящее время всё чаще приходится сталкиваться с фактом постепенного исчезновения локально расположенных традиционных ремесел. Так, недавно ушел из жизни последний верховажский мастер литейных дел, не оставив за собой преемников. Под угрозой и сомовский гончарный промысел, бытующий на территории отдельных поселений Верховажского района с XIX века.

С другой стороны, есть еще одна параллельная проблема - нереализованная потребность в общении, самореализации и обучении людей пожилого возраста.

Авторы проекта решили соединить эти два минуса и получить плюс.

Татьяна Горбатова, единственный на сегодняшний день гончар Верховажского района, мастер народных художественных промыслов с 48-летним стажем, в течение 3-х месяцев раскрывала секреты своего редкого ремесла людям пожилого возраста. Под ее началом проведено 25 мастер-классов по изготовлению гончарных изделий в разных уголках Верховажского района. В подмастерья к ней поступили 30 пожилых людей. За время учёбы они научились ваять из глины кринки, свистульки, горшочки и многое другое. Все творения рук новоявленных гончаров были представлены на итоговой выставке.

- Это был не только завершающий этап проекта, но и начало новых творческих клубов для людей пенсионного возраста в сельских поселениях района. Это первый проект, который вышел за рамки села и распространился на большую часть Верховажского района. «Мы смогли приехать с мастер-классами по гончарному делу даже в самые отдаленные уголки», - говорит руководитель проекта Ангелина Житнухина.

Инициатива вызвала такой ажиотаж в местном сообществе, что пришлось дополнительно провести 3 мастер-класса эсктерном, чтобы ознакомить всех желающих с процессами изготовления гончарной посуды. Также экспромтом родилась идея о выезде в Вельский краеведческий музей для изучения и сбора информации о ремесле. Результатом поездки стало методическое пособие «Сомовский гончарный промысел», которое было подарено каждому участнику проекта по его завершению. Кроме того, группа подмастерьев совершила не ближайшее путешествие в Вологду, музейные комплексы которой содержат много информации о гончарах Вологодчины, в том числе и сомовских.

Итоговый результат превзошел все ожидания. Пенсионеры не только спасли древнее ремесло, но и сами как будто возродились! Люди в годах существенно активизировались. Даже закоренелые домоседы не остались в стороне. Они стали общаться между собой и теперь выступают уже не как подмастерья, а как эксперты по гончарному ремеслу.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "От подмастерья к мастеру".

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение культуры Верховажский районный «Центр традиционной народной культуры» (с. Верховажье).

Цель проекта: содействие в самореализации, самовыражении, самообучении не менее 30 людей пенсионного возраста, проживающих на территории Верховажского района Вологодской области, и расширение их круга общения через организацию ежемесячных встреч и еженедельных обучающих мастер-классов по локальному сомовскому гончарному промыслу, бытующему на территории района.

Сумма гранта: 81 997 рублей

Продолжительность проекта: 3 месяца

Пожилые люди постигают секреты сомовского гончарного ремесла, находящегося на грани исчезновения. Мастер-классы ведет единственный на сегодняшний день гончар Верховажского района - человек золотой и по умениям, и по возрасту. Обучение проходит в нескольких сельских поселениях района. Финальная точка проекта - выставка учебных работ, представленных в традиционной сомовской технике, на базе Центра традиционной народной культуры.

В проекте приняли участие: женщины и мужчины пенсионного возраста, а также их внуки и правнуки, волонтеры.

СОХРАНЯЯ РЕМЕСЛО - СОХРАНЯЕМ ЖИЗНЬ

В сельских поселениях образовались и семейные студии - бабушки и дедушки вместе с внуками и правнуками изготавливают посуду и игрушки из глины. Все ждут лета, когда на День Алфея-глинника будет проводиться конкурс гончаров-дебютантов. Поток желающих обучиться бытующему промыслу не иссякает.

А если жители хотят изучать гончарное дело, значит, оно будет развиваться!

Бабушка с внучкой и мастером за ручным гончарным кругом



Проект: "От подмастерья к мастеру"

ЧЕРЕПОВЕЦКИЕ ПЕНСИОНЕРЫ ЗА ПАРТАМИ

Старшее поколение – это активное, деятельное поколение, стремящееся не отставать от жизни, и при этом пасующее, робеющее перед новейшими технологиями и трендами. Проект «Пенсионер: перезагрузка» призван помочь пожилому человеку адаптироваться в быстроменяющихся условиях, чтобы сэкономить силы, время и нервы.

Череповецкие пенсионеры сели за парты 4-х классов: финансово-экономической грамотности, социально-правовой грамотности, информационных технологий и рукоделия. А дальше всё как у порядочных студентов: лекции, домашние задания, общение в студенческой среде, экзамен, вручение сертификатов и торжественный выпускной. Учащиеся старшего поколения в соответствии с выбранным факультетом постигали действующее законодательство по социальным, пенсионным, правовым и финансовым вопросам, овладевали новыми возможностями применения компьютера и другой техники (например, терминалов в банках), изучали различные техники рукоделия.

Записаться на прием ко врачу и вести коммунальные расчеты через Интернет, общаться с родственниками и друзьями по скайпу и в социальных сетях, изготовить своими руками эксклюзивную вещь - всё это для пожилых череповчан теперь не представляет трудности. Благодаря участию в проекте они стали активно пользоваться банковскими картами, электронными кошельками и мобильным банком, могут компетентно отстаивать свои права на основе действующих нормативных документов, способны найти и скачать любимый фильм и музыку, легко отличат квилтинг от пэчворка...

На заключительных встречах слушатели каждого факультета разительно отличались от тех неуверенных и настороженных людей, какими они были вначале. Участвуя в проекте, пенсионеры осознали, что вокруг много людей решают похожие проблемы. Их самооценка и уверенность в себе выросли за счет новых знаний и навыков. Они готовы делиться полученными умениями со своими знакомыми, которым не повезло стать слушателями проекта.

Обучение подарило «золотым» студентам возможность иного наполнения свободного времени, новых друзей, рост «рейтинга» не только среди их круга общения, но и в семье: внуки, в частности, изменили свое мнение о способностях бабушек и дедушек. А про занятия творчеством и говорить не приходится. Рукодельница уже не замкнутая пенсионерка, а общительная женщина, находящаяся в постоянном творческом поиске. Вот так удачно новые знания на пенсии могут превратиться в стимул жить и творить дальше!



КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Пенсионер: перезагрузка"

Исполнитель: Частное профессиональное образовательное учреждение «Череповецкий торгово-экономический колледж» (г. Череповец)

Цель проекта: социализация людей пенсионного возраста.

Сумма гранта: 97 500 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

На базе колледжа были созданы 4 факультета для пенсионеров: финансово-экономической грамотности, социально-правовой грамотности, информационных технологий, рукоделия. Занятия проводят педагоги колледжа, студенты-волонтеры, а также приглашенные специалисты из банковской и страховой сферы, Пенсионного фонда РФ и др. организаций. По окончании факультета слушатели получают сертификат.

В проекте принимали участие: женщины и мужчины пенсионного возраста, волонтеры.

Студенты старшего поколения за партами

С КНИГОЮ ЖИТЬ – ВЕК НЕ ТУЖИТЬ

Главные проблемы третьего возраста - одиночество, болезни и ощущение ненужности - решаются вовлечением пожилых людей в активную социальную жизнь. Изменить положение пожилых людей и было целью клуба «Соседушки», созданного в библиотеке в 1997 году. Клуб объединил пожилых людей, живущих в микрорайоне «Старый завод» города Бабаево, но события клуба привлекают и жителей других районов. Проект «Старозаводский маячок» был призван привлечь еще большее количество пенсионеров к активной жизни, а библиотеку сделать маяком для тех, кто не собирается отсиживаться в унынии.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Старозаводский маячок".

Исполнитель: МКУК «Бабаевская межпоселенческая централизованная библиотечная система» (г. Бабаево, Бабаевский район, Вологодская область).

Цель проекта: Активизация деятельности библиотечного клуба ветеранов «Соседушки» в жизни местного сообщества, сохранение и развитие интеллектуального потенциала через привлечение к литературе и чтению, работа в области литературного краеведения, сохранение обычаев и обрядов нашей местности.

Сумма гранта: 90 000 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев.

На базе библиотеки действует ветеранский клуб по интересам "Соседушка". Члены клуба проводят театрализованные программы по литературным произведениям, организуют благотворительные мероприятия, а также участвуют в фольклорных посиделках и игровых программах, подготовленных для них сотрудниками библиотеки. В рамках проекта клуб получил свое развитие и привлек новых участников, а библиотека приобрела широкую известность как точка активного досуга.

В проекте принимали участие: мужчины и женщины пенсионного возраста, дети, в том числе с ограниченными возможностями здоровья.

В ходе реализации проекта было проведено 13 встреч разнообразной тематики: фольклорные посиделки, игровые программы, литературно-музыкальные вечера с инсценировками и многое другое. Для большей зрелищности организаторы поработали над костюмами и оформлением зала, продумали детали каждой встречи.

Поскольку клуб действует при библиотеке, то все



С КНИГОЮ ЖИТЬ – ВЕК НЕ ТУЖИТЬ

мероприятия были связаны с книгой. Яркий пример – литературный вечер, посвященный бабаевскому поэту Вилиору Андреевичу Иванову. Накануне участники клуба провели на улице анкетирование, чтобы узнать, насколько жители города знакомы с творчеством своего земляка. Большинство опрошенных в итоге стали гостями вечера "С любовью к родному краю", на котором присутствовала и вдова поэта.

За время реализации проекта о клубе ветеранов «Соседушки» узнали более 500 человек, 100 из них пополнили ряды читателей библиотеки.

«Маячок» привлек и ветеранов пансионата при КЦСОН, детей и взрослых с ограниченными возможностями здоровья. Программы клуба также вызвали интерес отдыхающих санатория «Каменная гора», так что деятельность клуба вышла за пределы района и области. А в самом санатории появился пункт выдачи книг.

В будущем клуб "Соседушки" продолжит свою работу, поскольку она приносит радость и зрителям и самим выступающим, дает им моральное удовлетворение и обеспечивает творческий и интеллектуальный рост. Участница проекта Людмила Пермякова (70 лет), рассказывает: "Мы с удовольствием ходим в нашу библиотеку и очень рады, что наш маячок не меркнет, а всё ярче разгорается. Заинтересовали мы народ! Всё больше и больше к нам приходит на мероприятия людей. Наш клуб на слуху. То, что мы выиграли в конкурсе, дало нам очень многое: хорошее настроение, много позитива, желание и дальше участвовать в библиотечных мероприятиях".

ТРАДИЦИЯМ ВСЕ ВОЗРАСТЫ ПОКОРНЫ

Проект «Учителя-ученики» вырос из совместного проекта ШТНК и Дома-интерната для престарелых и инвалидов по изданию сборника «Древо жизни», посвящённого 70-летию Победы в Великой Отечественной войне.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Учителя-ученики"

Исполнитель: БОУ ДО ВО «Школа традиционной народной культуры» (г. Вологда)

Цель проекта: укрепление межпоколенческих связей путём организации социально-культурного взаимодействия клиентов Дома-интерната и детей-участников проекта для обмена знаниями и умениями в области традиционной народной культуры.

Сумма гранта: 100 000 рублей

Продолжительность проекта: 5 месяцев

Социокультурная преемственность поколений реализуется через работу творческих мастерских. Участники проекта - одинокие престарелые и дети-воспитанники Школы - становятся одновременно и учителями, и учениками: делятся своим опытом и приобретают новые знания-умения. Клиенты Дома-интерната активно участвуют в концертных программах, охотно делятся воспоминаниями о своей жизни. Результаты совместной работы представлены на концерте и итоговой выставке.

В проекте принимали участие: женщины и мужчины пенсионного возраста, подростки, волонтеры.

В ходе работы выявился огромный творческий потенциал ветеранов и молодёжи. Жители Дома-интерната являются носителями национального мировоззрения и русской культуры, но поскольку их связь с внешним миром очень сильно ограничена, то они не имеют возможности поделиться своими знаниями. В то же время учащиеся Школы, готовы перенимать опыт старших поколений, учиться рукоделию и народной музыке. Так возникла идея создания пространства для социально-культурного взаимодействия двух поколений с целью обмена знаниями и умениями в области традиционной народной культуры.

Партнером ШТНК на стал Центр социальной адаптации, который весной 2016 года вошел в реестр поставщиков социальных услуг Вологодской области. Более ста ветеранов из разных уголков Вологодчины поселились в этом негосударственном пансионате Грязовецкого района, в том числе и жители расформированного Дома-интерната.

В ходе работы дети и пожилые люди обменивались знаниями и умениями в области народной культуры. Клиенты Дома-интерната обучали детей и подростков традиционным наигрышам на гармони, частушкам, песням, народным играм, вязанию крючком, искусству оригами, поделились рецептами народной кухни.

Обучающиеся Школы традиционной народной культуры помогали пожилым людям осваивать ремёсла: учили ткать половики, сумочки, плести пояса-шнурки, изготавливать горшки на гончарном круге, расписывать доски, делать открытки.

Важной составляющей стало интервьюирование пожилых участников проекта. Молодежь узнала о традициях воспитания детей, старинных песнях и частушках, народных праздниках и играх, рецептах народной кухни. Аудиозаписи интервью дополнили фонд фольклорно-этнографических материалов ШТНК. В благодарность педагоги и одаренные дети дали несколько концертов и интерактивных программ, посвященных праздникам народного календаря, организовали экскурсии в Вологду, чтобы пожилые люди смогли больше узнать о деятельности Школы и достижениях обучающихся, увидеть экспонаты школьного музея.

Проект позволил достигнуть значимых результатов социально-культурного взаимодействия старшего и младшего поколений. Пожилые люди стали более активны, улучшилось их настроение и психоэмоциональное состояние. Воспитанники Школы проявили эмоциональную отзывчивость и заботу о пожилых людях. Совместная творческая

ТРАДИЦИЯМ ВСЕ ВОЗРАСТЫ ПОКОРНЫ

деятельность взрослых и детей способствовала не только приобретению новых знаний и умений, но и восполнила недостаток эмоционального общения двух поколений, между ними установились дружеские отношения. Желание дальнейшего активного взаимодействия обоюдно. Поэтому ШТНК планирует развивать связи между участниками проекта на уровнях личностного и межведомственного взаимодействия.



Кто учитель, а кто ученик?

Проект: "Учителя-ученики"

С АКТИВНЫМ ДОЛГОЛЕТИЕМ ОТПРАЗДНУЕМ СТОЛЕТИЕ!

В Усть-Кубинском районе проживает более 2,5 тыс. граждан пожилого возраста - почти 30% от общего количества населения.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Центр активного долголетия "Забота"".

Исполнитель: Бюджетное учреждение социально-го обслуживания Вологодской области «Комплексный центр социального обслуживания населения Усть-Кубинского района» (Вологодская область, Усть-Кубинский район, село Устье).

Цель проекта: формирование условий для реализации потенциала граждан старшего поколения, стимулирования их активного долголетия, вовлечения в активную общественную деятельность.

Сумма гранта: 71 000 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

На базе районного КЦСОН действует Центр активного долголетия "Забота". Работает 21 клуб по интересам, проводятся индивидуальные и групповые занятия с психологом, оказывается юридическая помощь, проводятся социокультурные мероприятия, приуроченные к различным праздничным датам. Более 2000 граждан пожилого возраста обеспечены социальной картой «Забота».

В проекте принимали участие: женщины и мужчины пенсионного возраста, инвалиды, волонтеры.

Для сельской территории остро стоит проблема организации свободного времени людей старшего возраста так, чтобы это оказывало содействие продлению их активного участия в жизни общества, создавало условия для повышения качества жизни.

Открытие Центра «Забота» стало первым шагом к большой цели: сделать жизнь каждого ветерана села интересной и полноценной, чтобы истина "на пенсии жизнь только начинается" нашла своё подтверждение. В Центре «Забота» каждый пенсионер может найти себе дело по вкусу: клубы финансовой грамотности, безопасности жизнедеятельности, социального туризма, клубы «Играй, гармонь!», «С песней по жизни», клуб любителей фотографии, по уходу за растениями, «Искусство мыловарения», «Школа ухода за гражданами пожилого возраста»... Одних только кружков рукоделия больше 8! Характерно, что ведущими клубов очень часто выступают сами пенсионеры. Так, клуб моржей «Закаливание - залог долголетия» возглавляет женщина-волонтер, которой на сегодня 71 год! Клуб любителей фотографии «Моя жизнь - фотопленка» организует мужчина-пенсионер, профессиональный фотограф. Лоскутному шитью обучает рукодельница 82-х лет!

Помимо клубной работы, пенсионерам предоставляются услуги профессиональных юристов и психологов. На территории района действует социальная карта «Забота», по которой пенсионерам предоставляются скидки от 5% и выше на продукты питания, лекарства, товары первой необходимости, проезд и другие услуги. Регулярно проводятся социокультурные мероприятия. Помогают в их организации пенсионеры-активисты, посещающие клубные объединения. Кроме того, участники клубов за время реализации проекта приняли участие в 3-х областных ярмарках-выставках: «Вологодчина за активное долголетие», «50+». «Старшему поколению внимание и заботу» и «Дары осени 2016 г.».

Центр активного долголетия «Забота» стал единой площадкой общения, где все пожилые жители района имеют возможность бесплатно, полезно и интересно организовать свой досуг, чтобы противостоять хворям и печалям. Благодаря грантовой поддержке Усть-Кубинский район успешно и оперативно присоединился к социально-значимому проекту «Забота», реализация которого только началась на территории Вологодской области. КЦСОН с готовностью делится опытом создания и открытия Центра активного долголетия с другими районами.

Центр активного долголетия "Забота" участвует в выставке-ярмарке "50+. Старшему поколению внимание и заботу"



ТЕРРИТОРИЯ АКТИВНОГО ПОКОЛЕНИЯ

Многие пожилые люди однажды сталкиваются с проблемой, как определить свое место в обществе в связи с изменением социального статуса. У пожилых людей, вышедших на пенсию, в силу разнообразных заболеваний, физических и материальных ограничений сужается круг общения, из-за чего они теряют возможность интересно проводить время.

Проект «Библиопарк» - территория для развития возможностей и творчества пожилых людей» запустил комплекс событий для пожилого поколения города, участвуя в которых они могли бы провести свое время интересно и с пользой.

«Библиопарк» стал территорией милосердия, добра, возможности общения с другими людьми, попавшими в схожую ситуацию.

В ходе реализации проекта, впервые в библиотеке были организованы клубы «Здоровый ветеран» и «Кружевница», были возобновлены занятия в Школе компьютерной грамотности, появились новые формы работы (мастер-классы, уроки здоровья, экспресс-выставки).

Для успешной реализации проекта были привлечены партнеры: Тамбовское областное государственное бюджетное учреждение социального обслуживания населения «Центр социальных услуг для населения города Котовска»; Котовский городской Совет ветеранов войны, труда, Вооруженных Сил и правоохранительных органов; Муниципальное казенное учреждение «Котовская городская психолого-консультативная служба «Доверие»; Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей "Котовская детская школа искусств"; индивидуальный предприниматель, директор мебельной фабрики «Эстет» Шабанов Р.А.; Пенсионер Попова В. В., руководитель клуба «Здоровый ветеран» (волонтер); сторож МКУ ЦБО г. Котовска Шишлова Л.Б., руководитель клуба «Кружевница» (волонтер).

Для того, чтобы «Библиопарк» стал для многих вторым домом, были созданы комфортные условия: рекреационные зоны для пенсионеров с удобной для отдыха и чтения мебелью.

За время реализации проекта, помимо занятий в клубах по интересам с периодичностью 1-2 раза в неделю, ежемесячно проводились психологические тренинги и дни информации с участием специалистов из организаций-партнеров проекта.

В проекте приняли участие 739 человек в возрасте от 13 до 89 лет, с учетом возраста волонтеров. Из них 663 человека – это пожилые люди и люди с инвалидностью. По окончании проекта 14 пенсионеров овладели компьютерной грамотностью.

Важно, что в результате деятельности проекта появились новые формы работы с со старшим поколением, создан положительный имидж библиотеки, расширился спектр сервисных услуг, были достигнуты партнерские отношения с рядом учреждений города. Поэтому было решено занятия в клубах «Здоровый ветеран» и «Кружевница» продолжить и в 2017 году, также в «Библиопарке» появятся новые направления деятельности: «Цветовод», «Коллекционер», «Красивый ветеран».

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект "Библиопарк"

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение «Централизованная библиотечная система города Котовска» (Тамбовская область, г. Котовск)

Цель проекта: становление библиотеки культурным пространством для оказания пожилым людям помощи в активной адаптации и самореализации

Сумма гранта: 100 000 рублей.

Продолжительность проекта: 7 месяцев.

На базе Центральной городской библиотеки имени В.В. Маяковского создан «Библиопарк», где участники удовлетворяют свои информационные потребности, приобретают навыки компьютерной грамотности, овладевают восстановительными и оздоровительными методиками, реализуют свой творческий потенциал, повышают общеобразовательный и социально-культурный уровни, получают помощь в преодолении чувства одиночества.

В проекте принимали участие пожилые люди города, в том числе с инвалидностью.

ТЕРРИТОРИЯ АКТИВНОГО ПОКОЛЕНИЯ

Проект был успешно реализован, жизнь пожилых людей города стала более насыщенной и интересной, повысилась их правовая информированность, некоторые приобрели навыки компьютерной грамотности, что положительно повлияло на взаимоотношения с молодым поколением.

Безрукова Н.В. (67 лет) благодарна, что в рамках проекта освоила компьютер, о чем давно мечтала, жизнь изменилась: «Большой радостью, - пишет он, - для меня была встреча в Одноклассниках с двоюродной сестрой из Саратова. Она прислала мне материалы о нашем дедушке, участнике Великой Отечественной войны, о дяде, пропавшем без вести на фронте. Я тоже послала ей письма и документы о родственниках-фронтовиках. И всё это с помощью компьютера. Благодаря полученным знаниям я нашла в Питере свою подружку-одноклассницу, мы теперь регулярно переписываемся. Оказалось, что интернет – это очень интересно! Можно столько всего узнать: от новостей до рецепта приготовления томатного сока. Можно читать книги или смотреть кино. А еще почти каждый вечер у меня сеанс связи с любимыми внуками и дочерьми. Общаюсь с родственниками из Москвы и Питера. Это так здорово! Очень благодарна организаторам проекта – сотрудникам библиотеки».

О занятиях в клубе «Здоровый ветеран» тепло отзывается самый старейший участник проекта Попов Ю.И. (82 года): «Я благодарен сотрудникам городской библиотеки и благотворительному фонду Елены и Геннадия Тимченко за предоставленную возможность пожилым людям нашего города поддерживать своё здоровье».

*Участники проекта в Библиотека
имени В. В. Маяковского г. Котловска*



ГЕРОНТОВОЛОНТЕРСТВО – СРЕДСТВО ОТ ОДИНОЧЕСТВА

По состоянию на 1 января 2016 года в Тамбовской области численность пенсионеров составляла 290116 человек, в том числе по городу Тамбову и Тамбовскому району - 101445 человек.

Количественный и качественный состав сообщества пожилых людей претерпел изменения, к основным характеристикам пенсионера можно отнести бодрость, активность, способность и желание приносить пользу окружающим, готовность к взаимодействию в группе.

Поскольку признание и социальный статус человек, может получить, только участвуя в жизни общества, активные пенсионеры часто продолжают вести насыщенную деятельность жизнь, но у них в целом возникает дефицит активных отношений.

В поисках таких отношений, пенсионеры прибегают к формированию новой естественной социальной сети взаимопомощи. Актуальной и востребованной, таким образом, становится идея волонтерства в среде старшего возраста. Проект помог этой тенденции воплотиться в действие и стал первооткрывателем «геронтоволонтеров», работающих на основе «равный – равному».

Взаимопомощь – это одно из направлений развития и укрепления сообщества пожилых людей. Взаимопомощь пожилых по принципу «равный-равному» основывается на добровольности, сходных условиях существования, на понимании друг друга по степени состояния здоровья.

В рамках проекта «От сердца к сердцу. Геронтоволонтеры» и была поднята тема участия в добровольческой деятельности людей пожилого возраста и продление активности людей старшего возраста через создание добровольного сообщества пожилых людей, имеющих потребности в оказании безвозмездной помощи нуждающимся и включение их людей в добровольческую деятельность.

Разработана и апробирована технология подготовки геронтоволонтеров. Реализована учебная программа «Школы геронтоволонтеров», которая включала теоретические занятия по социальному проектированию, психологии старшего возраста, конфликтологии, формам и методам работы волонтеров.



КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «От сердца к сердцу. Геронтоволонтеры»

Исполнитель: Автономная некоммерческая организация «Центр социальной помощи «Добрые руки»

Цель проекта: Создание условий для развития добровольчества среди людей пожилого возраста по принципу «равный – равному».

Сумма гранта: 100 000 рублей

Продолжительность проекта: 8 месяцев

На базе Автономной некоммерческой организации «Центр социальной помощи «Добрые руки» созданы три добровольческих отряда геронтоволонтеров в количестве 61 человека, которые прошли подготовку в «Школе геронтоволонтеров». В роли тьютеров выступали студенты Педагогического института ТГУ имени Г.Р. Державина, прошедшие соответствующее обучение. Полученные знания геронтоволонтеры вместе с тьюнерами применили в практической деятельности – в оказании помощи гражданам пожилого возраста города Тамбова, включенным в банк данных о нуждающихся в помощи.

Занятия в «Школе геронтоволонтеров» ведет доктор педагогических наук Надежда Курилович

ГЕРОНТОВОЛОНТЕРСТВО – СРЕДСТВО ОТ ОДИНОЧЕСТВА

Проект: «От сердца к сердцу.
Геронтоволонтеры»

Разработано и издано методическое обеспечение образовательного процесса: методические пособия «Школа геронтово­лонтеров» и «Дневник геронтово­лонтера». Параллельно для работы с геронтово­лонтерами были подготовлены тьютеры из числа студентов Педагогического института ТГУ имени Г.Р.Державина. Было создано 3 волонтерских отряда с общим количеством 61 человек.

Наряду с теоретическими занятиями, слушатели под руководством тьютеров выполняли практические задания: участвовали в мастер-классах «Мягкая игрушка», «Волшебный мир красок», занятия по ушу. Свои знания и навыки слушатели «Школы геронтово­лонтеров» представили для посетителей Областного геронтологического центра, где провели акцию «Не стареет душа»; для проживающих в женском монастыре с. Сухтинка Знаменского района Тамбовкой области – акцию «Серебряный возраст». Из участников мастер-классов они стали их организаторами.

На сплочение участников волонтерских отрядов были направлены совместные мероприятия: посещение театра, экскурсии по святым местам Тамбовской области. В процессе работы геронтово­лонтеров сформирован банк данных о 209 пожилых горожанах, нуждающихся в волонтерской помощи.

Проект позволил целевой группе – геронтово­лонтерам – найти единомышленников, получить новые знания и навыки, почувствовать себя вновь нужными обществу.

Мнение участницы проекта Н. Петровой: «Моя жизнь в этом возрасте, благодаря проекту, стала намного интереснее и активнее. И не только моя жизнь, но и жизнь тех людей, с которыми я здесь познакомилась. Многие, кто пришёл в геронтово­лонтерство, были вынуждены искать какую-нибудь отдушину в жизни. Потому что многие из нас одиноки – дети выросли, мужья умерли. Проект «От сердца к сердцу. Геронтово­лонтеры» сплотил нас, мы общаемся не только на занятиях, созваниваемся, интересуемся проблемами друг друга, стараемся помочь если нужно. Мы в постоянном движении, общении и проблема одиночества проходит».

*Геронтово­лонтеры поселили
областной Геронтологический центр.*



СТАРЕТЬ НУЖНО КРАСИВО?!

Старение и выход на пенсию является наиболее кризисным периодом для большей части населения, что обусловлено резкими и одновременными изменениями в жизни: потерей социального статуса, ухудшением состояния здоровья и психологического самочувствия, материального положения, появлением материальной зависимости от государства и своей семьи, сужением социальных связей.

Удовлетворительное здоровье в пожилом возрасте – это не только самочувствие и позитивный настрой, это условия и предпосылки активной старости.

Проведенный опрос среди пожилых людей, проживающих в микрорайоне школы, показал, что у многих из них имеется большая потребность в изучении основ здорового образа жизни, постоянных физкультурно-оздоровительных занятиях, участии в спортивных мероприятиях.

Основываясь на пожеланиях целевой аудитории проекта и на медицинских рекомендациях, творческая группа МБОУ «Никифоровская СОШ №2» разработала и реализовала проект «Жить здорово!». Работа с населением пенсионного возраста уже привлекала внимание коллектива МБОУ «Никифоровская СОШ №2». В 2012 г. школа стала одним из победителей областного конкурса «Народный проект». Проект «Восхождение» был направлен на повышение уровня духовно-нравственной культуры учащихся и населения Никифоровского района, в том числе и пенсионеров.

Новый проект «Жить здорово!» был с воодушевлением встречен старшим поколением, более того, вместо занятий 2 раза в неделю участники проекта предложили заниматься трижды.

Кроме оздоровительных занятий педагогом-психологом с участниками проекта были проведены тренинги: «Способы снятия эмоционального напряжения. Управление тревогой»; «Регуляция дыхания. Управление тонусом»; «Современные



КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Жить здорово!»

Исполнитель: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Никифоровская средняя общеобразовательная школа №2» (Никифоровский район, р.п. Дмитриевка)

Цель проекта: создание условий для активного, творческого долголетия пожилых людей, содействия сохранению и укреплению их здоровья

Сумма гранта: 100 000 рублей

Продолжительность проекта: 6 месяцев

В программе физкультурно-оздоровительных занятий: дозированная ходьба, суставная и дыхательная гимнастика, упражнения для снятия усталости и психического напряжения, растяжение и укрепление мышц, упражнения с гимнастическими снарядами, на спортивных тренажерах, ритмическая гимнастика.

В результате реализации участники проекта улучшили своё общее самочувствие, укрепили здоровье, получили методические рекомендации и профессиональные советы по повышению мотивации к здоровому образу жизни.

В проекте приняла участие группа пенсионеров из 14 человек, которые участвовали в мероприятиях, направленных на профилактику заболеваний, формирование здорового образа жизни.

Мы в отличной спортивной форме

СТАРЕТЬ НУЖНО КРАСИВО?!

Проект: «Жить здорово!»

психотехнологии манипулирования. Как не попасть в ловушку кмошенникам»

Уделялось внимание здоровому образу жизни и здоровому питанию, для участников проекта была проведена лекция-презентация «Здоровое питание в пожилом возрасте» и мастер-класс «Готовим быстро, вкусно и полезно».

Особенно приятно пенсионерам было неформальное общение за чашкой чая. Организованные музыкальные и поэтические вечера - «Мы за чаем не скушаем» и «Поэтическая тетрадь» - позволили повысить культурный уровень и скрасить повседневный быт.

За состоянием здоровья участников проекта наблюдал школьный медицинский работник. У постоянных участников проекта ухудшения здоровья не было выявлено. Некоторые пенсионеры из-за обострившихся хронических заболеваний отказались от спортивных занятий, однако принимали участие в досуговых мероприятиях.

К сожалению, глобально изменить ситуацию по оздоровлению пенсионеров в целом ресурсами небольшого проекта невозможно.

Однако, побудить пожилых граждан-участников проекта к здоровому и активному образу жизни организаторам проекта удалось. Из участников проекта образовался актив, и они готовы организовать самостоятельно оздоровительные занятия для желающих. 6 участников проекта выразили желание сдать нормативы ГТО по лыжам.

«Всегда думала, что работать с пожилыми очень сложно. Была приятно удивлена тем, насколько доброжелательно были настроены участники оздоровительной группы, в числе которых оказались мои бывшие учителя. Конечно, пришлось приложить немало усилий, чтобы каждый остался доволен, но и огромное удовлетворение от занятий получаю я сама», - рассказывает учитель физкультуры – Ольга Лошакова, которая занималась с пенсионерами.

Общение за чашкой чая



НАШ ДВОР – ОБЩАЯ ЗАБОТА

С переходом в категорию пожилых людей, у пенсионеров зачастую коренным образом изменяется не только взаимоотношения в обществе, но и также ценностные ориентиры, образ жизни, распорядок дня, круг общения. Время, кажется, быстрее течет, но гораздо меньше происходят различные события.

Вот почему необходима специальная организация помощи пожилым людям. Одним из важнейших видов такой помощи является правильно организованный быт и досуг.

Дом, жители которого стали участниками проекта, состоит из 16 семей, 50% из которых – пенсионеры, а 25% семей имеют маленьких детей.

Дворовая территория не благоустроена. молодые семьи, проживающие в доме, имеют не нормированный рабочий день. Детские сады работают до определенного времени, и возникает проблема того, где будут находиться дети в то время, когда они не в детском саду или школе.

Ее и решали, привлекая к этому пенсионеров.

Участие в благотворительной программе «Активное поколение» стало для пожилых жителей дома номер 43 по ул. Шоссейная возможностью показать себя и преобразить свой двор, сделать его уютным и комфортным как для таких же пожилых людей, так и для молодежи и детворы.

Работа была проведена очень большая и кропотливая.

Участники детской организации своими руками изготовили мини-заборчики, вместе с пенсионерами установили их во дворе. Покрасили заборчики жильцы дома, они же ухаживали за посаженными во дворе цветами.

Дальше во дворе появилась беседка, на проект которой был объявлен конкурс среди жильцов. В итоге победила мудрость в лице старейшей жительницы дома Прасковьи Меркурьевны Живаленковой. Она предложила заказать рубленую беседку из дерева. Беседку доставили в разборном виде. Под руково-



КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Стать пенсионером, но не быть им»

Исполнитель: Уваровская городская детская общественная организация «Фортуна» Тамбовской области.

Цель проекта: создание единого пространства для общения детей и людей старшего поколения.

Сумма гранта: 86 500 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

В работе над проектом «Стать пенсионером, но не быть им» приняли участие 32 жителя дома №43 по улице Шоссейная, из них 8 пенсионеров, которые занимались благоустройством придомовой территории (разбивка клумб, покраска мини-заборчиков). В проекте были заняты 20 волонтеров – членов общественной детской организации «Фортуна» (они занимались изготовлением мини-заборчиков, помогали убирать дворовую территорию и подготовили праздничные программы для дворовых праздников). Было проведено 3 праздника. У дома были разбиты клумбы, во дворе построена беседка и приобретена на средства спонсора скамейка, которая установлена у подъезда. Силами участников проекта был изготовлен пандус для входа в беседку, т.к. в доме проживают инвалиды-колясочники.

Проект продолжает свою работу, в зимний период пенсионеры-участники проекта соорудили для детей снежную горку.

Разбиваем цветники

НАШ ДВОР – ОБЩАЯ ЗАБОТА

Проект: «Стать пенсионером, но не быть им»



Дети под присмотром

дством Высочкина Олега Михайловича жильцы собрали её, опилили края бревен и покрыли пропиткой.

Ни одно опиленное бревнышко не осталось ненужным, все пошло в дело: у малышей появился «скутер», «поросенок», маленькие скамеечки. Кроме этого во дворе появилась детская площадка с песочницей и грибком.

Кроме того, на протяжении лета, пенсионеры занимались с

Праздник во дворе – день пожилых людей



НАШ ДВОР – ОБЩАЯ ЗАБОТА

детьми во дворе, и родители были спокойны, т.к. дети находились под присмотром.

Участникам проекта показалось, что беседка стоит одиноко во дворе, и они нашли спонсора - Юрия Букарева, который заказал две большие рубленые скамейки, их установили у подъездов дома. Получился целый ансамбль.

В доме проживают инвалиды-колясочники, для них соорудили пандус, чтобы они могли без труда заезжать в беседку.

С наступлением зимы работы во дворе продолжают. Пенсионеры убирают снег во дворе, построили снежную горку для детей. Да и молодые семьи могут спокойно работать, зная, что их ребенок будет всегда под присмотром.

Проект «Стать пенсионером, но не быть им» возродил в пожилых людях веру в то, что они кому-то нужны, что их жизнь интересна и понимание того, что они сами эту жизнь делают. Когда люди осознают реальную возможность что-то поменять, они способны на многое...

Проект: «Стать пенсионером, но не быть им»

Проект продолжает работать



СОТВОРЧЕСТВО ПОКОЛЕНИЙ

Пожилые люди обладают опытом, знанием жизни и мудростью, но очень часто им не хватает внимания, общения и заботы. Оказавшись в ситуации социального одиночества, многие остаются наедине с болезнями и тяжелыми мыслями. С другой стороны, детям также требуется душевное тепло и понимание, которое не всегда могут дать занятые на работе родители. При этом снижается уровень защищенности детей от пагубного влияния улицы и связанных с ней социально-опасных явлений.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Семейная арт-студия «Диатоника»

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Дедовичская детская школа искусств» (Дедовичский район, рп Дедовичи).

Цель проекта: преодоление социального одиночества среди людей старшего поколения, возрождение и поддержание семейных ценностей и традиций.

Сумма гранта: 99 741 руб.

Продолжительность проекта: 6 месяцев

Участники проекта: люди пожилого возраста; дети и подростки (учащиеся Дедовичской школы искусств)

Основным побуждающим фактором создания данного проекта было искреннее желание предоставить возможность пожилым людям окунуться в творческую среду вместе со своими внуками, реализовать совместные творческие задумки, интересно провести свободное время, тем самым сделав их жизнь более яркой и наполненной.

В рамках проекта создана семейная арт-студия «Диатоника», где пожилые люди, при непосредственном и активном участии детей, попробовали рисовать на холсте, петь под аккомпанемент синтезатора, фортепиано, «минусовой» фонограммы, а также танцевать аутентичные народные танцы Псковской области. Во всех занятиях активно участвовали дети - учащиеся школы. Всего было проведено 22 мастер-класса. Суть предложенных мастер-классов - следуя направляющим советам преподавателей, активизировать правое полушарие мозга, которое отвечает за эмоции, интуицию, чувства. Данный метод помогает преодолеть боязнь что-то сделать неправильно, поверить в себя и научиться получать удовольствие от творчества.

Большой интерес у пожилых людей вызвали мастер-классы по живописи. В ходе их проведения участники изъявили желание не только рисовать, но также заниматься декоративно-прикладным творчеством. В результате, для желающих было организовано дополнительно 4 мастер-класса по новому декорированию.



СОТВОРЧЕСТВО ПОКОЛЕНИЙ

*Проект: «Семейная арт-студия
«Диатоника»*

Приятной неожиданностью стало желание группы молодых мам провести мастер-класс для совсем маленьких деток от 2-х лет. Такого возраста учеников в школе искусств еще не было, но это был полезный опыт. Таким образом, расширился возрастной диапазон участников проекта. Дети были с мамами и бабушками, все вместе они рисовали акварелью Космос. Два часа пролетели незаметно, все были в восторге.

Важная составляющая проекта - организация совместных творческих мероприятий, в которых участники получили новые ощущения и эмоции. При подготовке концерта к Дню пожилого человека «Бабушки рядышком с внуками», неожиданно для организаторов очень активно подключились не бабушки, а мамы учащихся, которые с удовольствием вместе со своими детьми репетировали и исполнили трогательные музыкальные композиции для своих мам и бабушек. Эти выступления вызвали бурю положительных эмоций у пожилых людей, сидящих в зале, многие не могли сдержать слез умиления и радости.

Интересными и полезными для группы участников проекта стали поездки на фольклорные фестивали. Состоялось две поездки: в п. Усвяты Псковской области, где состоялся фестиваль, посвященный Ольге Сергеевой, а также на международный фольклорный фестиваль «Золотые родники» в г. Псков. «Ой, кумушки, кумитесь...» - такую русскую народную песню исполнили учащиеся школы искусств вместе со своими бабушками. Они, все вместе, рассказали и показали в танце простую историю о том, как в старину в русской деревне проводился «девичник». Организаторы отметили, что участие бабушек придает выступлению детского коллектива некую наполненность и целостность.

Большой семейный фольклорный праздник «Спиридон-солнцеворот», хоть и не был запланирован в проекте, но логически обобщил творческую работу по изучению фольклора. Зрители, среди которых были подростки и пожилые люди - члены клуба ветеранов «Огни над Шелонью», вовлеченные в завораживающее действо с обрядами и танцами, ранее бывавшими на Псковщине, услышав пожелание «хорошего года



СОТВОРЧЕСТВО ПОКОЛЕНИЙ

да богатого приплода», охотно улыбались в ответ. «Невольно вспоминаются детские годы, когда мы такой же веселой ватагой бегали по деревне и пели колядки» - делится своим впечатлением пожилая жительница поселка Дедовичи Васильева Лидия Алексеевна.

Своего рода итогом проекта, заключительным творческим мероприятием, стал Большой семейный рождественский концерт «Радость моя» с показом картин и различных декоративных изделий к Рождеству. Концертная программа состояла, в том числе и из номеров, подготовленных участниками проекта, наполнив ее теплотой и духовным единством. Васильева Татьяна Николаевна, бабушка Юли Васильевой: «Наши дети не будут злыми и грубыми, потому что растут в замечательной творческой атмосфере школы искусств, которая дарит добрые чувства, новые знания, хорошее настроение и творческое развитие. Благодаря участию в проекте и мы прикасаемся к удивительному миру искусства и рядом с детьми чувствуем себя моложе».

Совместная работа в проекте сблизила старшее поколение с младшим. В рамках проекта состоялось взаимное обогащение знаниями, опытом и просто хорошим настроением. Взрослые участники смогли раскрыть и развить свои творческие способности, полезно и интересно провести свободное время. Дети стали своеобразными проводниками для пожилых людей в волшебный мир творчества, они почувствовали свою значимость и ответственность, смогли по-другому взглянуть на человеческие ценности.

По мнению участников, проект оказался нужным и своевременным:

«Самое важное, что появилась возможность не оставаться в одиночестве, видеть неравнодушных людей и испытывать радость от творчества» (Клевцова Галина Николаевна, 60 лет).

«Я чувствую себя частью творческого коллектива. Благодаря проекту я больше общаюсь со своей внучкой, у нас появились общие темы для разговоров» (Нестерова Ольга Борисовна, 56 лет).

«Я творческий человек, всю жизнь рисую, пишу стихи. Благодаря занятиям в студии еще больше развиваются творческие возможности. Я узнала много нового и это открывает новые горизонты в творчестве» (Яковлева Валентина Васильевна, 73 года). У Валентины Васильевны Яковлевой, тут же родилось стихотворение:

*... Мастер-класс идет в Храме искусства,
Взрослые и школьники сидим, слегка дрожа.
Белый лист, вода смешались с краской –
Мы пейзаж рисуем чуть дыша...
Мы рисуем «золотую» осень,
Краски выбираем не спеша,
Как прекрасны небо, речки просинь,
А просторов зелень так свежа!...
Стройные березки в желтых платьях
Осени красу продлить хотят.
Ветер, дождь и снежное ненастье
Осенью глубокой лишь страшат.
А пока их нежные наряды*

СОТВОРЧЕСТВО ПОКОЛЕНИЙ

*Взоры глаз чаруют не греша.
Продлены осенние парады,
Благостью наполнена душа!*

«Никогда не думала, что буду петь и танцевать. Благодаря участию в проекте, впервые вышла на сцену вместе со своей внучкой. Спасибо за такую возможность, масса положительных эмоций» (Фролова Валентина Сергеевна, 68 лет).

«Вы знаете, мы с подругой стали меньше болеть, у нас появилась цель и стимул выйти из дома, рядом с молодежью мы чувствуем себя моложе, болезни отступают» (Петрова Евдокия Михайловна, 63 года).

«Уже сейчас много новых планов на будущее, идет подготовка новой программы, всем очень интересно, равнодушных нет. Наша общая цель - принять участие в большом фестивале «Псковские жемчужины» (преподаватель Сергей Николаевич Лезов).

«Это мой первый опыт работы со столь разновозрастной группой. Было непросто, но интересно. Вижу, как изменились дети, они стали более серьезными и ответственными» (преподаватель Татьяна Петровна Сальникова).

Проект органично вписался в текущую деятельность коллектива, поэтому мы уверены, что окончание проекта - это просто определенный этап. Нельзя останавливаться на достигнутом. Важно, чтобы финансирование не прерывалось. Надеемся, что благодаря конкурсу «Активное поколение» нам удастся продолжить начатую работу, развивать единое творческое пространство теперь уже с применением компьютерных технологий.

Проект: «Семейная арт-студия
«Диатоника»



ТУРИЗМ, КАК СРЕДСТВО АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

По данным Всемирной организации здравоохранения недостаточно активный образ жизни представляет собой глобальную проблему для общества. Эксперты ВОЗ утверждают, что, по меньшей мере, 60% населения планеты не соблюдают рекомендуемые уровни физической активности, необходимые для положительного воздействия на здоровье.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Движение жизни»

Исполнитель: Псковская региональная общественная организация поддержки родителей и детей "Семья" (Псковская область, г. Псков)

Цель проекта: создание условий для формирования культуры физической активности людей старшего поколения посредством проведения комплекса мероприятий, основой которых является общественно-полезный туризм.

Сумма гранта: 100 000 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

На базе Псковского областного совета профсоюзов создан экологический разновозрастный отряд, который пропагандирует здоровый образ жизни в любом возрасте, а также призывает любить и сохранять родную природу. Участники мероприятий не только занимаются общественно-полезным туризмом, передавая полученные знания и навыки новичка, но и пробуют себя в различных видах спортивных и общеоздоровительных направлениях (танцы, фитнес).

В проекте принимали участие: 200 человек из числа студенческой и рабочей молодежи в качестве волонтеров, а также специалистов-лекторов и тренеров, старшего поколения.

Недостаточная физическая активность является четвертым по значимости фактором риска глобальной смертности (1,9 миллиона случаев смерти в мире). По данным статистики Пенсионного фонда Псковской области в нашем регионе проживает около 200 тысяч человек старше трудоспособного возраста. Из них 50 тысяч человек – это одинокие и одиноко проживающие люди. Сохранение и улучшение здоровья пожилых людей и, следовательно, повышение их качества жизни, имеет большое не только личное, но и социальное значение. Однако уровень активности людей остается по-прежнему низким, не смотря на все усилия, которые прикладывают международные организации и правительства стран к пропаганде здорового образа жизни. По результатам исследований ВОЗ около 80% старшей возрастной группы полагают, что их уровень физической активности соответствует необходимому уровню для поддержания здоровья, хотя на самом деле это не так. Основными причинами, по которым пожилые люди оправдывают свою физическую неактивность, являются: отсутствие энергии, слабость; отсутствие мотивации; наличие заболеваний, влияющих на общее самочувствие и невозможность выполнять физические упражнения; боязнь травм, падений; отсутствие необходимых навыков; отсутствие времени; отсутствие партнеров или друзей для совместных занятий; отсутствие безопасного места для занятий. Для России актуальна проблема оздоровления пожилых людей, поэтому существует необходимость применения таких форм организации, которые будут учитывать уровень физической подготовленности, развития и состояния здоровья. Принимая во внимание перечисленные причины, необходимо найти такой вид физической активности, который бы позволил преодолеть нежелание пожилых людей заниматься спортом. Ведь проблема создания устойчивой мотивации к здоровому образу жизни является актуальной для современного человечества, а ее решение позволит не только улучшить физическое и психоэмоциональное состояние пожилых людей, способствуя их социальной адаптации в современном обществе, но и позволит сформировать активную жизненную позицию старшего поколения. Поэтому наша организация разработала комплекс мероприятий в основе которого лежит туризм – интересный и ненавязчивый метод оздоровления.

Первым шагом на пути реализации социального проекта

ТУРИЗМ, КАК СРЕДСТВО АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

«Движение жизни» стало обучение группы активистов из числа старшего поколения в возрасте от 55 до 82 лет и молодежи от 17 до 35 лет. В течение месяца специалисты в области медицины, туризма, экологии, ОБЖ обучили 15 участников проекта, которые в последствие передавали свои знания новым членам команды. Лекции давали основные знания для организации выездных мероприятий на природу, например: оказание первой медицинской помощи, правила разведения костра и установки лагеря. Слушатели курсов отмечали важность такой информации, которая необходимо и в повседневной жизни, например, не все знали, что нужно делать, если укусит змея или сколько разлагается обертка от фантика, брошенная на землю.

После обучения наступила череда выездов. Начиная с августа 2016 года участники проекта побывали в нескольких районах Псковской области, совершая экологические вылазки в природные зоны (Псковский район, Пустошкинский, Дедовичский, Пушкиногорский, Великолукский). За несколько месяцев благодаря теоретической и практической подготовке более 60 активисты усвоили основные правила, которые пригодятся любому человеку, желающему отправиться в поход или просто отдохнуть на природе.

Туризм – интересный и ненавязчивый метод оздоровления. Туристические прогулки создают среду полноценного общения, в которой человек взаимодействует с разными людьми, устанавливает социальные контакты и имеет возможность выполнять различные социальные роли. Каждый выезд группы экологического отряда начинался с распределения обязанностей, ведь чувствовать свою необходимость должен каждый

Проект: «Движение жизни»



ТУРИЗМ, КАК СРЕДСТВО АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

Проект: «Движение жизни»

член команды. Сначала роли распределялись по системе жеребьевки: начальник лагеря, завхоз, повар, 2 помощника повара, костровой и его помощник, культмассовик, ответственный за гигиену, медик, ответственный за установку таблички, общая организация по установке лагеря – 3-4 человека. Таким образом, у группы появлялась ответственность за каждое направление и мы никогда не теряли и не оставляли вещей, план поездки всегда выполнялся четко, слажено и весело. А главное – никто не оставался без дела.

Наш отряд не отправлялся в длительные прогулки в силу возраста многих участников, но мы всегда шли пешком со всем необходимым оборудованием небольшое расстояние, чтобы наиболее приблизить свой выезд к настоящему походу.

Каждый следующий выезд отряд брал с собой новых участников, передавая свои знания и опыт. Практически каждый член команды из старшего поколения признавался, что с юношеских лет не испытывал той романтики туризма: каша в котелке, свежий воздух леса, палатка и песни у костра. «Было непросто разжечь костер, веточки и щепки, которые мы собирали в лесу, были сырые. Но какая же вкусная каша с тушенкой у нас получилась», говорит Антонина Данилова (82 года).

Для разнообразия физической активности молодежь организовывала спортивные состязания по игре в мяч, бадминтон и даже по уборке мусора (какая команда соберет больше стеклотары). Да, еще одна задача проекта – забота об окружающей среде. Выезды в районы области также сопровождались общественно полезной деятельностью по рациональному природопользованию. Как отметила участница проекта Ия Суханова (74 года): «Важно порой убирать не только за собой, но и за другими, ведь сохранение природы это общая ответственность».

Кроме уборки мусора разновозрастная команда установила 6 табличек с призывом соблюдать чистоту в экологических охранных и культурных зонах города Пскова и Псковской области. Стоит отметить, что деревянные таблички изготавливались и оформлялись самими участниками проекта с помощью нанесения краски по трафарету и покрывались лаком.

Таким образом, на протяжении 5 месяцев участниками проекта стали около 200 человек из числа студенческой и рабочей молодежи в качестве волонтеров, а также специалистов-лекторов и тренеров, старшего поколения. Команда экологического отряда состояла преимущественно из старшего поколения. Для того, чтобы расширить проект и привлечь молодежь было проведено анкетирование 69 студентов г. Пскова и Великих Лук. Одной из задач опроса стал мониторинг экологической культуры молодежи и знаний об экологическом туризме. Данные исследования показали, что большая часть молодежи путешествуют 1 раз в год и реже, не были участниками подобных туристических выездов и проявляют заботу об окружающей среде по принципу «Не мусори сам». После анкетирования сами участники из числа старшего поколения

ТУРИЗМ, КАК СРЕДСТВО АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ



делились впечатлениями о проекте со студентами. В результате около 20 человек из г. Пскова выразили желание отправиться в экологическое путешествие весной 2017 года, а со студентами г. Великие Луки участники проекта уже запланировали провести ориентирование на местности в конце апреля.

Как мы и предполагали, заинтересовав людей, которые, находясь на пенсии, проявляют свою активность, посещая различные кружки вязания и мастер-классы, таким интересным досугом как туризм, участники проекта стали посещать и другие мероприятия. Целевая аудитория была задействована в различных видах спортивно-оздоровительных мероприятий (танцы, фитнес, квест-игра, спортивное ориентирование). Начинать для тебя что-то новое всегда страшно, особенно когда общественное мнение твердит: «Пусть этим занимается молодежь». Но участники проекта каждый раз доказывали, что возраст не помеха активному образу жизни. Здесь каждый мог попробовать для себя открыть вид оздоровления, которым он никогда не занимался. А главное, никакого страха не было, ведь на занятие шли члены команды. Это определенно успех для проекта. Пусть далеко не все решили после занятий по йоге, что это их направление, однако несколько людей продолжили заниматься. Ведь еще одной задачей проекта стало информирование участников о тех площадках, на которых они могут продолжать занятия в том или ином направлении. Так, после танцевальных курсов на отчетном концерте поступило предложение от руководителя группы оздоровительного танца г. Пскова для пенсионеров присоединится активистам проекта, желающим танцевать, к команде «А, ну-ка, девочки!».

Вот почему туризм стал лишь основой, которая дала сильный толчок для осознания людей старшего возраста, что они еще на многое способны. Организаторы проекта уверены, что главным успехом проекта стало желание участников продолжить и даже расширить границы проекта. Несмотря на возраст, у старшего поколения загораются глаза, когда команда собирается в путешествие. Каждый из членов отряда готовится заранее к походу, подготавливая одежду и снаряжение (костровой всегда берет с собой из дома топор и растопку). Да и связь

Проект: «Движение жизни»

ТУРИЗМ, КАК СРЕДСТВО АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

Проект: «Движение жизни»

поколений укрепляется, когда есть поддержка молодежи и дельные советы старших.

Такая полезная для общества деятельность как субботники за время работы проекта стали носить индивидуальный характер и перестали зависеть от времени года. Так, когда уже выпал снег, бригада эко-отряда выехала на помощь музею-заповеднику «Изборск», а также помогла по хозяйству одному из псковских монастырей. Как говорит Светлана Окунева (59 лет): «Физическая работа на свежем воздухе на общее благо определенно поднимает настроение».

Еще одним маленьким, но немаловажным успехом проекта является информационная работа в СМИ, благодаря которой нам звонят родственники и интересуются, можно ли их родителям стать участниками проекта. В такие моменты появляется еще большая уверенность в необходимости нашей работы со старшим поколением, где каждый может получить заряд хорошего настроения, почувствовать бодрость духа и тела, обрести новых друзей.

«Ведь это так здорово, когда в 60 мы как будто возвращаемся в детство», - Людмила Романченко (60 лет).



КОММУНАЛЬНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

По данным Всемирной организации здравоохранения недостаточно активный образ жизни представляет собой глобальную проблему для общества. Эксперты ВОЗ утверждают, что, по меньшей мере, 60% населения планеты не соблюдают рекомендуемые уровни физической активности, необходимые для положительного воздействия на здоровье.

Не смотря на все предпринимаемые государством усилия, с каждым годом взаимоотношения в жилищной сфере становятся все более конфликтными, жилищная проблема – все более острой и масштабной. При этом очевидная жилищная неграмотность еще более усугубляет негативные последствия от постоянно меняющихся правил игры в сфере ЖКХ. Случаи, когда управляющую компанию или государственную структуру привлекали бы к ответственности за ненадлежащее исполнение своих обязанностей, довольно редки. В такой ситуации собственникам остается одно – самим контролировать качество оказываемых услуг. По оценке экспертов «ЖКХ-контроль» жители Псковской области не спешат создавать Совета многоквартирных домов, чтобы контролировать работу управляющих компаний. И основные причины это: недостаточная грамотностью, сложность законодательства в сфере ЖКХ, недостаток практики, отсутствие опыта, собственники также испытывают большие затруднения ввиду отсутствия квалифицированного персонала и экспертной поддержки, недостаточности методической оснащенности. На наш взгляд проблема состояла не в том, что граждане не готовы были проявлять активность, а в том, что собственники не знали, как правильно общаться с УК, ресурсоснабжающими организациями, как осуществлять контроль. В такой ситуации собственникам оставалось либо иметь своего юриста, или хотя бы активного человека готового разбираться в сложностях жилищного законодательства. Вот на таких активных людей мы и рассчитывали, приступая к реализации проекта. Суть нашего проекта состояла в просвещении и практической поддержке пожилых граждан желающих заниматься решением проблем в жилищной сфере.

На момент начала реализации проекта Псковское региональное отделения «Ассоциации юристов» имело большое количество обращений граждан по проблемным вопросам ЖКХ; экспертное сообщество в виде юристов отделения; потенциальных участников проекта – пожилых активных граждан – готовых участвовать в новом проекте. Тем не менее реализацию проекта мы начали с того что сделали рассылки по нашим базам контактов – с целью вовлечения в проект председателей Советов домов, старших по подъездам, активных собственников-пенсионеров имеющих время и желание научиться разбираться в юридических проблемах связанных с ЖКХ. Затем была сформирована группа желающих обучаться и мы приступили к непосредственному обучению. Отметим, что нашей целью было не просто почитать лекции о законодательстве, а научить людей пожилого возраста практической

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Коммунальное взаимодействие»

Исполнитель: Псковское региональное отделение «Ассоциация юристов России»

Цель проекта: построение социальной модели коммунального взаимодействия через вовлечение людей старшего поколения в оказание консультационных услуг по вопросам ЖКХ.

Сумма гранта: 100 000

Продолжительность проекта: 8 месяцев

КОММУНАЛЬНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ



работе по оказанию помощи гражданам, столкнувшимся с проблемами в ЖКХ. Этой цели мы добывались при помощи экспертов проекта- юристов практиков: специалистов работающих в сфере ЖКХ, практикующих адвокатов специализирующихся на защите прав клиентов в сфере ЖКХ. Отметим так же, что успехом проекта мы считаем и то, что все занятия были построены исключительно с учетом мнения группы- так на первой же встречи мы провели опрос о том какие именно темы были бы интересны и какие в итоге практические навыки хотелось бы приобрести. Так, например, на стадии планирования реализации проекта теоретические и практические темы у нас были разбиты в разные занятия. На практике же оказалось, что целесообразнее после теоретической части сразу разбирать практические примеры из «жизни» по теме. Так, в рамках проекта прошли занятия по темам: «как общаться с ресурсоснабжающими организациями и управляющими компаниями»; «все о договоре с управляющей компанией»; «как создать ТСЖ»; «общественный контроль за качеством оказываемых услуг», «как и куда писать обращения, запросы, претензии, жалобы и иски по вопросам ЖКХ». В ходе лекций и практических занятий участники приобрели навыки конструктивного взаимодействия с жильцами домов и управляющими компаниями, научились юридически грамотно представлять отстаивать свои интересы, развивать систему общественного контроля в сфере ЖКХ.

Вот что сами участники проекта говорили о его итогах:

Михайлова Тамара Алиевна, председатель ТСЖ: «Такие семинары были нам очень полезны, я хоть и опытный человек и

Проект: «Коммунальное взаимодействие»

КОММУНАЛЬНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

Проект: «Коммунальное взаимодействие»

уже много лет руковожу ТСЖ, но даже для меня трудно разобраться в постоянно меняющемся законодательстве. А вообще то наши дома держатся на пенсионерах- я например постоянно консультирую соседей по разным юридическим вопросам...»

Николаева Галина Ильинична, председатель Совета дома: «Когда я стала участницей проекта в нашем доме мы обсуждали капитальный ремонт, и это у вас на занятиях я узнала не только что можно открыть спецсчет, но и как юридически грамотно «уйти» из фонда кап.ремонта. Сейчас мы уже собираем деньги на спец.счет, все жильцы довольны. Уверена, что у нас все получилось только благодаря проекту...»

Зарвигорова Наталья Анатольевна - председатель Совета дома: «Мне особенно запомнилось занятие на котором нас учили правильно общаться с управляющей компанией например о том, что должно быть обязательно в договоре, как производится расчет на услуги и какие должны услуги обязательно оказываться. Сейчас мы будем переходить в другую управляющую компанию и полученные знания мне очень пригодятся...»

Лукьянова Алефтина Григорьевна - председатель Совета дома: «Так получилось, что я начала свою деятельность как председатель Совета дома вместе с началом вашего проекта. Поэтому для меня все было полезным. А ещё важным в этом проекте было то что мы все познакомились- я здесь узнала много нового от своих коллег, мы всегда обменивались своим опытом у кого какой есть и даже подружились и общаемся постоянно, обмениваемся информацией. Ещё мне очень понравилась дружеская атмосфера, возможность после занятий попить чай и ещё пообщаться.

Отметим, что в отзывах все участники проекта говорили о том, что приобретенные навыки сразу же использовались на практике. Кроме того, все участники проекта по окончании занятий получали так же пакеты методических материалов по темам-с образцами юридических документов, выдержками из законов, постановлений, ссылками на полезные сайты, примерами договором, решений собраний, обращений.

Помимо приобретения юридических знаний проект «Коммунальное взаимодействие» помог участникам раскрыть внутренние ресурсы, способствовал развитию самоорганизации собственников, развитию социальных связей, обмену опытом. Отдельно отметим такой социальный эффект проекта, как обмен опытом между участниками.- Во-первых, неожиданным для нас стало то, что в ходе проекта на занятия стали приходить молодые люди которые узнали о проекте от своих старших родственников, знакомых и проявили большое желание участвовать в проекте. Во-вторых, практически после каждого занятия люди не расходились и ещё долгое время продолжали неформальное общение обмениваясь опытом: о том кто и как решал те или иные проблемы своего дома; обменивались копиями жалоб/ исков/ обращений; обсуждали как можно совместно что-то решить, например ,коллективно обращаться в органы власти или прокуратуру. По сути, в результате реализации проекта у нас образовался неформальный клуб по ЖКХ. И по окончании проекта участники собира-

КОММУНАЛЬНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

Проект: «Коммунальное взаимодействие»

ются и дальше помогать друг другу объединять свои ресурсы: у кого было больше опыта, у кого есть компьютер, кто-то имеет больше времени и готов потратить его не только на свой дом, но и помочь коллегам. Уже когда проект подходил к концу участники обратились к нам с предложением продолжить встречи в таком же формате, хотя бы один раз в месяц.

Таким образом, проект «Коммунальное взаимодействие» позволил использовать уже имеющийся у активного поколения жизненный опыт, направил активность этих людей в созидательное русло, объединил равнодушных людей и помог преодолеть неверие в свои силы. В рамках проекта мы научили пожилых граждан самостоятельно защищать свои права и законные интересы в сфере жилищно-коммунального хозяйства, отработали модель обучения коммунального взаимодействия, которую можно использовать и после окончания проекта.

Мы убеждены, что в результате реализации проекта, через правовое просвещение и формирование навыков правовой самозащиты, участники проекта смогут не только сами влиять на эффективность и качество предоставления коммунальных услуг, но и смогут оказывать помощь в этом другим собственникам.

Ещё одним важным социальным эффектом проекта стало взаимодействие и сотрудничество разных поколений в решении общих проблем. Отметим, что именно пенсионеры, имеют время, возможности, желание и готовы прилагать свои усилия в решении проблем ЖКХ, в то же время молодые люди готовы так же подключаться к совместной деятельности в решении общих проблем дома или подъезда.



РОДИТЕЛЬСКИЙ КЛУБ – МЫ ВМЕСТЕ!

В обществе еще сохранен стереотип – если рождается ребенок с умственными нарушениями, то в этом виноваты родители. Данное отношение красноречиво описала одна из матерей, воспитывающая ребенка с ментальными нарушениями «Если ребенок болеет лейкемией, к тебе относятся сочувственно, если же ты воспитываешь ребенка с умственной отсталостью - к тебе относятся с осуждением».

Жизнь родителей детей с ментальной инвалидностью напоминает постоянную борьбу за жизнь и развитие ребенка. Родители знают, что будущее их детей полностью зависит от них и не просто боятся умереть, а оставить своего ребенка одного. Если для людей с ментальной инвалидностью предусмотрены меры поддержки и комплекс услуг, прописанные в индивидуальной программе реабилитации и абилитации, то их родители остаются один на один со своими проблемами. Внимание и поддержка родителей, повышение качества их жизни поможет лучше и дольше обеспечивать сопровождение своим взрослым детям в условиях семьи.

Наше учреждение (производственно-интеграционные мастерские для инвалидов) единственное, которое объединяет большое число пожилых родителей, воспитывающих взрослых детей с ментальной инвалидностью.

Создание поддерживающей среды мы начали с объединения родителей в Клуб. Родители встречаются на родительских собраниях в мастерских два раза в год и, в основном, на них решаются официальные вопросы. Хорошо знакомы только те родители, чьи дети заканчивали одно образовательное учреждение или работают сейчас в одном отделении мастерских.

Родителям предложили объединиться в Клуб поддержки и взаимопомощи для знакомства и общения, обучения способам снятия эмоционального напряжения, развития творческих способностей и проведения праздничных мероприятий. Информацию в виде буклета и приглашений на мероприятия родители получили на родительском собрании, в дневниках детей, проводился телефонный обзвон, также вся информация предоставлялась на сайте мастерских и группы Вконтакте.

Первыми шагами для сближения и объединения родителей были обучающие занятия по освоению методов и способов профилактики эмоционального выгорания. Занятия-встречи проводились в тренинговом виде, что способствовало активному вовлечению всех участников в работу. Правила тренинговых групп предусматривают открытость высказывания своего мнения и закрытость информации для третьих лиц; уважительное отношение к участникам группы; возможность приобретения нового опыта благодаря проигрыванию, «прочувствованию» и обсуждению заданий; взаимодействие совместное и в малых группах.

Форма проведения занятий для родителей была незнакомой и, поначалу, непривычной. С каждой новой встречей

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Родительский клуб»

Исполнитель: Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания Псковской области «Производственно-интеграционные мастерские для инвалидов им. Вернера Петера Шмитца» (г. Псков)

Цель проекта: создание поддерживающей среды для пожилых родителей взрослых детей с ментальной инвалидностью.

Сумма гранта: 62 797 рублей

Продолжительность проекта: 5 месяцев (август-декабрь)

В производственно-интеграционных мастерских для инвалидов начал работу Родительский клуб. Благодаря проекту родителям удалось познакомиться друг с другом в неформальной обстановке, получить помощь и поддержку от специалистов, работающих в мастерских, научиться способам восстановления эмоционального состояния, выделять время для себя, найти себе сферу досуговой самореализации.

В проекте принимали участие: родители взрослых детей с ментальной инвалидностью, получающих услуги в мастерских; родители детей-инвалидов и студенты-волонтеры Псковского колледжа искусств.

РОДИТЕЛЬСКИЙ КЛУБ – МЫ ВМЕСТЕ!

Проект: «Родительский клуб»

общение становилось все более открытым, доверительным, родители начали общаться за рамками Клуба, добавлять друг друга в друзья в соцсетях.

Занятия помогли развить новые социальные навыки и приобрести новый опыт в общении, в осознании самих себя, а значит, и лучшего понимания других. Участники клуба готовы к эксперименту над собой и применять полученные знания и умения в жизни.

Общее число участников обучения - 30 человек. Несколько человек, по независящим от них причинам (состояние здоровья своё или членов семьи, семейные обстоятельства, трудовая занятость и др.), могли присутствовать только на 2-4 занятиях.

Отзывы участников: «Мне очень понравились занятия в Родительском клубе. Я старалась не пропускать занятия с первого дня. Очень помогли психологические знания, которые я стала применять в жизни. Очень многому я научилась и на практических занятиях. Спасибо за творческие встречи! Хотелось бы и в наступившем году продолжить встречи...»

«Большое спасибо, мне очень понравилось общение, многому научилась. Прошу, чтобы занятия продолжались. Спасибо!!!»

Жить интересно, культивировать хобби, развивать разносторонние предпочтения, находить различные интересы в жизни рекомендуют специалисты в качестве ресурсов профи-



РОДИТЕЛЬСКИЙ КЛУБ – МЫ ВМЕСТЕ!

Проект: «Родительский клуб»

лактики эмоционального выгорания. Развитие творческого потенциала позитивно влияет на эмоциональное состояние человека, поэтому в проекте были запланированы четыре творческих занятия «Поздравительная открытка», «Новогодние украшения», «Рамка для семейной фотографии», «Осваиваем кулинарную технику и делимся кулинарными рецептами».

Многим людям рукоделие помогает справиться с жизненными трудностями, поэтому творческие занятия ждали, готовились к ним. Если сначала присутствовали некоторые сомнения в освоении нового вида рукоделия – получится ли, то потом, процесс увлекал и результаты были удивительными. Занятие творчеством приносит удовольствие от работы, пробуждает интерес делать поделки в разных техниках. Помимо запланированных занятий, руководителем проекта совместно с одной участницей клуба был проведен мастер-класс «Знакомство с техникой оригами» на котором познакомились с видами оригами, попробовали складывать базовые формы. Родители не останавливаются на достигнутых результатах, дома продолжают делать поделки и на занятиях с гордостью показывают свои работы.

Благодаря общению в клубе мы узнали, что родители любят путешествовать и знакомиться с историей родного края. Приглашение на экскурсию по Псковскому Кремлю было дополнительным бонусом для родителей. Дождливая и холодная погода не помешала родителям познакомиться с достопримечательными местами Пскова, экскурсия вызвала живой интерес и поступили заявки на проведение клубных и индивидуальных экскурсий.

Отзывы участников: «Большое спасибо «Родительскому клубу». Марине и Снежане за очень нужные и интересные занятия, увлекательные мастер-классы. Спасибо!!!»

В жизни каждого человека должно быть место праздникам, и не только семейным. Наши родители заслуживают большого уважения, поэтому для них подготовили праздничные мероприятия, на которых они были главными, дорогими гостями и принимали поздравления. Праздник День Матери занимает особое место среди всех праздников, мама для каждого из нас самый родной человек. Подарками для матерей стали танцы коллектива «Веселые люди», комплименты, стихи и поздравительные открытки их взрослых детей, песни студентов колледжа искусств, фильм «Наши мамы». Праздник получился душевным и трогательным, надеемся, что такие встречи станут традиционными. Праздничная программа встречи Нового года прошла под девизом «Твори Добро». Дед Мороз, Снегурочка и сказочные персонажи веселили, развлекали и создали предновогоднее настроение. В праздничных мероприятиях приняли участие 75 человек.

Благодаря финансовой поддержке Благотворительного Фонда Елены и Геннадия Тимченко было приобретено новое оборудование (ноутбук, хлебопечь, сэндвич-тостер) и канцтовары. В работе Клуба уже появилась добрая традиция – завершать встречи и занятия чаепитием со свежей выпечкой, мы уже

РОДИТЕЛЬСКИЙ КЛУБ – МЫ ВМЕСТЕ!

Проект: «Родительский клуб»

попробовали разные сорта хлеба и кексы и, по словам участниц, это очень сближает и располагает к душевному общению.

Благодаря победе в конкурсе «Активное поколение» в мастерских начал работу Родительский Клуб. Социальная активность пожилых людей низкая, им трудно найти подходящее сообщество, всё чаще наблюдается уход в виртуальное общение. За небольшой период времени родителям взрослых детей с особыми потребностями в мастерских предложили разные занятия и встречи: для самопознания и развития навыков саморегуляции – обучающие занятия в тренинговом виде; для развития творческого потенциала – занятия рукоделием; для знакомства с историей родного края – экскурсии. Задачи, которые мы ставили перед собой, выполнены. Родители приняли наши приглашения и предложения, 30 человек стали активными участниками мероприятий и выражают желание продолжать встречаться и продолжать работу Клуба. Мы уже наметили встречи на ближайшие месяцы нового года и цель нашего проекта – создание поддерживающей среды для пожилых родителей взрослых детей с ментальной инвалидностью, остается приоритетной.

Отзывы участников

«Спасибо за то, что собрали нас, провели замечательные мастер-классы, очень понравилось общение с Мариной Николаевной. Совместные чаепития с горячим хлебом – очень сблизили».

«Спасибо большое за проведенную работу. Рада была знакомству с новыми родителями. Я узнала много нового и научилась рукоделию. Хочу, чтобы наши занятия продолжались и дальше».



КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД «ЛАДОГА»
www.fondladoga.ru

**АРХАНГЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ «ГАРАНТ» –
ОПЕРАТОР КОНКУРСА «АКТИВНОЕ ПОКОЛЕНИЕ»**
www.ngogarant.ru

Координаторы программы в территориях:

г. Вологда – НКО «Фонд поддержки гражданских инициатив»
www.fpgi.ru

г. Псков – «Центр устойчивого развития Псковской области»
www.CSDPR.ru

г. Мурманск – Автономная некоммерческая организация социальных
услуг и консультативной деятельности
«Ресурсный центр некоммерческих организаций»

г. Воронеж – АНО Ресурсный центр поддержки некоммерческих
организаций Воронежской области «Воронежский дом НКО»
www.nkovrn.ru

г. Тамбов – Тамбовская областная общественная организация
«Молодежные инициативы»
vk.com/club7348199