



активное
поколение

Благотворительная программа Фонда Тимченко

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

Архангельская, Мурманская,
Вологодская и Псковская области

**ФОНД
ТИМЧЕНКО**

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД
ЕЛЕНА И ГЕННАДИЯ
ТИМЧЕНКО



Архангельский Центр социальных технологий

2018–2019 гг.

О ПРОГРАММЕ «АКТИВНОЕ ПОКОЛЕНИЕ»

Конкурс «Активное поколение» направлен на поддержку общественных инициатив, которые решают задачи повышения качества жизни пожилых людей в местных сообществах и проводится крупнейшими российскими региональными некоммерческими организациями при поддержке Благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко. Основным инструментом программы являются малые гранты: до 25 тысяч рублей для инициативных групп и до 150 тысяч рублей для организаций.

В 2018 году было поддержано 32 проекта из четырех областей: Архангельской, Вологодской, Псковской и Мурманской, общий грантовый пул составил 3 050 000 рублей.

НАПРАВЛЕНИЯ КОНКУРСА В 2018 ГОДУ:

- Создание условий для формирования активной жизненной позиции пожилых людей в решении социальных проблем и развитии местного сообщества;
- Развитие устойчивых форм самоорганизации и взаимопомощи при участии пожилых людей;
- Развитие услуг, гражданских и добровольческих инициатив, направленных на социальную и профессиональную адаптацию пожилых людей.

В РАМКАХ НАПРАВЛЕНИЙ ПОДДЕРЖИВАЮТСЯ СЛЕДУЮЩИЕ ПРОЕКТЫ И ИНИЦИАТИВЫ:

- Пожилые-пожилым: профессиональная и добровольческая помощь по уходу за пожилыми людьми на дому и в учреждениях с участием пожилых людей с активной жизненной позицией;
- Пожилые-сообществу: инициативы, направленные на привлечение пожилых людей с активной позицией к межпоколенческому взаимодействию и развитию местного сообщества;
- Сообщество-пожилым: клубные формы социального взаимодействия с участием пожилых людей; информационная, просветительская и иная помощь родственникам и ближайшему окружению пожилого человека, осуществляющего уход за ним; деятельность, направленная на предотвращение дискриминации по возрасту и снижение рисков насилия и мошенничества в отношении пожилых людей.

ТЕРРИТОРИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:

В 2018 году Архангельский Центр социальных технологий «Гарант» реализует программу на территории Архангельской области (включая НАО), Псковской области, Вологодской, Мурманской.

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 - Частное учреждение социального обслуживания «Социальный центр – SOS Мурманск»

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.

«ДРУГОЙ ВОЗРАСТ» МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ ДЛЯ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ

«Пионер» - это навсегда!

Проект «пионерского лагеря» на базе библиотеки не только встряхнул ее старую аудиторию, но и стянул к отделению Северодвинской ЦБС с названием «Бестселлер» пенсионеров со всего города. А причиной такого интереса стал синтез любимой с детства формы и нового содержания.

«Алеют ярко наши галстуки»

На сцене и в зале – гордые обладатели разноцветных галстуков: зеленых, красных и синих – это старшее поколение читателей библиотеки «Бестселлер». Сегодня они торжественно открывают первую смену многопрофильного «пионерского лагеря» - «Другой возраст» - три смены лагеря: оздоровительная, социально-правовая и культурно-досуговая будут проходить одна за другой – с осени и до января.

Названия смен весьма условные: «оздоровительная» - это смена походов, знакомств с принципами сохранения здоровья в старшем возрасте и даже сыроварения. Участники следующей смены – социально-правовой, не просто послушают лекции «как защититься от мошенников», но и поучаствуют в юридическом брейн-ринге, а третья смена поучаствует в фотосессии...

И еще - участники и участницы станут членами отряда благотворительной поддержки – а осенью – они еще пока об этом не знают – всероссийского благотворительного флешмоба.

Написать проект, участниками которого станут люди старшего поколения, сотрудникам библиотеки «Бестселлер»

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «ДРУГОЙ возраст». Многопрофильный лагерь для старшего поколения

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение «Муниципальная библиотечная система»

Цель проекта: Культурно-просветительская поддержка граждан старшего поколения, направленная на преодоление социальной изолированности, организацию полезного досуга и формирование активной жизненной позиции

Руководитель: Сопилова Надежда Николаевна, заведующая библиотекой «Бестселлер» (отделение МБС), исполнитель проекта - Громовик Татьяна Викторовна

Сумма финансирования: 109 174 рубля

Продолжительность проекта: 3 месяца
г. Северодвинск, Архангельская область



«ДРУГОЙ ВОЗРАСТ». МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ ДЛЯ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ

**Проект «ДРУГОЙ возраст».
Многопрофильный лагерь для
старшего поколения**

предложила заведующая отделом библиотечного развития Муниципальной библиотечной системы Северодвинска Марина Филина, и Надежда Сопилова – заведующая «Бестселлером», подхватила идею.

«Проект родился очень быстро, - объясняет Надежда Сопилова. - В результате «мозгового штурма». Сначала накидали интересных идей, а потом стали думать над формой. Главная изюминка – это канва, объединяющая все мероприятия. Наставник предложила форму реализации проекта - детский «пионерский» лагерь. И у нас получился настоящий лагерь, но современный, многопрофильный и для взрослых».

Очень важно, чтобы люди старшего возраста жили полноценной жизнью, чувствовали свою уникальность, повышали жизненный тонус - на это и был направлен проект.

В библиотеке «Бестселлер» такой широкий проект с пенсионерами проходил впервые, хотя «серебряное поколение» - самые активные читатели и посетители библиотеки.

Читатели старшего возраста с удовольствием посещают мероприятия в стенах библиотеке: одни являются участниками клуба «Ветеран» – обсуждают интересующие их темы, общаются со специалистами разных профессий и выезжают в поездки (не без помощи спонсоров, поскольку, все-таки, не все доступно финансово), другие являются участниками литературных клубов: «Русский сюжет», «Детектив-клуб», «Творчество» – встречаются, обсуждают прозаиков и поэтов, декламируют стихи и прозу собственного сочинения. Именно читатели стали главными участниками проекта, хотя – в итоге в лагерь записалось множество жителей и из других районов города.

«Главная трудность заключалась в поиске специалистов, готовых работать на большие аудитории старшего возраста – считает команда проекта. - Например, произошла замена одного юриста на другого; визажисту сложно было проводить мастер-класс на большую аудиторию. Проект был очень быстрым, свободного времени практически не было, очень



«ДРУГОЙ ВОЗРАСТ». МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ ДЛЯ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ

много переговоров проходило в личное время. Но мы получили удовольствие от проделанной работы, поэтому мелкие трудности забылись и проблемами не воспринимаются».

**Проект «ДРУГОЙ возраст».
Многопрофильный лагерь для
старшего поколения**

«Если с другом вышел в путь»

Северодвинск - город не слишком большой – 185 тысяч жителей. В городе работают 2 кинотеатра, профессиональный драматический театр, городской краеведческий музей, 5 клубных учреждений, парк культуры и отдыха, выставочный зал. Муниципальная библиотечная система включает 11 библиотек.

Центрами притяжения в нем становятся именно библиотеки и клубы. Здесь люди встречаются, общаются и образуют сообщество.

Проект стал чередой событий, нанизанных на нитку общего смысла – вовлечь в активную каждодневную деятельность как можно больше людей.

Под руководством Алексея Ивановича Климова участники оздоровляющей смены приготовили потрясающую уху из королевской, экологически чистой, свежей форели, которая водится в озере Пикалёво.

На мастер-классе от Владимира Будейкина «Секреты сыроварения» готовили тот самый козий сыр, которым славится местное фермерское хозяйство.

Все вместе создавали «литературный навигатор» «В лабиринтах права» - комментированную книжную выставку произведений о правозащитниках, законе и праве: например: Джона Гришэма «Адвокат», «Клиент», Бернхарда Шлинка «Чтец», Франца Кафки «Процесс», Альберта Камю «Посторонний» и др.

Поездок было несколько – варили уху и сыр, гуляли по городу, составляли книжные выставки по разным темам, ходили в филармонию, но все это – только одна часть проекта – с каждым новым событием все крепче становилась связь между «старожилами» библиотеки и «новичками» проекта.



«ДРУГОЙ ВОЗРАСТ». МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ ДЛЯ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ

Проект «ДРУГОЙ возраст».
Многопрофильный лагерь для
старшего поколения

«Проект подарил мне массу положительных эмоций, я получила много новых и полезных знаний, узнала много интересных людей, обрела новых друзей и хороших знакомых. – делится впечатлениями Нина Николаевна Афанасьева, 65 лет – Он важный и нужный. Он объединяет иногда совсем одиноких и не молодых пенсионеров в единый коллектив, отчего на душе становится светлее и поднимается настроение! И ты понимаешь, что жизнь продолжается!»

Именно поэтому – от идеи взаимопомощи, перешли к идее помощи вообще, которую люди старшего возраста могут оказать и тем, кто на встречи в клубы или на концерты ходить не может. Ветеранские организации и сарафанное радио – прекрасный способ получить информацию о таких людях.

Участники проекта не только развлекали, составляли книжные выставки и устраивали фотосессии и посещали мастер-классы, но и помогали людям с тяжелыми болезнями – приносили подарки, убрали в доме и просто разговаривали.

«Вопреки общему пониманию, помощь одиноким, больным престарелым людям в рамках эстафеты добрых дел «Пожилым – забота, внимание и льгота» оказалась светлым, добрым, радостным событием для нас. Девяностодвухлетняя пожилая пара, к примеру, вызывает восторг своим оптимизмом, позитивным отношением к жизни, к своему возрасту и друг к другу. И таких примеров огромное количество. Данная деятельность в рамках проекта зарядила нас желанием продолжать работать в этом направлении. Поэтому каждую неделю мы стараемся навестить 3 – 4 пенсионеров, нуждающихся в заботе и внимании» - рассказывает Надежда Сопилова.

В ноябре имена участников благотворительных акций узнала вся Архангельская область – они стали частью всероссийского флешмоба «Щедрый Вторник» и рассказали на страницах социальных сетей о своих добрых делах. Заодно и познакомились с модной молодежной традицией – флешмобов с ети интернет, и научились ставить «хештеги».

Татьяна Васильевна Букурова, 66 лет, стала персональным журналистом проекта: «О том, что проект важен для города, я не раз говорила в газетных публикациях. Говорила о том, что жаль, что этот проект проходит только в одной библиотеке.



«ДРУГОЙ ВОЗРАСТ». МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ ДЛЯ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ

Что у него только осенняя смена, что много людей с удовольствием пришли бы в этот пенсионерский лагерь отдыха и познания. Такие прекрасные лагеря должны быть. В каждом микрорайоне. И вообще статус такого лагеря должен быть федерального значения, как это делается, например, в Германии». – считает она.

Проект «ДРУГОЙ возраст». Многопрофильный лагерь для старшего поколения

«Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались»

Общее количество участников проекта, включая привлеченных специалистов – 760 человек, из которых 730 были пенсионерами – по крайней мере – по возрасту. Но торжественное закрытие прощанием с проектом не стало.

«Необходимо работать над продлением и сохранением их социальной активности: развивать личностный потенциал», - считает Надежда Сопилова, - До реализации проекта у людей старшего возраста была снижена социальная активность, инициативность, их деятельность была направлена только на семью и близких людей или на поиск своих жизненных интересов. Активизируя пожилых людей к проектной деятельности, стимулируя их социальную активность, проект «Другой возраст» позволил сделать их жизнь более насыщенной, творческой и социально активной, принёс им удовлетворение и пользу».

Благодаря участию в реализации проекта, пенсионеры улучшили качество своей жизни, преодолели депрессию и негативность по отношению к старости. Они с пользой провели время: получили новые знания от специалистов разных профессий, ценные советы по укреплению и поддержанию здоровья, консультации по личным вопросам разнопланового характера, а также культурно обогатились и многому научились не только посредством запланированных мастер-классов, но и через общение с другими участниками проекта. В результате - проект позволил повысить их социальную активность и значимость.

Проект «Другой возраст» оказал влияние на развитие МБС г. Северодвинска - привлёк внимание огромного количества горожан к деятельности библиотеки...



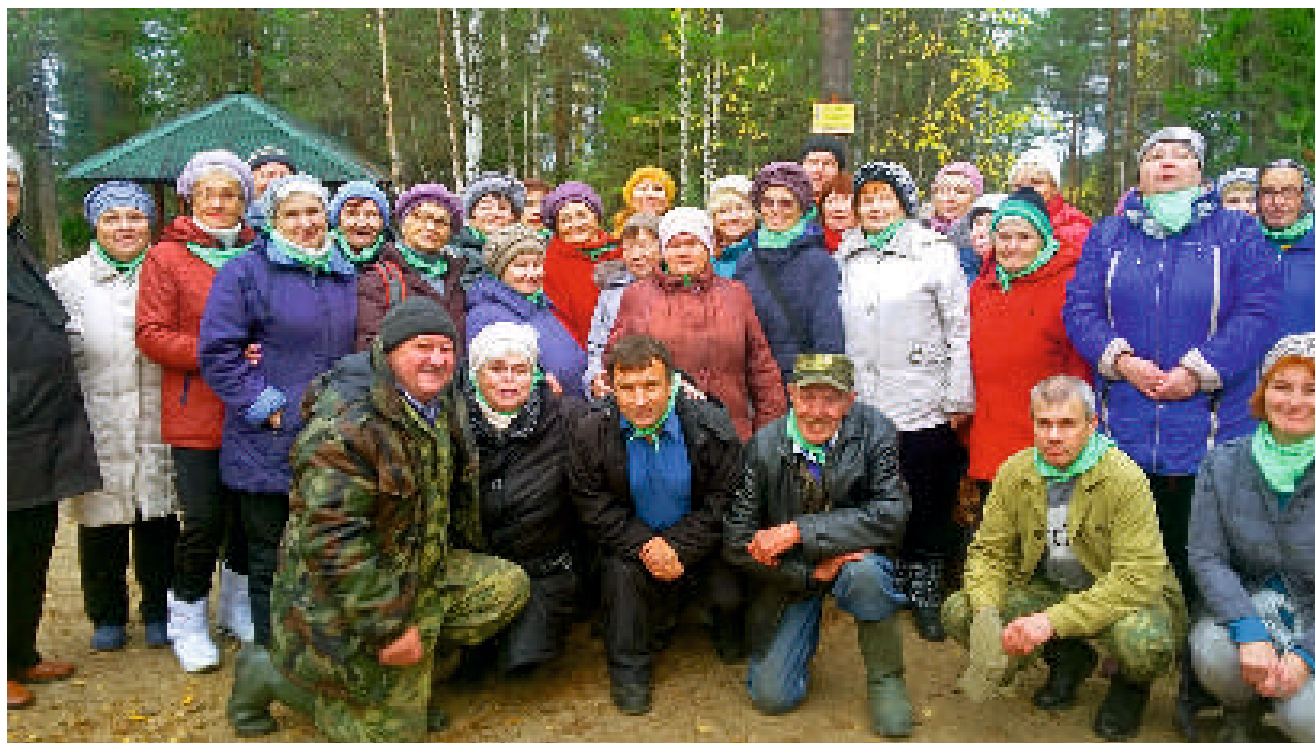
«ДРУГОЙ ВОЗРАСТ». МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ ДЛЯ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ

Проект «ДРУГОЙ возраст».
Многопрофильный лагерь для
старшего поколения

После завершения реализации проекта многопрофильный лагерь продолжит свою работу. Темы дальнейших встреч будут соответствовать желаниям и предложениям участников лагеря. Опираясь на опыт работы по проекту, мы включили в План 2019 года экскурсии в гостиные дворы и драматический театр г. Архангельска (финансовая поддержка спонсоров), библиотека расширит направления работы.

Весь проект оказался неожиданным результатом, результатом выше наших ожиданий! – рассказывают организаторы на закрытии. – Стереотип, что люди 60+ тяжелы на подъём, был полностью нами опровергнут в течение реализации проекта. Люди старшего возраста узнавали о проекте через средства массовой информации, через знакомых. Некоторые присоединились к участию в проекте на последних мероприятиях, отмечая, что узнали только недавно и хотят быть участниками. Люди старшего возраста научили нас радоваться жизни. Быть активными возможно в любом возрасте. Главное – это желание участвовать в мероприятиях и не позволять себе скучать, тогда жизнь станет лучше, и жить будет интереснее!

«Это была уникальная возможность проявить свои таланты в сотрудничестве с давними друзьями – библиотекой, и ещё раз подчеркнуть свой активный образ жизни и зарядиться позитивной энергией коллективной деятельности. Проект подарил не только положительные эмоции, но имел ещё объединяющую функцию – сплочение едиными целями и задачами; дал почувствовать себя молодыми, а самое главное, нужными в этом мире», - пишет о проекте Валентина Григорьевна Овсянкина, 62 года. И таких отзывов много.



НЕ БОГИ ГОРШКИ ОБЖИГАЛИ

Церкова – сделано любовью!

Проект воссоздания гончарного промысла, родного для деревни Церкова Пинежского района, оказался интересен и местным жителям, и туристам. О том, как активистки горшки лепили, рассказывают они сами.

В Архангельск – за гончаром.

История деревни Церкова насчитывает 500 лет. 500 лет здесь живут люди, то больше, то меньше, но размеренно, спокойно и «по-старому».

Как и большинство деревень, в 90-е Церкова пережила период упадка: закрылись ферма, детский сад и клуб, население деревни стало уменьшаться, молодежь стала уезжать из деревни, работы для оставшегося населения не осталось.

Но, несмотря на все невзгоды, жители деревни хотели, чтобы их деревня жила и оставалась жить! И в 2000 году одними из первых в районе жители деревни Церкова объединились в общину (в последствии – ТОС) и решили сделать всё необходимое для развития и процветания деревни: отремонтировали клуб, установили памятник землякам, погибшим в Великой Отечественной войне, добились асфальтирования центральной дороги, написали проект по выращиванию овощей, а вырученные за овощи денежные средства, пустили на шитье костюмов для хора «Церкогорочка», который давал гастроли по всему району.

После закрытия детского сада здание перешло ТОСу, в котором был открыт Дом ремесел - здесь принимали туристов и проводили мастер-классы.

А в 2017 году после участия в районном конкурсе «Пинежье сказочное», Дом ремёсел получил «второе дыхание» и был переименован в Дарочкину избу - по имени одной из местных мастериц гончарного дела - Янковой Дарьи.

Так «церкогорцы» начали осуществлять свою давнишнюю мечту: возродить в родной деревне полностью утраченное

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Не боги горшки обжигали»

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение культуры «Карпогорский культурный центр» муниципального образования «Пинежский муниципальный район»

Цель проекта: создание условий для формирования активной жизненной позиции пожилых людей, (в том числе мужчин) через возрождение, сохранение и развитие традиционного гончарного ремесла в деревне Церкова

Руководитель: Шилина Татьяна Сергеевна – на правах инициативного жителя, и команда деревни Церкова

Сумма финансирования: 150 000 рублей

Продолжительность проекта: 5 месяцев

д. Церкова, Архангельская область, Пинежский район



НЕ БОГИ ГОРШКИ ОБЖИГАЛИ

Проект «Не боги горшки обжигали»

гончарное производство.

Инициативная группа – среди активисток Елизавета Павловна Валькова, руководитель ТОС «Церкогорский актив», Елена Владимировна Валькова, Галина Александровна Янкова, Ия Максимовна Мельникова, Татьяна Павловна Кузнецова, Вера Васильевна Степанова – все «от 50 и старше» - уже многое сделала для подготовки к реализации такого проекта.

Начали с изучения теоретически всей техники работы с глиной: нашли места, где раньше гончары добывали глину, заготовили некоторое количество глины, приготовили её к работе, изготовили первые сувениры в виде игрушечной посуды, свистульки, высушили изделия и попытались обжечь в дровяной печи.

За 2018 год в Дарочкиной избе было принято много гостей. Женщины настойчиво продолжали осваивать гончарное ремесло, учась на своих ошибках.

В районе не осталось настоящих гончаров, которые смогли бы научить и подсказать – и женщины отправились в Архангельск за гончаром Михаилом Шумиловым из Больших Карел – чтобы проконсультироваться с ним.

Электрический гончарный круг, который был приобретён во время работы Дома ремёсел, работал неважно, а муфельной печи не было вовсе. Увидев такой азарт и настойчивость церкогорских женщин в деле освоения гончарного мастерства, Татьяна Шилина – специалист отдела по культуре и туризму



НЕ БОГИ ГОРШКИ ОБЖИГАЛИ



местной администрации, предложила им найти партнёров и написать проект на конкурс «Активное поколение», став куратором проекта.

Ведь когда-то местные гончары снабжали все близлежащие деревни глиняной посудой. Их даже так и называли – «черепаны» (от слова «черепки»).

«Акты пошто вокруг круга-то ходишь?»

«Сначала мы просто хотели объединиться по интересам. Кто-то шить, вязать, кто-то петь. – рассказывают участницы проекта и его основные подвижницы – рассказывают все вместе в деревенской манере – не перебивая, а дополняя друг друга. - А после участия в конкурсе «Пинежье сказочное» решили – надо возродить гончарное производство! И не пожалели, хоть и трудно было!»

Работа по проекту совпала с ремонтом местного клуба – его тоже делали инициативные жители, так что свободного времени было не слишком много. Но для тех, кто решился – достаточно.

«Интерес к гончарному делу появился. Хотение – сделать черепушку! Каждый день, как на работу ходили! Главная цель – научиться делать качественную глиняную посуду, но ведь за круг-то надо садиться, когда настроение есть! Однажды Елизавета Павловна делала латку на ручном круге и не понравилась что-то. Смотрим - встала и ходит вокруг круга, латку то с одной стороны посмотрит, то с другой. Мы ей говорим: «Ак ты пошто вокруг круга-то ходишь? Сядь да крути его, а не бегай вокруг него сама!» А Елизавета Павловна в азарте и не заметила даже за собой, что вокруг него начала ходить! Вот уж и посмеялись потом!»

Новый электрический гончарный круг, купленный на полученные средства, понравился всем без исключения. Сложнее было с муфельной печью – страшно было к ней подступиться! Но зато посуда готова уже через два обжига на третий, и туристов можно кормить из настоящей собственной глиняной посуды настоящей деревенской кашей.

«Несколько больших крынок и латок уже сделали и их у нас уже купили, хотя мы предупреждаем, что они у нас пока про-

Проект «Не боги горшки обжигали»

НЕ БОГИ ГОРШКИ ОБЖИГАЛИ

Проект «Не боги горшки обжигали»

бные. Мужиков только заманить не можем. Они, наверно, бояться, что мы им опять какую-нибудь работу найдём. Ведь всё что-нибудь поправить да подремонтировать надо. Но мы их ещё позатыягиваем! Александр Вальков только ходит с глиной работает. Он с нами к Михаилу Шумилову ездил на мастер-класс, потом дома сам деревянный ручной гончарный круг сделал и посуду начал пробовать делать. Получается! А потом круг в Дарочкину избу принёс и сам стал сюда ходить. У него ведь прадед, Евдоким Вальков, был знатным гончаром, так что ему на роду написано глиной заниматься! А так - когда ремонт делали, сарай строили нам много народу помогало, почти вся деревня!»

Церкогорские черепаны

«На мой взгляд проект важен для тосовцев. Они собираются, обсуждают разные вопросы, хорошо проводят время. Удивительно, что несмотря ни на что они продолжают осваивать это непростое ремесло. Для меня этот проект увеличил количество экскурсантов, и экскурсия в Церкову стала одной из самых популярных» - считает Ирина Владимировна Белькова, организатор экскурсий Карпогорского районного Дома народного творчества.

Гончарное ремесло – не кузнечное, но сил требует немало – удивительно, что среди «черепанов» сейчас так много женщин, но – это вопрос времени, считают активистки, потом любопытство и нежелание сидеть скучно возьмут свое.

Куратор проекта Татьяна Шилина сама была и на заготовке глины, и на ее обработке: «Не думала, что процесс подготовки глины такой трудоёмкий! Оказалось, чтоб подготовить глину нужно сил не мало! Всё это я узнала от церкогорских мастериц и увидела своими глазами. Сначала заготовить впрок: в сарае целая ванна! А затем вымочить, вымесить, процедить, высушить... В мастерской, в разных посудинах, глина где замочена, где готова для процеживания, а на стеллажах в ящиках, как пастила, разложена для сушки. А вот умелые руки уже сворачивают её в «рулет» и мнут, как тесто. И лежат готовые «буханочки» глины, ждут своего часа, когда мастер из них крынку сделает...»



НЕ БОГИ ГОРШКИ ОБЖИГАЛИ

Активистки не только занимаются глиной – они и встречают, и развлекают гостей: сами придумали развлечение для детей, когда представляли Дарочкину избу на Петровской ярмарке! Прежде чем вылепить из глины игрушку или посуду, они предлагали детям помесить глину ногами, забравшись в огромных резиновых сапогах в глубокую кастрюлю.

Сапоги увязали в глине и, чтобы потоптаться, требовалось немало усилий. Зато сколько удовольствия это доставляло детям! Где ещё будет позволено так побаловаться! Так через игру женщины показывали, что гончарный труд – это труд не из лёгких!

Но – труд этот увлекает самих «церкогорских черепанов», так что впереди у них, несомненно, много новых идей, побед и радостей творчества.

Проект «Не боги горшки обжигали»



ПОРАТО БАСКО

Очень красиво!

«Порато баско» - это швейная мастерская, где можно научиться шить, отремонтировать одежду, сделать своими руками подарок для внука или сувенир для туриста. В программе работы – устьянские узоры, швейное дело, раскрой и даже набойка по ткани.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Порато баско»

Исполнитель проекта: Устьянская местная общественная организация «Агентство по развитию культурно-образовательных инициатив»

Цель проекта: создание клуба социального взаимодействия для пожилых людей «Мастерская «Порато баско» на базе «Никольской избы»

Руководитель: Карпенко Наталья Анатольевна

Сумма финансирования: 112 500 рублей

Продолжительность проекта: 3 месяца

с. Строевское, Архангельская область, Устьянский район

Неповторимый стиль

В селе Строевское Устьянского района в центре сохранения культурных традиций «Никольская изба» уже второй год работает небольшая мастерская, где шьют сувениры в народном стиле – в том числе = элементы одежды.

За время работы мастерской пожилые жительницы села – они главные хозяйки мастерской - освоили утерянную технику ручной набойки, и теперь сами могут передавать мастерство подрастающему поколению.

Здесь шьют «сороки» и «самшуры» - традиционные головные уборы, блузки-крестьянки и круглые сарафаны, сумки-«подшалимы» и лоскутные композиции – устьянские одеяла, например, успели разехаться даже в другие страны!

В мастерской стоят – не скучают – электрическая и ручная швейные машинки, и самое время мастерской вырасти, потому что рук, желающих научиться шить, становится все больше, и к хозяйкам в мастерскую приходят и «молодухи» - учиться.

Каждой мастерице хочется найти свой неповторимый стиль, чтобы на ярмарках одну вещь могли отличить от другой – по рисункам, цветам и темам. Каждой женщине, да и мужчинам тоже, хочется выглядеть красиво – «баско», а лучше – очень красиво – «порато баско» по-устьянски.

Анна Руслановна Камнева, 56 лет, о проекте узнала от знакомых, и стала участницей: *«Работали все вместе, дружно. Успели подремонтировать помещение, оборудование новое, одно удовольствие шить на таких машинах. Собираемся в свободное время, учимся. Многие уже оценили то, что можно сделать мелкий ремонт, ведь не у каждого в доме есть тот же оверлок, а*



ПОРАТО БАСКО

старенькие швейные машинки уже не всякую ткань берут. Для села такой проект важен. Необходимость такой мастерской действительно давно назрела, поэтому спасибо за такой подарок для нашего села. Я уверена, что мастерская будет востребована».

Проект «Порато баско»

Проект – мечта

«Идея проекта созрела у нас достаточно давно – рассказывает руководительница проекта Наталья Карпенко - Это и одна из совместных идей активных жителей, и личная мечта тоже, и то что эти идеи совпали и получили возможность реализовать – это просто здорово. Как человеку творческому, увлечённому, всегда хочется поделиться радостью творчества с другими, и не просто поделиться, а показать, научить, да и самому научиться чему-то новому от других».

Готовились к проекту серьезно – сначала прошли обучение, и потом уже – по горячим следам – написали проект: «Когда понимаешь - что, для чего и как сделать и проект пишется сам собой».

Проблема, которую решает проект – это не проблема даже, а скорее отсутствие возможности для роста: возможности для бабушек, создать для своих внуков ту вещь, которая станет памятью о бабушке, настоящую значимую вещь, возможности сделать самостоятельно мелкий ремонт, возможность освоить новые навыки и найти для себя новый источник дохода – на перспективу.

«С удовольствием принимала участие с самого начала реализации проекта, сделали все вместе небольшой ремонт, получили новое оборудование. – делится впечатлениями Валентина Александровна Волова, 69 лет. - Очень интересно было попробовать поработать на оверлоке, посмотреть как работает парогенератор, такого мы ещё не видели. Проект конечно же нужен и важен для нас. Мы теперь приходим и мелкий ремонт одежды можем сделать, и пробуем пошить что-то, если не получается всегда придут на помощь. Поскольку я ещё участница хорошего коллектива «Кумушки», мы решили сшить себе новые костюмы для выступлений. Вместе разработали модель,



ПОРАТО БАСКО

Проект «Порато баско»

надеемся, что всё получится».

Проект для территории конечно важен и нужен. На маленькой сельской территории – это и возможность занять себя интересным делом, и получить услугу, в которой нуждаешься, и конечно же возможность общения, передачи опыта.

«Мы хотели создать жителям условия, в которых им будет комфортно заниматься, и объединить и тех людей, которые уже умеют что-то делать, и тех, кто хочет научиться и тех, кто умеет, может и хочет научить других. В итоге всё получилось». – улыбается Наталья Карпенко.

От участия – к самостоятельной работе

В 2017 году в рамках проекта «Активное поколение», который проходил на территориях нескольких соседних МО, команда из Строевского принимала активное участие в реализации проекта.

Мастерицы выезжали с мастер-классами по лоскутному шитью, изготовлению сувенирной продукции, ручной набойке.

«Первый опыт показал, что у нас неплохо получалось, не хотелось, чтоб всё заглохло или осталось на таком небольшом уровне. Идеи подобного рода предлагались, конечно, но брать на себя ответственность за фактическое превращение идеи в реальный проект – желающих не находилось», – считают организаторы.

Помогла Марина Постникова – одна из руководителей проекта «Устьяны - сделано с любовью», который и вдохновил мастериц из Строевского, она вдохновляла и координировала, а потом все пошло само. Как по маслу.

«Особых сюрпризов не было. Правда, когда после покраски полов в помещениях, остался не крашеный коридор, одна из участниц сходила в магазин, вернулась с ведром краски и в приказном тоне велела работникам закончить до конца, потому что «Эдак оставлять роду не баско!» (так оставлять просто не красиво). Докрасили».

В результате реализации проекта создали мастерскую, нацеленную на выполнение разноплановых работ: пошив индивидуальной одежды, ремонт одежды, создание местной продукции для туристов – одежды с устьянским колоритом».

«Результат был примерно таким, на какой и рассчитывали, когда писали – рассчитывали на реальных людей и их возможности. Чуть сложнее реализовывать продукцию в зимний период, ну а летом на всевозможных ярмарках и съезжих праздниках проблем, скорее всего, не будет. - рассуждают организаторы.



ПОРАТО БАСКО

Проект «Порато баско»

Интересно, как мастерская покажет себя летом, когда население увеличивается в несколько раз».

С взрослым поколением работалось организаторам легко, пожилые мастерицы – люди с активной жизненной позицией, принимающие деятельное участие в жизни поселения.

«Конечно, особенно в сельской местности, всегда найдётся пара человек с жизненной позицией «Нам ничего этого не надо», но они, как правило, относятся так к любому новому делу. Мы, к счастью, в основном общались в процессе работ с людьми, которые нас поддерживали и поддерживают, за что мы им очень благодарны», - говорит Наталья Карпенко.

Во время работы мастерицы и сами научились многому. Научились работать с новым оборудованием, правильно заправлять оверлок, например, получилось далеко не с первого раза. Научились самостоятельно делать выкройки. Учатся грамотно использовать элементы северного костюма и важской росписи, чтоб это можно было использовать в работе.

«В проекте я с самого начала. Начинали с планировки, мелкого ремонта, обустройства рабочих мест, радовало то, что активно подтянулись, женщины – вместе ведь всегда веселее. – объясняет Оксана Волова, еще одна активистка проекта и его соорганизатор. - Проект – это новые возможности для творчества и воплощения своей давней мечты, как сказала одна из женщин «Я давно мечтала сшить себе платье, ткань купила, даже модель выбрала, а дальше что? А тут если что и помогут, и подскажут». А лично для меня проект – это возможность реализовать свои творческие задумки. Я руководитель танцевального коллектива «Грация» - кроме танцев мне очень нравятся придумывать костюмы и шить их. Не использовать возможности мастерской было просто нельзя. С появлением оверлока изделия стали более качественно пошиты и радуют участниц и зрителя. Жизнь на селе даже оживилась. На мой взгляд, немало важно и то, что стали поступать заказы, а это значит, что сам проект работает».

Старшее поколение учило особым традициям, связанным с одеждой, цветовой гамме и названиях разных предметов гардероба. Учили и учились и активисты проекта – учились подавать заявку, учились заказывать оборудование...

«А ещё, наверное, научились терпению. Когда, что-то не выходит и хочется всё бросить, тебе лишний раз напомнят, что можно остановиться, попробовать ещё раз, и уж тогда-то всё точно будет «Порато баско».



СПОРТИВНЫЙ КЛУБ 50+

Активное поколение активно во всем

Активисты деревни написали проект, чтобы подарить самим себе спортивный зал. Это привело к неминуемым последствиям – росту активности, повышению качества здоровья и обнаружения у себя «второго дыхания» и новых возможностей.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Спортивный клуб 50+»

Исполнитель: Инициативная группа деревни Нагорская

Цель проекта: организовать ряд спортивно-оздоровительных мероприятий для людей старшего поколения деревни Нагорская в целях приобщения к регулярному занятию спортом и физкультурой.

Руководитель: Правдина Татьяна Владимировна, помогли: Максимовская Татьяна Павловна, Пахотина Любовь Дмитриевна, Пуляева Светлана Валентиновна, Акулов Николай Иванович, районный волонтерский отряд «Добрая воля» (Резанова Татьяна Андреевна) и кабинет профилактики ГБУЗ АО «Устьянская центральная районная больница» (Анахова Светлана Юрьевна)

Сумма финансирования: 24 790 рублей

Длительность проекта: 4 месяца

дер. Нагорская, Архангельская область, Устьянский район

Спортивный клуб своими силами

В деревне Нагорская пожилые люди решили, что собираются как можно дольше оставаться здоровыми и создали собственный спортивный клуб.

«Идея проекта родилась еще в 2017 году, во время семинара, который проводил Архангельский Центр социальных технологий «Гарант» на базе Устьянского краеведческого музея, как результат «мозгового штурма». – рассказывает Татьяна Максимовская, ей 69 лет и она – одна из организаторов этого проекта. – Это уже не первый наш проект. Первым проектом был «Нагорский пилигрим», целью которого была организация экскурсий для людей старшего поколения по культурно-историческим местам Устьянского района. Участвуя в проекте «Спортивный клуб 50+», мы хотели решить следующую задачу: как можно дольше оставаться здоровыми, бодрыми, активными, как физически, так и эмоционально»

Проблема ухудшения здоровья людей с возрастом актуальна для любых территорий. Но еще серьезнее ситуация для районов Крайнего Севера и приравненных к ним местностей. Особенно это применимо к сельской местности, где люди с малых лет привыкли к тяжелому физическому труду. Чтобы поддерживать тонус и не давать себе «расклеиться», команда деревни взялась за дело: договорилась о помещении в местном ДК, разработала несколько туристических маршрутов и составила список необходимого оборудования, которое подойдет людям с разными физическими возможностями.

«С выходом на пенсию у людей, безусловно, появляется больше свободного времени. До выхода на пенсию, еще работая на ФАПе, я так же вела активный образ жизни в плане ЗОЖ – вела профилактическую работу среди населения разного возраста. С выходом на пенсию, стали чаще проводить Дни здоровья, ходить в походы, совершать пешие прогулки. Попытки написать проект зрели в голове давно, была даже на занятиях. Написать проект нам помог глава МО «Ростовско-Минское» Корелин Николай Федорович, за что мы очень ему благодарны. – поделилась подробностями Татьяна Правдина. – Одним из участников – организаторов является Пахотина Любовь Дмитриевна – художественный руководитель Нагорского Дома Культуры, она наш тренер, и регулярно, 3 раза в неделю по 40 минут, проводит занятия гимнастикой. Всегда поможет советом, поддерживает наши идеи, участвует в наших мероприятиях, походах. Второй наш участник – организатор – Пуляева Светлана Валентиновна, руководитель клубных

СПОРТИВНЫЙ КЛУБ 50+

Проект «Спортивный клуб 50+»

формирований. Она всегда помогает в оформлении любой информации: фотографии, репортажи, видеопрезентации, публикация заметок к реализации проекта через группу ВК «Нагорский ДК» в сети интернет».

Так идея выросла в проект, а проект воплотился в жизнь, подарив людям много интересных событий: от «преодоления глиняного моря» до настоящего велопробега по сельской местности.

12 сентября состоялся велопробег самых активных жителей деревни Нагорская, который проходит в рамках совместного проекта (Совет ветеранов УМК и Нагорский ДК). Так же сегодняшний велопробег был приурочен к Дню памяти Владимира Фёдоровича Гневашева, участкового Ростовской администрации, погибшего в 1990 году. – сообщает одно из писем от команды проекта.

Спорт стал не только способом сохранить здоровье, но и способом почтить память важного для деревни человека.

Приключения и достижения

1 октября, самые активные пенсионеры Нагорской и близлежащих деревень, отправились в поход к Заячерицкому роднику на речке Заячь. Настроение у всех было приподнятое, и погода радовала – дождь, который лил несколько дней, прекратился, выглянуло солнышко. Осенние пейзажи сменяли друг друга...

«Особых сюрпризов реализация проекта не принесла, но приключения у нас были... - рассказывает Татьяна Максимовская. - Во время похода на Заячерицкий родник мы столкнулись с серьезным препятствием: нужно было преодолеть речку Заячью (здесь шло строительство нового моста), а в зоне строительства была практически непроходимая местность. Но благодаря смекалке и взаимопомощи, участники похода сумели «форсировать море глины» и перебраться на противоположный берег. И достигли своей цели».



СПОРТИВНЫЙ КЛУБ 50+

Проект «Спортивный клуб 50+»

Но активным людям все нипочем: наслаждались красотой октябрьского леса, вкусом родниковой воды, вкусом ухи, танцами у костра и песнями, молчаливой Заячирицкой часовней... Походные препятствия, которые преодолевали со смехом и гордостью запомнятся надолго.

Владимир Григорьевич Максимовский, 76 лет, участник проекта пишет: *«Проект подарил мне самые положительные эмоции, возможность работать в команде. Благодаря проекту после длительного перерыва встал на лыжи, получил много знаний по здоровому питанию, приобрел заряд оптимизма на будущее. Проект важен, потому что я сумел проверить физические возможности своего организма и совершенствовать их в процессе занятий.»*

Отзывы участников проекта подтверждают уже известные и подтвержденные тезисы: люди, регулярно занимающиеся физкультурой, без стресса и «гонок на выживание» с самим собой, обычно пребывают в лучшем настроении, чем те, кто ведёт сидячий образ жизни. Существует прямая связь между физической активностью и познавательными способностями человека: обучение и сохранение ментального здоровья даётся легче тем, кто ведёт активный образ жизни.

«Я активный участник всех мероприятий, связанных с проектом «Спортивный клуб 50+». Этот проект подарил мне только самые положительные эмоции. Прогулки, походы, поездки на велосипедах, ходьба на лыжах, скандинавская ходьба – стали неотъемлемой частью моей жизни. – рассказывает Ольга Чертова, член женсовета и участница проекта. Все это позволяет забыть про одиночество, потому что мы в этом проекте одна большая команда – одно целое. Встречи на занятиях и мероприятиях позволяют почувствовать прилив энергии, быть всегда в команде, а не сидеть дома перед телевизором, вязать бесконечные носки и шарфики и вести разговоры о болезнях. Занятия спортом позволяют быть более энергич-



СПОРТИВНЫЙ КЛУБ 50+

ным и счастливым человеком, улучшается настроение, благодаря ему чувствуешь удовольствие от физической нагрузки. А еще занятия позволяют укрепить сердечно-сосудистую систему, что немаловажно в нашем возрасте. Вот и получается, что физкультура практически заставляет нас узнать больше о возможностях своего организма. Подобные проекты очень важны и нужны для нашей жизни».

Проект «Спортивный клуб 50+»

А что дальше?

Правдина Татьяна Владимировна, 59 лет, руководитель проекта «Спортивный клуб 50+», а еще медработник и фельдшер объясняет.

После успешной реализации данного проекта планируется продолжение работы клуба: организовать шашечные турниры, продолжить турпоходы, велопоходы, лыжные походы, приглашать тренеров по растяжке, аэробике и спортивному питанию и пр.

Помещение для занятий предоставляет Нагорский Дом Культуры, занятия также проводятся специалистами этого учреждения, а велосипеды, лыжи, палки для скандинавской ходьбы у участников клуба имеются. Часть оборудования на сумму 4550 рублей будет закуплена за счет местного бюджета.

«Проект «Спортивный клуб 50+» объединил людей разных возрастов, разных интересов. Но идея у всех была одна: приобрести к ЗОЖ и сделать это командой – ведь общение, это главный составляющий элемент для людей пожилого возраста. Самое главное, что, благодаря проекту люди объединились: многие впервые после студенческих лет встали на лыжи, сели на велосипеды, занялись скандинавской ходьбой, изменили режим питания. И делали все это не в одиночку, а сообща. В ходе



СПОРТИВНЫЙ КЛУБ 50+

Проект «Спортивный клуб 50+»

реализации проекта включаются в нашу группу все новые и новые люди за 50 лет и старше. Так же нас поддерживают и наши дети и внуки. Спортивным инвентарем (гимнастические мячи, коврики, скакалки, гантели, обручи), который мы приобрели на средства, выделенные благотворительным фондом, в Доме Культуры пользуются также дети, приобщаясь к ЗОЖ».

И есть даже кое-что, кроме ЗОЖ:

Татьяна Максимовская подводит итоги проекта и такими словами: «В процессе реализации проекта выросла сплоченность в коллективе, взаимопонимание, общительность, способность помогать друг другу. На нашей территории, в д. Нагорская, за последние годы реализовано несколько проектов молодежи: «Волейбольная деревня», «Дружба между нациями начинается с футбола», «Воспитание патриотизма через любовь к малой Родине», «Раскрасим жизнь яркими красками». Проект «Спортивный клуб 50+» стал продолжением проекта «Нагорский пилигрим». Он стал примером того, что старшее поколение способно ставить перед собой серьезные задачи и решать их целеустремленно, физически и интеллектуально развивать себя, заниматься своим здоровьем и стремиться к полноценной жизни. Появился интерес со стороны других ветеранских организаций к нашему проекту. Начиная любой проект, никогда не ждешь легкой жизни, но, когда есть группа единомышленников, все вопросы и проблемы решаемы. Когда есть команда – тогда есть результат. Те небольшие трудности, которые возникали, мы преодолевали все вместе, сообща. Участвуя в проектной деятельности последние три года, убеждаюсь в ее полезности и значимости. И что интересно, рамки самого проекта ограничены, а деятельность проекта – продолжается и дальше, т.е. любой стоящий проект имеет продолжение. Вот в этом и ценность!»



СО-ДЕЙСТВИЕ

Библиотека – место понимания

Проект «Со-действие» - это проект про создание на базе сельских библиотек центров поддержки пенсионеров. Команда такого центра – библиотекари и пожилые активисты, смысл – помочь тем бабушкам и дедушкам, которые по разным причинам остаются без защиты от мошенников, недугов или одиночества.

Для того, чтобы все получилось, такие мини-команды обучались на базе Вельской центральной библиотечной системы в районном центре, а потом возвращались в деревни, чтобы проводить там семинары и встречи.

«Это личное»

Дать возможность активным пожилым людям реализовать свой потенциал – это очень важно. Особенно – в сельских территориях, так считает команда проекта:

«Создание условий для реализации социального потенциала пожилых становится особенно актуальным в современных условиях, когда разрушается социальная инфраструктура сельских муниципалитетов, закрываются школы, больницы, сельские клубы, а каждый третий житель Вельского района находится в пенсионном возрасте (причем, число пенсионеров увеличивается с каждым годом). Особенно сложная ситуация наблюдается в деревнях и поселках Вельского района — самого большого по занимаемой площади и численности населения в Архангельской области. Наиболее удаленные населенные пункты находятся на расстоянии около от 25 до 145 км. от районного центра». – так подводит итоги команда проекта, резюмируя его необходимость.

К сожалению, довольно часто оказывается, что жизненно важная информация для незащищенных людей старшего возраста, особенно для тех, кто уже далеко за пенсионным порогом, остается недоступной. Пожилым людям трудно оставаться социально и физически активными: выехать в районный центр многие из них не могут по состоянию здоровья и финансовым затруднениям.



КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Со-действие»

Исполнитель: Муниципальное учреждение культуры «Вельская библиотечная система»

Цель проекта: содействие социальной адаптации пожилых людей, проживающих в отдаленных поселках и деревнях Вельского района, улучшение качества их жизни

Руководитель: Антуфьева Мария Семеновна

Сумма финансирования: 105 760 рублей

Продолжительность проекта: 6 месяцев

г. Вельск, Архангельская область

Семинар в сельской библиотеке

СО-ДЕЙСТВИЕ

Проект «Со-действие»

«Кроме того, сельский пенсионер, инвалид, как правило, испытывают психологический дискомфорт, обращаясь во властные инстанции. Сельская библиотека, обслуживая таких читателей, способна выполнять не только информационную, но и социальную функцию. В связи с этим возникла необходимость в услугах волонтеров на местах, которые могут оказать социально-бытовую, информационную, социально-психологическую поддержку».

Елена Поталюнас, участница этой команды, рассказывает: «Идея сделать в библиотеках центры помощи пожилым людям родилась в ходе обсуждения и анализа работы наших коллег в сельских филиалах (где основная часть жителей — пожилые люди). Но для меня в теме помощи пожилым людям очень много личного. Работа с пожилыми людьми являлась моей основной профессиональной деятельностью: более 15 лет – я работала в Управлении Пенсионного фонда, объехала все отдаленные населенные пункты нашего района, много общалась с пожилыми людьми, и уже тогда видела, насколько уязвима данная категория граждан. Кроме того, с 2012 года являлась организатором акции «Старость в радость» в Вельском районе и не понаслышке знаю о проблемах в жизни пожилых людей, особенно в сельской местности. Это и оторванность от «большого мира» - когда в отдаленных селах закрылись отделения Почты и ФАПы; и разъехавшиеся дети и внуки. Это значит, что многие испытывают одиночество, начинающиеся депрессивные состояния; и ухудшение здоровья; и повышенная доверчивость, что становится лакомым кусочком для мошенников всех мастей... Поэтому все мои знания в области пенсионного законодательства, все мои навыки общения с пожилыми людьми в данном случае легли, в благодатную почву — идею социокультурного проекта».

Участники семинара



СО-ДЕЙСТВИЕ

Проект «Со-действие»

Создавая Центры помощи пожилым на базе библиотек на селе, команды активистов ставили разные цели: создавали банки информации, обучались, выявляли и «накачивали» активных пенсионеров, готовых помогать.

В процессе же оказалось – результатом будет и создание связей, крепких дружеских связей с ветеранскими организациями, с представителями силовых структур и структур власти. И вот уже мы наблюдаем, как в поселке Аргуновский участковый уполномоченный полиции читает лекции пенсионерам в библиотеке.

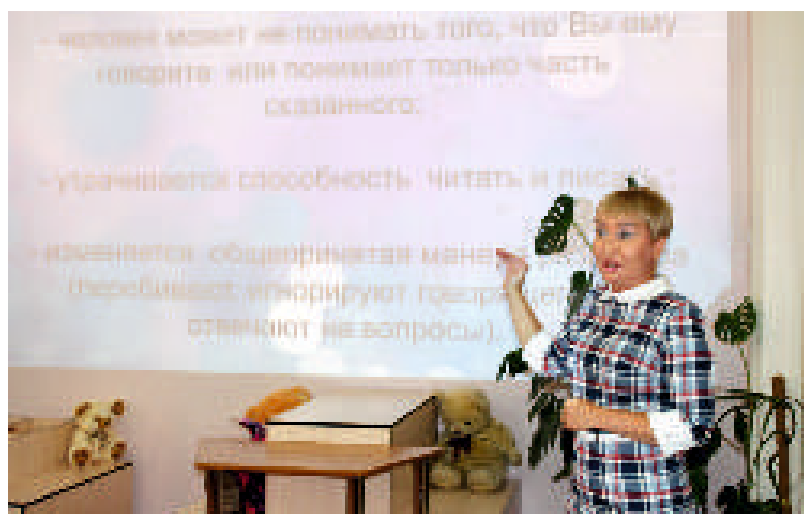
«Библиотека – это одно из немногих мест, где пожилого человека принимают радушно и с пониманием его проблем. Выход на пенсию, ограниченные материальные и физические возможности сужают круг общения пожилого человека. Дети выросли, внуки заняты своими проблемами, старые друзья уходят, донимают болезни. Библиотека решает проблему и культурного досуга, и получения информации. Здесь предоставляется возможность встретиться с интересными людьми, пообщаться в непринужденной обстановке, реализовать себя в творчестве, обрести новых друзей, а теперь еще и получить важный и правильный совет – от помощи в работе с электронной почтой, скайпом и порталом госуслуг до тренировки по системе Лесли Сансон».

Вельская Центральная библиотека и все структурные подразделения традиционно выполняла и продолжает выполнять функции досугового и культурного центра. Свободное, непринужденное общение оказывается очень полезным для людей пенсионного возраста. Они, получая информацию о новых книгах, журналах, обмениваются опытом, помогают советом другим, находят единомышленников и друзей. Среди мероприятий наиболее востребованными этой читательской аудиторией были и остаются литературно-музыкальные и нравственно-эстетические направления.

Технология работы

Занятия по подготовке волонтеров проходили раз в месяц, всего четыре за время проекта, а между семинарами встреча-

Выступающие на семинаре



СО-ДЕЙСТВИЕ

Проект «Со-действие»

лись с пенсионерами в своих деревнях и селах, передавая информацию, распространяя буклеты, оказывая необходимую помощь.

По мнению авторов проекта, главной помощью волонтеров должна была стать популяризация информации о здоровом образе жизни, профилактике заболеваний, правильном питании, а также, при необходимости, оказании первой помощи.

В октябре 2018 года, когда начались встречи с населением в сельских библиотеках, у людей появилось ощущение того, что они не забыты, что о них продолжают заботиться (такие высказывания звучали в сельских библиотеках).

Сотрудники сельских библиотек и активисты из местных советов ветеранов, женсоветов, получив на семинарах, которые проходили в центральной библиотеке информацию и вспомогательный материал, начали проводить встречи и беседы с людьми у себя в муниципалитетах. Наряду с пояснениями о том, как себя вести, чтобы не заболеть, как обезопасить себя от мошенников, укрепить здоровье, посетители библиотек получали памятки и листовки с кратким и понятным изложением материала, номерами необходимых телефонов.

После каждого семинара аналогичные встречи были организованы в большинстве библиотек Вельского района. Всего – 37 встреч. Все участники бесед получили не только подробные рассказы и советы, но и памятки.

Резонанс от встреч с населением в районе оказался положительным. Люди с благодарностью принимали информацию и охотно приходили на встречи. Всего тематические встречи по теме безопасности пожилых людей посетили не менее 500 человек. Сотрудники ведут базу вопросов, на которые они не могут ответить. В марте 2019 на районном семинаре они получат необходимую информацию и продолжат работу с ней.

Рабочая группа



СО-ДЕЙСТВИЕ

Проект «Со-действие»

«Я и для себя в ходе обучения библиотекарей открыла много нового! – считает Елена Поталюнас. - Как тренировать память, как уберечься от переломов, как отвечать мошенникам (по секрету – никак, сразу класть трубку!) Я познакомилась с потрясающими людьми – тем же обаятельным майором Дмитрием Чистяковым из ГУ МЧС по Архангельской области, ведущей «Школы памяти» дома-интерната для престарелых Галиной Кондратьевой, многими другими».

Сами библиотекари делились впечатлениями о том, что в процессе общения в рамках проекта они стали теснее работать с населением, с активом ветеранских организаций, Советами женщин. Опосредованным эффектом проекта можно назвать рост посещений и укрепления статуса библиотеки, как информационного центра, как места, где могут помочь и поддержать.

А как там люди?

Люди – довольны. Доказательство этому – отзывы, которые они оставляют перед уходом с очередной встречи. Вот и «Книга отзывов» о проекте:

«Такой проект, как «Со-действие, необходим и важен. Эта хорошая возможность поделиться информацией, донести молодым родственникам, как обезопасить в повседневной жизни своих пожилых бабушек и дедушек», - Любовь Александровна Аверина, 68 лет, член совета ветеранов «Вельской лесобазы»

«Такие мероприятия являются одним из поводов собраться вместе, пообщаться. Проект нужен для пожилых людей хотя бы потому, что позволяет получить необходимую информацию в доступной форме и организовать досуг. Спасибо за хорошее настроение и полезное времяпровождение!», - Татьяна Николаевна Сивкова, 68 лет, председатель Совета женщин МО «Муравьёвское».

«Проект служит ещё одним напоминанием о внимательности в быту. В силу возраста ощущается некоторая забывчивость, поэтому никогда не повредит лишнее напоминание о безопасности. Стала участницей из-за элементарного чувства безопасности, так как живем в сельской местности,



Заседание рабочей группы

СО-ДЕЙСТВИЕ

Проект «Со-действие»

деревянные дома расположены очень близко друг к другу, поэтому безопасность всех зависит от каждого», - Татьяна Евгеньевна Димитренко, 64 года, участница творческой гостиной «Душевный разговор».

«Спасибо проекту за лишнее напоминание нам, пожилым людям о безопасности в повседневной жизни. Какие-то вещи узнала впервые. Например, об устройстве квартиры в плане безопасного проживания, когда даже коврик может подвести тебя. Очень важно — узнать новое, ещё раз вспомнить известное, но забытое», - Вера Витальевна Смирнова, 67 лет, участница творческой гостиной «Душевный разговор».

Опыт работы в проекте и отзывы участников показали, что он не просто оказался востребованным – его нужно развивать. Во многих сельских библиотеках Вельского района появились своеобразные информационные центры, где население может получить сведения о состоянии здоровья, безопасности жилища, советы по оздоровлению и профилактике заболеваний. В библиотеках можно узнать телефоны экстренной связи, получить ответы на многие вопросы, сделать ксерокопию памятки с добрыми советами.

Проводя ежеквартальные совещания для сельских библиотекарей, авторы проекта намерены пополнять «копилки» новой или актуальной информацией. Партнеры по проекту на итоговой встрече высказали готовность поделиться любой информацией и даже организовывать выездные встречи с населением в помещениях сельских библиотек.

В сельской библиотеке



ВМЕСТЕ ИНТЕРЕСНЕЕ

От души к душе

В рамках проекта активные посетители отделения дневного пребывания Котласского КЦСО сопровождали подопечных Туровецколго психоневрологического интерната и устраивали для них мастер-классы, встречи и выезды.

Проект, который случился

Рассказывает о старте проекта участница-организатор – Светлана Пшеницына: *«Идею проекта о совместном сотрудничестве предложила Земляная Ирина Алексеевна. (заместитель директора по медицинской части Туровецкого ПНИ), и проект объединил пожилых людей, с которыми я работаю в отделении дневного пребывания Котласского центра и людей, проживающих в Котласском отделении Туровецкого психоневрологического интерната. Перед написанием проекта я озвучила его идею посетителям своего отделения и была уверена, что они откликнутся и будут принимать активное участие в реализации».*

Так оно и случилось – активные жители Котласа взяли шефство над живущими в ПНИ людьми и провели для них много разных занятий - от праздников и караоке – до лепки из пластилина. На 8-10 человек из интерната приходилось от одного-двух до четырех «сопровождающих», иногда даже больше, в зависимости от сложности события. Так что каждый оказался под присмотром.

Именно необходимость такого присмотра и сопровождения и стала основной точкой отсчета проекта – в областных ПНИ не хватает рук, для того, чтобы сделать жизнь людей в интернате более разнообразной.

«Этот проект был для меня первый в плане реализации, но к проектам я и посетители ОДП были готовы. Я писала на конкурс «Активное поколение» два проекта в 2017 г. «Движение – это жизнь» и в 2018г. - «Сенсорная комната». Но проекты не получили поддержки. Опыт реализации данного проекта был очень полезен как для меня, как участника – организатора, так и для посетителей ОДП».

Для посетителей отделения дневного пребывания проект стал возможностью самореализации, развития творческого потенциала и активной жизненной позиции, проявления гуманности, сострадания и милосердия к нуждающимся людям, проживающим в интернате. Для подопечных интерната он принес улучшение качества жизни и знакомство с новыми людьми.

«На нашей территории ничего подобного не было», - поясняет Светлана Пшеницына.

Человеку нужен человек

«Меня заинтересовала судьба людей, находящихся в интернате, как они живут, чем интересуются. В какой помощи нуждаются. Диалог продолжался на протяжении всего проек-

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Вместе интереснее»

Исполнитель: Государственное бюджетное стационарное учреждение социального обслуживания системы социальной защиты населения Архангельской области «Туровецкий психоневрологический интернат» в партнерстве с государственным бюджетным учреждением стационарного обслуживания населения Архангельской области «Котласский комплексный центр социального обслуживания»

Цель проекта: Вовлечение и поддержка получателей социальных услуг дневного отделения ГБУ СОН «Котласский комплексный центр социального обслуживания», готовых предлагать и реализовывать инициативы по повышению качества жизни пожилых людей, проживающих в условиях психоневрологического интерната.

Руководитель: Земляная Ирина Алексеевна, заместитель директора по медицинской части Туровецкого ПНИ, Пшеницына Светлана Владимировна – заведующий отделением дневного пребывания для граждан пожилого возраста и инвалидов Котласского комплексного центра социального обслуживания.

Сумма финансирования: 147 316 рубля

Продолжительность проекта: 7 месяцев

г. Котлас, Архангельская область

ВМЕСТЕ ИНТЕРЕСНЕЕ

Проект «Вместе интереснее»

та, при каждой встрече. – так считает Тамара Байбородина и так она говорит о проекте. Ей 67 лет, и она очень активный человек - участница хора «Вдохновение», участница различных мастер – классов по творчеству, литературных встреч и совместных выездов, - Я увидела, что они очень отзывчивые на все наши предложения: вылепить куколку из пластилина, сделать из ниток птичку или что-то другое. Им интересно проводить с нами время, они рады принять участие в любом мероприятии и делают это с удовольствием. Могут слушать сказки, вместе с нами петь песни в караоке, играть в игры. Это в своё очередь приносит большой положительный эффект для общего состояния этих людей. Жизнь их наполняется смыслом и значимостью».

В Котласском отделении ГБУ АО «Туровецкий психоневрологический интернат» среди проживающих в отделении - 95% старше 46 лет, все инвалиды по психическому заболеванию с сопутствующими соматическими болезнями. Согласно индивидуальной программе предоставления социальных услуг, составленной для каждого проживающего, по организации досуга планируется только одно мероприятие в месяц – на большее не хватает ресурсов.

«Важным моментом проекта я считаю, что происходит наше общение: люди, проживающие в интернате, знакомятся с новыми людьми. Наши встречи дают позитив не только людям, проживающим в интернате, но и нам. Нам хочется ещё и ещё приходить к ним, общаться с ними, дарить им подарки, рассказывать стихи и сказки и многое другое, и видеть на их лицах благодарные улыбки и слышать «А ты ещё придёшь ко мне?». Это многого стоит. Ощущать, что ты нужен и важен для этих людей», - рассказывает активистка.

Подопечные ПНИ в массовом сознании – в лучшем случае считаются «тихими психами», в худшем – «буйными, опасными». И люди их отвергают, хотя, на самом деле, в интернатах живут те, кто в силу разных причин не может позаботиться о себе самостоятельно.

Подготовка к Новому году



ВМЕСТЕ ИНТЕРЕСНЕЕ

Проект «Вместе интереснее»

Люди со слишком сильными поражениями ментальной сферой находятся в других местах и проходят специальное лечение.

В интернатах часто – одинокие и брошенные люди.

«После первого посещения впечатления были очень грустные, но с каждым очередным нашим приездом всё изменилось. – рассказывает Валентина Илюшенкова, 69 лет, организатор встреч, выездов и событий проекта, - Я видела на их лицах, что они рады этим встречам и ждут нас. Активно участвуют в проводимых мероприятиях, а для меня важно, что я могу подарить этим людям внимание и тепло. Я стала участницей проекта, чтобы помочь одиноким людям, потерявшим в этой жизни любовь и тепло своих родных и близких людей, помочь им почаще испытывать радостные моменты и когда нам было предложено участвовать в этом проекте, я с удовольствием согласилась. Кто как не мы. Этот проект нужен был мне для того, чтобы дать понять людям, которые в данный момент находятся в этом доме, что они не одиноки, что о них заботятся, не забывают и нужно хотя бы помочь попытаться поинтересоваться взглядом на себя и на свою жизнь. Важной задачей проекта я считаю – это вселить в этих людей, оказавшихся здесь в силу различных сложившихся ситуаций – веру в продолжение жизни, веру без которой человек жить не может. Я считаю, что если рассказывать о проекте, то намного расширится круг людей, которые захотят оказать помощь в улучшении быта и качества жизни пожилых людей, проживающих в интернате».

Среди проживающих в интернате пожилых людей мало кто имеет социальные связи, и они почти не имеют возможности выезжать в город, посещать церковь, музеи, парки культуры, а самостоятельно им ничего нельзя делать, они нуждаются в постоянном наблюдении и в сопровождении. Так, например, одна женщина вяжет носки и рукавицы, ей спицы и разрешить вязать в комнате одной – нельзя.

Волонтеры помогли – они пели, танцевали, присматривали,



ВМЕСТЕ ИНТЕРЕСНЕЕ

Проект «Вместе интереснее»

сопровождали на экскурсиях, фотографировали и – самое ценное – общались с людьми.

«Меня вырастила бабушка. – объясняет Татьяна Никишина, 66 лет, участница литературных встреч и мастер-классов, – И я не могу не уважать пожилых людей, особенно – одиноких и беспомощных. Первый приход к людям, проживающим в Котласском отделении Туровецкого психоневрологического интерната удивил и обрадовал меня. Встретили настороженно, но дружелюбно. Один из клиентов протянул мне томик Пушкина: «Почитай!» Это были сказки. Они слушали удивительно, стояла такая тишина, что слышно дыхание рядом сидящих. Нас долго не отпускали и просили приходить. На очередную встречу я принесла с собой книжку нашего Котлашина Чиркина Вячеслава «По жизни с шуткой и всерьёз» Прочитала короткие рассказы о стариках, детях и животных. И конечно же предложила загадки ..для малышей.. Сколько радости и счастья было в глазах и на лицах этих людей! Они расшумелись, развеселились, довольные что угадали. А моя коллега принесла сборник стихов Галины Подойницыной из Шипицына. Это любовная лирика, сказки для детей. Присутствующие с удовольствием слушали сказки «О Золотом Яичке», «И снова, снова Колобок». Приятно приносить людям радость, добро и дружбу. Мы подружились, и они приглашали нас снова в гости».

Интересными и полезными были все мероприятия по проекту – и костюмированные праздники, и караоке-вечеринки.

Постоянно работали 3 кружка: пения «Караоке», «Рисуем вместе» и просто посиделки, съездили в музей, в местный храм

Караоке



ВМЕСТЕ ИНТЕРЕСНЕЕ

– недалеко, отпраздновали Новый Год – готовили его тоже сами.

«Проект очень нужен для всех. - считает Наталья Костенко, 58 лет, активистка проекта, участница занятий и посиделок. - Польза для меня огромная. Пообщавшись с пожилыми людьми, проживающими в интернате, я получила новые эмоции, возникли мысли о ценности жизни. Проект дал возможность сделать для одиноких пожилых людей что-то значимое, ценное, своим присутствием наполнить их жизнь положительным и хорошим. Я вижу, как они рады нашим встречам. И ты для себя в ответ получаешь такой же позитив. От этого их и моя жизнь становится светлее».

Проект «Вместе интереснее»

Проект с продолжениями

«Приятным сюрпризом было для меня – отношение посетителей ОДП к подопечным интерната, очень теплое и дружеское. – рассказывает Светлана Пшеницына. За время реализации проекта они узнали друг друга, завязались теплые дружеские отношения. И после каждого мероприятия посетители ОДП хотели снова приехать в гости к этим людям, чтобы ещё раз подарить им своё тепло и внимание. Главным результатом проекта, я считаю – это установление дружеских отношений между участниками проекта, и в дальнейшем продолжение нашей работы с подопечными интерната. Меня очень радует, что посетители ОДП готовы и дальше продолжать общение с людьми, проживающими в интернате на добровольной основе в разной форме».



ЭТНОКЛУБ «СУДАРУШКА»

Этот проект поставил перед собой цель соединить знания поколений для развития в районе ремесленных традиций. Для этого в рамках проекта создан постоянно действующий этноклуб «Сударушка», основной деятельностью которого стало изучение северных традиций, обмен опытом прикладного мастерства и распространение этих знаний на территории района.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Этноклуб «Сударушка»

Реализован на базе Муниципального казенного учреждения культуры «Межпоселенческая библиотека Плесецкого района»

Цель проекта: Привлечение старшего поколения к сохранению и распространению культурных и ремесленных традиций на территории Плесецкого района путем создания и работы этноклуба «Сударушка».

Руководитель: Кустова Марина Николаевна

Сумма финансирования: 142 000 рублей

Продолжительность проекта: 6 месяцев

п. Плесецк, Архангельская область, Плесецкий район

Чтобы ремесло не погибло

Плесецкий район имеет за своими плечами очень богатую историю. Здесь зафиксированы поселения людей, начиная с первобытной эпохи. С 13 и вплоть до 16 века через наш район проходила дорога, ведущая из центра России к единственно доступному тогда – Белому морю. Большое количество проезжающих мимо гостей приносили в район новые знания.

Многие столетия здесь обитали люди, обустроивали свой быт, кипели оживленные ярмарки. Вместе с территорией развивались и ремесла.

К концу 19 века число ремесел, распространенных на территории района достигало сотни, сегодня оно едва дотягивает до двадцати. Некоторые исконные для нашего края промыслы уже утрачены, например, кузнечное дело, валяние валенок, узорное ткачество.

На сегодняшний день в каталоге ремесленников Плесецкого района записано 79 мастеров и практически все они старше 45 лет. В районе есть и молодые энтузиасты-одиночки, занимающиеся изучением промыслов, но часто контакты между ними и населением затруднен из-за отсутствия общей диалоговой площадки. Это происходит потому, что в районе нет ни центра, ни школы народных ремесел или хотя бы тематического клуба по интересам, в котором старшее поколение могло бы поделиться своими знаниями с молодежью, а молодежь – в свою очередь, научить взрослых. С утратой этих знаний слабеет



ЭТНОКЛУБ «СУДАРУШКА»



Проект «Этноклуб «Сударушка»

национальное самосознание, именно поэтому важно, чтобы традиционные северные ремесла продолжали жить, передаваясь из поколения в поколение, рассказывает Марина Кустова, руководитель проекта.

Поэтому в Плесецке, сначала на базе библиотеки, а скоро – на базе собственной автономной некоммерческой организации, появился клуб, даже не клуб, а, как пишео руководитель проекта в группе проекта: «Сударушка» - это не магазин, не организация, не контора, это - объединение людей по интересам.

Сначала клуб работал на базе библиотеки, а сейчас – у руководителя проекта дома. Однако, с завершением финансирования клуб работу не завершил – и ткацкие станки, и методические материалы доступны, и сейчас клуб присматривает новое помещение, чтобы расшириться.

Каждое занятие состоит из теоретической части (мультимедийный материал, книжная выставка по соответствующей теме, распространение методических рекомендаций, разработанных специально для проекта) и практики, где под руководством опытного мастера участники своими руками готовят образцы или целые изделия в той или иной ремесленной технике.

Для обучения некоторым ремеслам к проекту привлечены народные мастера Архангельской области.

ЭТНОКЛУБ «СУДАРУШКА»

Проект «Этноклуб «Сударушка»

Один раз в месяц проходит занятие по свободной теме, так что члены клуба при желании могут самостоятельно выбрать интересную для них тему, научить остальных тому, что умеют сами, или доделать полюбившееся изделие.

Продолжительность каждого занятия – 2 часа.

Вся информация о работе клуба есть в группе «ВКонтакте» (vk.com/sudarushka_pleseck). Там же можно задать любые вопросы.

Сударушки наши

Основной ремесленный профиль самой Марины Кустовой – северное народное ткачество – ремесло, на сегодняшний день полностью утраченное в Плесецком районе. А еще Марина Кустова была выдвинута кандидатом от Плесецкого района на Областной конкурс «Женщина года» в номинации «Женщина – хранительница северных традиций». На защите конкурса 08 декабря состоялась презентация проекта. По итогам автор и руководитель проекта был награжден специальным призом жюри в данной номинации.

«Сударушки» – это участницы клуба большая часть из них – женщины в возрасте за 50, и они охотно делятся своими знаниями и своими отзывами.

Антонина Стрелкова пишет специально для Центра «Гарант» и Фонда Елены и Геннадия Тимченко: *«В каждом из нас, наверное, спит что-то, что заложено в нас природой и нашими предками, нас часто влечёт и тянет что-то, мы в поиске и часто не*



ЭТНОКЛУБ «СУДАРУШКА»

Проект «Этноклуб «Сударушка»

можем понять себя... Случайно в интернете я наткнулась на приглашение в клуб народных ремёсел, записалась только из-за того, что там предполагались занятия по ткачеству. Из своего далёкого детства, а мне исполнится 56 лет в 2019 году, я помню как мы с подружкой навещали бабушку, которая ткала половички на ткацком станке, до сих пор помню её руки, которые овечьими ножницами настригали аккуратные полоски ткани, потом из них и получались те самые половички... Мне тогда эта «наука» казалась непостижимой и мыслимо ли было, что через 45 лет я сама сотку свой первый половичок на мини-станке... Мне кажется теперь, что ради этого я жила всю предыдущую жизнь... Никогда не разговаривала со своим руководителем в «Сударушках» как она сама к этому пришла, она намного моложе меня, но в народных ремёслах очень умна и мудра, я безумно рада и просто счастлива жить в одном посёлке с таким увлечённым человеком как Марина Николаевна Кустова. Теперь я понимаю, что мне невысказанно повезло: я осваиваю народные ремёсла бесплатно, хотя прекрасно понимаю и осознаю, что на самом деле эти занятия стоят недёшево. Теперь уже наша Марина Николаевна большая умница, что написала программу, сумела её защитить, чтоб кто-то в её посёлке смог приобщиться к народным ремёслам. Я абсолютно не знала что-такое набойка, познакомилась с техникой вышивки "Роспись", научилась шить народную куклу (на примере каргопольской куклы Дуняши), поработала на гончарном круге. Сколько бы ни было занятий по народным ремёслам, мне всё хочется постичь и узнать, оказалось, я «голодна» на них. Видимо, до поры до времени всё это во мне дремало, но благодаря занятиям в клубе «Сударушка» пробудилось и мне хочется знать всё больше и больше о рукоделии наших предков. С нетерпением жду каждое следующее занятие и очень огорчаюсь, если приходится пропускать очередное занятие».

Надежда Смирнова (1952 года рождения) тоже увидела объявление в интернете:



ЭТНОКЛУБ «СУДАРУШКА»

Проект «Этноклуб «Сударушка»

«Сама с 2010 года занимаюсь лоскутным шитьем и стежкой. Очень захотелось научиться еще чему-нибудь. Записалась на ткачество к Марине Николаевне. И вот собрались мы на первое занятие. Это была верховая набойка. Было очень увлекательно и весело, все перемазались и все перемазали. – рассказывает она. - Потом Северная вышивка, ткачество поясов, наши куколки, гончарный круг, и наконец ткачество половичков. Каждый может найти в чем-то свое призвание. Спасибо нашему организатору и наставнице Марине Николаевне Кустовой. Наш коллектив получился дружный и веселый. Желаем продолжения».

Мария Вищак – одна из молодых участниц клуба, приезжает на занятия из Мирного: *«Потому что поблизости нет ни музея, ни центра народных ремесел, где можно было бы научиться старинным видам рукоделия и узнать, как жили и творили наши бабушки. В клубе интересно не только учиться новому, но и общаться с людьми разных возрастов. Спасибо Плесецкой библиотеке за такое интересное времяпрепровождение!»*

После окончания сроков реализации проект «Сударушка» продолжает свое существование автономно, но ведет работу по расширению – ищет новое место и новые формы.

Вместо постскриптума

Марина Кустова рассказала, что очень удивилась тому, что клуб стал еще и местом разговоров, общения и дружбы, она не ожидала еще и этого эффекта – объединения людей.

«Мне очень нравится приходить в «Сударушку», потому что здесь я научилась новому и познакомилась с замечательными женщинами, мы теперь встречаемся не только в клубе, но и ходим друг к другу в гости! – рассказывает Лидия Кузьмук, 58 лет - Очень удобно, что клуб находится в центре Плесецка! Особенно мне запомнилось занятие на гончарном круге от приезжего мастера – большое спасибо организаторам!»



ЗАЩИТИ СЕБЯ САМ

Тема безопасности финансов, в том числе и цифровой, не перестанет быть актуальной, пока не исчезнут все мошенники, от настоящих откровенных грабителей, до хитрецов, которые выманивают деньги самыми изощренными способами.

Одной из уязвимых категорий людей в области мошенничества являются люди старшего и среднего возраста, особенно, когда дело касается мошенничества в области финансов – взаимодействия с банковскими картами и получение некачественных товаров и услуг.

Проект «Защити себя сам» в первую очередь был направлен именно на новые способы отъема денег у населения – через компьютеры, терминалы и мобильную связь.

На организационном собрании команда проекта собрала библиотекарей и руководителей ветеранских организаций, и вместе с ними наметили основные болевые точки в вопросе старшего поколения и разных типов мошенничества, из них сформировали проблему и цель проекта и наметили темы будущих занятий.

Кроме лекций – встреч с представителями полиции, юристами, сотрудниками «Роспотребнадзора», специалистами по страхованию и медицинским услугам, были в проекте и задания для самостоятельной работы, когда участники с помощью работы с материалами, предоставленными библиотекой, сами искали ответы на вопросы о мошенничестве и его видах.

Интересной частью проекта стали и площадки, где сами жители района обменивались теми формами мошеннических ситуаций, в которых оказывались сами или о которых слышали от друзей и знакомых.

Востребованной и полезной оказалась беседа «О кредитном мошенничестве» с практикующим частным адвокатом Александром Фоминым. Александр Иванович доступно объяснил пенсионерам разницу между кредитными организациями и предоставляемыми ими условиями кредитования. Корректно, не навязывая личного мнения, показал все плюсы и минусы получения денежного займа в различных организациях и формах.

Интересной и вызвавшей отклик оказалась встреча, посвященная БАДам.

Организаторы проекта подготовили для слушателей сюжет о том, что продают мошенники под видом БАДов, что внутри «волшебных таблеток», на какие изощренные схемы мошенничества чаще всего попадают доверчивые граждане.

В «Уголке социальной безопасности» библиотеки была размещена информация «Пищевые добавки, безопасность и качество», с рекомендациями, на что следует обращать внимание при выборе биологически активных добавок.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Защити себя сам»

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение культуры «Устьянская межпоселенческая центральная районная библиотека»

Цель проекта: повысить уровень личной безопасности пожилых людей через освоение алгоритма действий в различных ситуациях

Руководитель: Лоскутова Ирина Николаевна, главный библиотекарь, Шерягина Татьяна Васильевна, библиотекарь Центральной районной библиотеки

Сумма гранта: 60 000 рублей

Продолжительность проекта: 5 месяцев

п. Октябрьский, Архангельская область, Устьянский район

Краткая справка: Участники проекта попробовали себя в ролевых играх о мошенничестве и обсудили с разными специалистами самые популярные способы мошенничества и схемы, которые чаще всего применяют к людям старшего возраста.

ЗАЩИТИ СЕБЯ САМ

Проект «Защити себя сам»

Сотрудники библиотеки подготовили тематическую выставку «К здоровью с книгой», где были представлены издания о здоровье, классификации медицинских препаратов и природных средствах лечения.

Интересным моментом встречи стало выступление сотрудницы Устьянской больницы Натальи Новоселовой, которая рассказала о социальных льготах в области медицины, которые полагаются людям пенсионного возраста.

Специалист юридического отдела администрации МО «Устьянский муниципальный район» Эльнара Анатольевна Прожерина провела лекцию-беседу «Подумай, прежде чем купить». На встрече были затронуты вопросы: чем можно подтвердить факт совершения покупки? Каков порядок заключения договора купли-продажи? Как вернуть товар по гарантии? На какие товары производитель обязан установить гарантийный срок? Выяснили, что закон практически всегда на стороне потребителя, и поэтому необходимо знать свои потребительские права и уметь применять эти знания в спорных ситуациях.

В ходе встречи на конкретных примерах Эльнара Анатольевна доступно разъяснила, как работает в реальности основной закон, защищающий права потребителя, как потребитель может самостоятельно восстановить нарушенное право и где можно получить квалифицированную помощь.

Еще одной важной темой проекта стало телефонное мошенничество: сотрудница полиции Ольга Попович рассказала, о конкретных случаях мошенничества, происшедших на территории района, рассказала, какие манипуляции с банковской картой просят проделать мошенники и почему нельзя этого делать.



ЗАЩИТИ СЕБЯ САМ

Проект «Защити себя сам»

27 декабря прошло заключительное мероприятие в рамках проекта «Защити себя сам» - занятие-тренинг с психологом Татьяной Ивановой «Как уберечь себя от обмана». Психолог рассказала участникам тренинга о том, как распознать манипуляцию, предотвратить мошенничество, а главное уметь отказать мошеннику, сказать твердо «нет».

Пожилых людей особенно интересовал вопрос, о том, как мошенникам удается так легко вводить в заблуждение пенсионеров. Татьяна Николаевна рассказала, что мошенники используют различные психологические уловки, вербальные и невербальные способы взаимодействия и всячески пытаются расположить людей к себе.

Для того чтобы вспомнить и закрепить полученные в ходе реализации проекта знания и умения, психолог предложила обыграть несколько возможных ситуаций мошенничества. Пожилые люди на практике отработали ситуации взаимодействия с незнакомыми людьми. Как отметили участники тренинга, практическая часть оказалась очень эффективной для закрепления полученных знаний.

Работу по правовому просвещению пожилых людей, команда проекта будет продолжать. Оборудование, которое было приобретено для печати материалов и оборудования зала осталось в библиотеке.



ВТОРАЯ ЖИЗНЬ КВАЗЕНЬГИ

Поселок Квазеньга Устьянского района находится в 100 км от районного центра. Количество жителей в нем - 450 человек, из которых 185 человек – старше пятидесяти.

В поселке почти не ловит связь, развлекаться негде и, в конце концов, удаленная «лесная глушь» перестала быть интересной не только гостям Устьянского района, но и самим жителям Квазеньги.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Вторая жизнь Квазеньги»

Исполнитель: Инициативная группа под руководством Жанны Викторовны Куриленко

Цель проекта: Создать условия для развития территории, привлекательной для проживания местных жителей и приёма туристов

Сумма гранта: 25 000 рублей

Продолжительность проекта: 5 месяцев

п. Квазеньга, Архангельская обл., Устьянский р-н.

Краткая справка: Группа активных пенсионеров поселка Квазеньга написала проект, обустроили свой поселок и вспомнили старые праздники и традиции поселка, чтобы показать своим соседям, что можно самим сделать свою жизнь ярче и интереснее.

Решать ее начали с попытки «встряхнуть» людей – инициативная группа «бабушек и дедушек» решила изменить ситуацию, выдвинув на конкурс инициативу по сохранению истории посёлка, возрождению традиций и обычаев.

Они решили обустроить наиболее значимые для жителей и гостей места общего пользования (установить информационные баннеры, разбить цветники, установить лавочки); собрать воедино информацию по истории посёлка, оцифровать ее и создать фотогалерею «Летопись трудовой славы», «Лучшие люди посёлка»; возродить традиции праздников «День улицы», «День чистой воды»; разработать маршрут для экскурсии для гостей посёлка; организовать и провести конкурсы на «Лучший приусадебный участок», «Деревянная сказка дома» (самый красивый дом), - в общем, за одно лето сделать так много, как только можно, чтобы показать односельчанам, как можно весело и интересно проводить время.

«При составлении проекта планировалось, что в подготовке мероприятий примут участие около 70 пожилых людей из 185, а



ВТОРАЯ ЖИЗНЬ КВАЗЕНЬГИ



непосредственно в самих мероприятиях -50.- рассказывает руководитель проекта, - На деле получилось, что намного больше пожилых людей откликнулось на мероприятия. Только в подготовке и проведении презентации улиц «Добрые соседи» приняло участие более 80 пожилых людей».

Проект сплотил всех – и детей, и молодежь, и старшее поколение – вместе с справлялись с оцифровкой фотографий, набирали тексты для информационных сообщений и листов, молодежь активно участвовала в благоустройстве территории, подготовке и проведении праздников и конкурсов.

ОТЗВЫ

участники проекта «Вторая жизнь Квазеньги», 2018 год

Я, Анна Викторовна Савина, была руководителем проекта «Вторая жизнь Квазеньги». В процессе работы мы проводили различные мероприятия: экскурсии по территории, встречи с жителями, оцифровку фотографий, работу с информацией. Благодаря проекту мы смогли многое сделать в нашем районе. Мы организовали районный конкурс «Добрые соседи», который помог нам выявить лучшие дворы и улицы. Также мы провели работу по благоустройству территории, установили скамейки, устроили цветники. Проект помог нам сплотиться и сделать наш район лучше.

Как положительный результат проекта можно отметить проведение презентации улиц «Добрые соседи» в котором приняли участие более 80 жителей района. Благодаря проекту мы смогли многое сделать в нашем районе. Мы организовали районный конкурс «Добрые соседи», который помог нам выявить лучшие дворы и улицы. Также мы провели работу по благоустройству территории, установили скамейки, устроили цветники. Проект помог нам сплотиться и сделать наш район лучше.

Проект «Вторая жизнь Квазеньги»

ВТОРАЯ ЖИЗНЬ КВАЗЕНЬГИ

Проект «Вторая жизнь Квазеньги»

Был разработан «ностальгический» турмаршрут «Мы жили, работали, любили». За основу организаторы взяли опыт посёлка Поча из Плесецкого района. Лавочки и баннеры встали на свои места и первый тур вызвал у жителей бурю энтузиазма.

«До проекта чувствовалось, что участники инициативной группы немного с опаской относятся к планируемым мероприятиям, но потом постепенно уверенность стала появляться. А когда появились первые результаты, всё больше инициативы стали проявлять, стали смелее планировать дальнейшую деятельность», - делится впечатлениями Жанна Куриленко, - В 2019 году посёлок отмечает дату 85 лет со дня основания. Открытие «ностальгического» маршрута «Мы жили, работали, любили» позволит организовывать экскурсии силами активных пожилых людей. Приедут гости на праздник, бывшие жители посёлка, нам будет не стыдно показать свой посёлок, тем более есть что показать и рассказать. Будет продолжена работа по сбору материалов по истории посёлка, а также уверены, что ещё больше молодых «пенсионеров» подключатся к работе оцифровки документов, а это значит и изучению компьютерных технологий».



МАСТЕРОВОЙ ДВОРИК

Каргополь – маленький, но цельный образчик древней Руси, живая страница истории», – писал Ф.К. Докучаев - Басков в начале 20 века. Сегодня о Каргополе можно сказать то же. Каргопольцы шутят, что количество творческих людей, приходящихся на душу населения, в городе самое высокое по стране.

С целью сохранения и развития традиционных народных ремесел на Каргополе в 1993 году был создан Центр народных ремесел «Берегиня». Ежегодно, экскурсии и мастер-классы Центра ремесел, такие как: лепка каргопольской глиняной игрушки, ткачество, вышивка, лоскутное шитье, верховая набойка, берестоплетение, посещает более 5000 человек.

В результате проведенного мониторинга специалистами МБУК «Каргопольский МКЦ» было выявлено, что каждый десятый каргополец, кроме традиционных местных ремесел, увлекается каким-либо современным видом декоративно-прикладного творчества, а каждый пятый из них стремится к творческому самовыражению, самоутверждению, признанию.

Как правило, это люди предпенсионного возраста и молодые пенсионеры. Выйдя на заслуженный отдых, многие молодые пенсионеры вполне могут трудиться, и тут же начинают поиск новой работы, преимущественно на дому.

Когда возникает вопрос: «Чем занимаются люди на пенсии?», в воображении многих сразу возникает бабуля в очках, которая довязывает сотый шарфик. На самом деле же, рукоделие не заканчивается на вязании. Канзаши, пейп-арт, квиллинг, печворк, рисование, лепка из теста или полимерной глины также не ограничивают перечень занятий.

Чтобы создать возможность для таких активных пенсионеров делиться своим хобби, команда центра «Берегиня» решила

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Мастеровой дворик»

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

Руководитель: Патракеева Светлана Алексеевна, методист структурного подразделения «Центр народных ремесел «Берегиня» МБУК «Каргопольский МКЦ»

Цель проекта: Повышение качества организации культурного досуга людей пожилого возраста; вовлечение их в сферу творческой и социальной активности.

Сумма гранта: 131 398 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

г. Каргополь, Архангельская область.

Краткая справка: Команда проекта превратила площадку перед местным Центром ремесел в «центр притяжения» для непрофессиональных мастеров-рукоделов и хранителей ремесел. Для этого площадь была оборудована скамейками, столами и украшена тематическими плакатами. В проекте принимали участия местные мастера пенсионного и предпенсионного возраста, а также сотрудники Центра ремесел «Берегиня». В событиях проекта участвовали жители Каргополя без возрастных ограничений.



МАСТЕРОВОЙ ДВОРИК

Проект «Мастеровой дворик»



заняться обустройством пространства рядом со зданием «Берегини».

Здесь когда-то была расчищена и замощена площадка и установлены деревянные фигуры.

Теперь из площадки нужно было сделать «беседку», украшенную резьбой, со скамейками и столами.

В «беседке» можно будет собираться летом, устраивать открытые мастер-классы, ярмарки и выставки. Все то, на что в здании центра ремесел попросту нет места.



МАСТЕРОВОЙ ДВОРИК

Так дворик был декорирован деревянными наличниками, изготовленными Каргопольскими мастерами-резчиками по дереву, и тематическими баннерами с мастерами района. Были изготовлены и размещены на дворике деревянные скамейки и столы, необходимые для проведения мастер-классов и мастерских ярмарок.

Чтобы «открыть» для людей новую локацию, в ней прошли летом первые мастер-классы, ярмарки и праздничные зарисовки. А зимой дворик превратился в место демонстрации скульптур из снега и арт-объектов.

Проект «Мастеровой дворик»



ОТ ЗАМЫСЛА ДО ВОПЛОЩЕНИЯ

Выйдя на пенсию, многие люди теряются, не понимая, чем им занять свободное время, которого стало очень много.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «От замысла до воплощения»

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение культуры «Пинежский культурный центр» муниципального образования «Пинежское»

Цель проекта: создание условий для творческой самореализации людей пенсионного возраста и возможности дополнительного дохода

Руководитель: Кордумова Ольга Фёдоровна, заместитель директора

Сумма гранта: 98 000 рублей

Продолжительность проекта: 5 месяцев

п. Пинега, Архангельская область, Пинежский район

Краткая справка: Мастерская «Лоскуток» пригласила новых участников, лучшие из которых стали полноценными участниками выставок, праздников и событий клуба – от создания лоскутных арт-объектов, до пошива народных костюмов элементами лоскутного шитья.

Чудо-мешок

На территории Пинеги проживает 1056 человек пенсионного возраста: женщины от 50 лет, мужчины от 55 лет, 70% от общего числа, не работающие пенсионеры.

Многие из них активны, хотят получать новые знания и навыки, творить, ведь когда мы что-то творим своими руками, это успокаивает, наполняет энергией, даёт силы двигаться дальше, развиваться.

Но выбор для развлечений и самореализации на селе не велик. Очень мало предложений для людей, желающих получить навыки и знания в творческой самореализации.

Одним из творческих мест, где можно чему-то научиться, является клуб «Лоскуток», который несколько лет работает при Пинежском культурном центре.

Лоскутное шитьё – непростой и очень интересный вид рукоделия, известный ещё древних времён. Сегодня искусство лоскутного шитья переживает своё второе рождение.

В клубе лоскутного шитья занимаются активные люди, которые умеют самостоятельно действовать и принимать решения, делиться своим опытом. Первые участники клуба, в достаточной мере овладевшие техникой лоскутного шитья, готовы делиться своим опытом и обучать других.

Они и стали активной группой проекта – делясь мастерством с участниками проекта, они вывели клуб на новый уровень, не просто расширив его техникой и людьми, но и показав, как можно весело, в хорошей компании освоить сложные навыки лоскутного шитья и как можно реализовать свою идею, если приложить максимум усилий – это касается и создания проекта, и создания лоскутного одеяла.

Для желающих заниматься лоскутным шитьём активисты «Лоскутка» организовали цикл обучающих занятий, где в



ОТ ЗАМЫСЛА ДО ВОПЛОЩЕНИЯ

течение месяца учиться могли все желающие, но продолжать такое обучение было предложено самым инициативным, тем, кого лоскутное шитье действительно

Параллельно этому процессу, мастерицы клуба лоскутного шитья разработали проект костюмов в народном стиле с элементами лоскутного шитья для участия клуба в различных мероприятиях (выставках, презентациях, конкурсах, ярмарках) не только поселенческого уровня, но и районного и областного. И сшили такие костюмы.

Презентовали они свои первые работы 18 августа на «Городовом празднике», а в декабре украсили текстильными игрушками ручную работу елку.

«Благодаря проекту мы смогли принять в женский клуб «Лоскуток» дополнительных участников, которые хотели бы заниматься лоскутным шитьём, самореализоваться и получить дополнительный доход к пенсии. – пишет руководитель проекта Ольга Кордумова. Безусловно, после реализации проекта работа будет продолжена. - Будут проходить линейки персональных и коллективных выставок клуба «Лоскуток». Мастерицы смогут реализовать собственные изделия, уже на ставшей традиционной «Благовещенской ярмарке на Пинеге» 16 марта 2019 года. Мы планируем участвовать в областных и районных конкурсах проектов. Координировать эту деятельность будет руководитель клуба «Лоскуток» Денисова Елена Николаевна».

Мастерицы клуба получили диплом участника выставки «Мастер - года» в Архангельске - на областную выставку было представлено лоскутное одеяло 150x205 «Это русские просторы».

Проект «От замысла до воплощения»



ПЕЗСКИЕ ХОЗЯЮШКИ

Проект «Пёзские хозяйюшки» уникален для Мезенского района, поскольку разработан и реализован в рамках сотрудничества Совета молодежи Мезенского района и инициативной группы жителей села Бычьё.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Пезские хозяйюшки»

Исполнитель: Местная молодежная общественная организация «совет молодежи муниципального образования «Мезенский район»

Цель проекта: возрождение, сохранение и передача младшему поколению старинных ремесел и традиционной кухни силами жителей старшего возраста на территории села Бычьё Мезенского района.

Руководитель проекта: Петрова Наталья Рудольфовна, член Совета молодежи

Сумма гранта: 150 000 руб.

Продолжительность проекта: 7 месяцев

с. Бычьё, Архангельская область, Мезенский район

Краткая справка: В селе Бычьё Мезенского района на базе местного музея «Пезское подворье», созданного, руками местных жителей и на базе «Резиденции Комарушки» - еще одного туристического объекта, состоялась серия мастер-классов по народным ремеслам, играм, праздникам и традициям. Передавали свои знания пожилые жители села, перенимали – молодежь и подростки.

Пошла в печь каша

Члены Молодежного совета взяли на себя работу с необходимой документацией и работу с «младшим» поколением проекта, чтобы дать возможность своим «старшим коллегам» реализовать идею по развитию музея «Пезское подворье» и созданию постоянно работающих мастер-классов.

Стоит отметить, что сам музей, оборудованный силами местных энтузиастов и при поддержке конкурса «Активное поколение» (не только его, конечно, в итоге инициативная группа раскачала все село и привлекла дополнительные средства), очень популярен у детей и подростков, да и молодых местных жителей.

Он открыт, там все можно трогать, а на втором этаже музея, куда дети забегают по «взвозу» - широкой лестнице для лошадей и телег, висят качели. В музее постоянно есть смотрители, которые с удовольствием все покажут, расскажут и просто поболтают с юными гостями или захавшими «на огонек» туристами.

Поэтому, очень органичной оказалась идея, открыть на базе музея мастер-классы по народным ремеслам – ткачеству, вязанию северным узором, мезенской кухне. Занятия, которые не помещались в музее, проходили рядом – в «Резиденции Комарушки» (сама резиденция... тоже создана в рамках проекта по развитию села, но поддержку получила в другом конкурсе) и в помещении Дома культуры.

А чтобы молодежи было интересно работать «на результат», молодежный совет создал для них небольшой праздник.

Руководителем обучения стара Надежда Коршакова, пятидесяти лет. Занятия проводили жительницы Бычьё в



ПЕЗСКИЕ ХОЗЯЮШКИ



Только из печки

возрасте старше 50 лет. А ученицами стали юные жительницы села в возрасте до 35 лет.

Несмотря на свою простоту, проект оказался очень важным и значимым для села – подростки с удовольствием приходили на занятия и выступали вместе со старшими на фестивале, рассказывая о том, чему научились.

Поскольку для продолжения проекта достаточно того оборудования, которое закупили – ткацкие станки – самая большая статья расходов, то продолжать его участники проекта будут своими силами.

Впрочем, уже на этапе подачи заявки, команда проекта сообщила, что завершать его не собирается.



За станком

Проект «Пезские хозяйюшки»

ТЕКСТИЛЬНАЯ МАСТЕРСКАЯ «СЕВЕРНОЕ ТРЁХРЕЧЬЕ»

**3 апреля 2018 г. в г. Котласе состоялась презентация
брендбука «Северного трёхречья».**

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Текстильная мастерская «Северное трёхречье»

Исполнитель: Муниципальное учреждение культуры «Культурно-досуговый комплекс» муниципального образования «Котлас». Отдел по выставочной деятельности, традиционной народной культуре и туризму.

Цель проекта: создание условий для самозанятости старшего поколения, предоставление возможности дополнительного заработка через открытие на базе Центра народного творчества текстильной мастерской «Северное трёхречье» по производству сувенирной продукции

Сумма гранта: 145 062 рубля

Продолжительность проекта: 4 месяца

Руководитель: Горбунова Анна Александровна, зав. отделом по выставочной деятельности, традиционной народной культуре и туризму МУК «КДК» МО «Котлас»

г. Котлас (Архангельская область)

Краткая справка: В Котласе создали текстильную мастерскую, где мастерицы старшего возраста могут шить сувенирную продукцию для реализации через местный «Визит-центр», а также создавать собственные уникальные сувениры в рамках брендбука территории.

«Северное трёхречье» - это территория, которая объединяет реками шесть муниципальных образований «Котлас», «Коряжма», «Котласский муниципальный район», «Красноборский муниципальный район», «Вилегодский район» и «Ленский муниципальный район». Реки являются основным символом территории - вдоль них располагаются все населенные пункты и выстраиваются маршруты, в том числе и туристические.

В Котласе есть учреждения, которые занимаются развитием внутреннего туризма, приемом туристов из других регионов и экскурсионных групп соседних районов, но - на протяжении последних лет остро стоит проблема сувениров. Сувенирной продукции ручной работы, которая бы отражала специфику «Северного трёхречья», местного колорита и традиций - нет.

При Центре народного творчества и Визит-центре

МУК «КДК» МО «Котлас» появилась возможность открыть текстильную мастерскую «Северное трёхречье», которая и станет выпускать эти сувениры, - так решила команда проекта.

А объединит она мастериц и любителей кройки, шитья и других рукодельных ремесел.

Таки случилось.

Сначала - организовали и оборудовали помещение - швейная машинка, свет, оборудование и инструкции, куплены первые ткани и штампы для старта работы и обучения. Потом собрали группу, которая начала учиться или доучиваться. Учились шить косметичку, сумку-торбу, рюкзаки, изготавливать текстильные брошки и куклы. Крой и схемы участники разрабатывали сами, а потом показывали свои изделия, лучшие из которых становились прототипами для будущих сувениров.

Занимались серьезно - изучали традиционные росписи, ходили в музеи - посмотреть на изделия мастеров, зафиксировать для себя особенности местного колорита, линий, мотивов. И - меняли свое отношение и к «блеклому» северному колориту, и к мелочам - стежкам, которые становятся основой красоты изделия, и к простым линиям, и к сложным способам вписать в рисунок слова...

В Сольвычегодске, например, участником показали выставочные и даже фондовые экспонаты из текстиля: пестрядь, «браное ткачество»; познакомили с процессом обработки льна и заправки ткацкого стана, обратили внимание на цветовые сочетания в старинных образцах, крой изделий.

Участники проекта посетили занятие по истории традиционного женского костюма, где по договоренности с руководством музея были представлены уникальные фондовые экспонаты по истории костюма.

Итогом проекта стала выставка изделий, которая прошла в Центре народного творчества. Приглашенные эксперты

ТЕКСТИЛЬНАЯ МАСТЕРСКАЯ «СЕВЕРНОЕ ТРЁХРЕЧЬЕ»

высоко оценили дизайнерские работы: подбор материалов, цветовые гаммы, оригинальные выкройки, использование традиционных технологий. Все пришли к мнению, что такая продукция несомненно будет популярна среди гостей и горожан города.

Сувениры будут продаваться в сувенирной лавке Визит-центра, изготавливаться по организованным заказам для приема официальных делегаций и туристических групп.

По результатам проекта появилась линейка текстильной сувенирной продукции, а организаторы проекта «Текстильная мастерская «Северное трёхречье», вдохновленные идеями и заинтересованные в воплощении своих творческих планов поставили себе цель наладить выпуск сувенирной продукции из текстиля.

Текстильная мастерская «Северное трёхречье» будет продолжать свою работу на базе Центра народного творчества в оборудованной мастерской. Оставлено расписание занятий (2 раза в неделю) до конца апреля. Кроме этого запланированы творческие поездки в с. Ильинско-Подомское Вилегодский район (начало марта) для ознакомления с традициями и технологиями обработки льна.

Участники мастерской примут участие в региональной выставке декоративно-прикладного творчества в г. Великий Устюг (апрель), выставке современного декоративно-прикладного творчества «Душа Севера» в г. Котласе. Сувенирная продукция в линейке «Северное трёхречье» будет пред-

Проект «Текстильная мастерская «Северное трёхречье»



ТЕКСТИЛЬНАЯ МАСТЕРСКАЯ «СЕВЕРНОЕ ТРЁХРЕЧЬЕ»



ставлена на туристских межрегиональных выставках-форумах в г. Вологда и г. Москва.

Администрация МО «Котлас» намерена делать заказы по изготовлению продукции согласно представленного каталога для приема официальных делегаций. Туристические агентства по въездному внутреннему туризму заинтересовались представленной продукцией и рассматривают заявленные предложения от организаторов проекта.

«Проект собрал людей с золотыми руками. Золотое поколение, которое сумело положить начало удивительной и уникальной продукции нашего города, нашего Северного Трёхречья. – считает Татьяна Антонова, главный специалист Комитета по культуре, туризму и молодёжной политике администрации МО «Котлас». - Правильно подобранные цвета, материалы, которые отражают специфику нашей территории, наших традиций говорят о том, что участники и организаторы проекта – профессионалы – справились с поставленными задачами»

Проект «Текстильная мастерская «Северное трёхречье»

Я ЗДОРОВЬЕ БЕРЕГУ – САМ СЕБЕ Я ПОМОГУ

Деревня Мелегора – одна из самых активных деревень области. Жители деревни своими руками уже успели установить памятник труженикам тыла, детям войны и невинно репрессированным землякам, нашли денег на создание поименной стелы, починили по всей деревне мосточки, в общем – как только выдалась возможность получать поддержку своих проектов и закупать необходимый для этого минимум, жители тут же развернули бурную деятельность.

После того, как привели в порядок внешний вид Мелегоры, решили заняться теперь ее жителями.

Большой проблемой стало отсутствие на территории каких-либо спортивных сооружений. Когда на территории муниципального образования работала школа, то по проекту инициативной группы молодёжи в 2006 году была обустроена спортивная площадка – футбольное поле и волейбольное.

Там проходили и уроки физкультуры, и спортивные соревнования к праздникам, и просто молодёжь и школьники вечерами играли в футбол.

Но когда школа была реорганизована, а родители с детьми уехали, проводить занятия оказалось некому, да и большая часть года на севере не располагает к занятиям волейболом и футболом.

Но активные женщины Мелегоры сдаваться не стали – они ходили с самодельными палками для скандинавской ходьбы в соседнюю деревню, а пока ходили – присматривали обдумывали для себя возможность обустройства спортивного клуба.



КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Я здоровье берегу – сам себе я помогу»

Исполнитель: Инициативная группа ТОС «Мелегора» в партнерстве с Муниципальным бюджетным учреждением культуры «Мезенский районный Дом Культуры» (МБУК «Мезенский РДК»)

Руководитель: Щепихин Егор Ионович, руководитель инициативной группы

Цель проекта: Создание условий для активизации спортивной жизни населения.

Сумма гранта: 50 000 рублей

Продолжительность проекта: 5 месяцев

д. Мелегора, Архангельская обл., Мезенский р-н

Краткая справка: Силами активных жителей деревни отремонтирован спортзал, где теперь стоят тренажеры и проходят регулярные занятия спортом. Благодаря проекту объединили усилия 60 % местного населения, и вместе создали все необходимые условия, о которых уже много лет мелегорцы не переставали мечтать.

Я ЗДОРОВЬЕ БЕРЕГУ – САМ СЕБЕ Я ПОМОГУ

Проект «Я здоровье берегу – сам себе я помогу»

Все-таки, не все и не всегда могут пройти не самую короткую дорогу до соседней деревни, отзаниматься и вернуться обратно!

Комната для спортивного кружка нашлась быстро – отремонтировали помещение в местном клубе. Помогали с ремонтом «партнеры проекта» – все, кому хотелось обустроить спортивный кружок – активные жители, которые закупили или достали из своих запасов необходимые стройматериалы.

Простые и доступные тренажеры – велотренажер, эллиптический тренажер, стоппер и механическую дорожку для бега – установили там. Кроме того – закупили мячи для фитнеса и другой расходный инвентарь, который самостоятельно не изготовить. Доставку всего инвентаря обеспечила местная администрация.

За порядком в клубе следят сами активисты проекта, за составлением спортивных занятий – специалисты библиотеки, которые специально для этого перелопатили всю имеющуюся литературу.

«У нас уже много лет не было ни спортивной площадки, ни спортзала. Теперь мы сможем заниматься, будем чувствовать себя гораздо лучше. Планируем проводить много занятий и спортивных мероприятий, бесед о здоровом образе жизни», – обещают участницы проекта, и надеются, что вслед за активными женщинами подтянутся и мужчины.



ПСИХОНЕВРОЛОГИЧЕСКИЙ ИНТЕРНАТ – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ

Спорт важен в жизни каждого человека – как молодого поколения, так и старшего.

В Красавинском психоневрологическом интернате проходят реабилитацию 320 человек. В большинстве своем это люди пожилого и старческого возраста. Лишь малая их часть способна заниматься спортом. Подавляющему количеству постояльцев ПНИ лечебная физкультура необходима для поддержания здоровья и возвращения к активному образу жизни после перенесенных тяжелых заболеваний.

Проект «Территория здоровья» был призван активизировать подопечных пожилого возраста, создать условия для поддержания и укрепления их здоровья. С этой целью на территории интерната была оборудована спортивная зона с уличным тренажерным комплексом.

Занимаются здесь не только получатели социальных услуг, но и члены общественных организаций городского поселения Красавино – местного общества инвалидов и общества ветеранов. Занятия ведет инструктор по лечебной физкультуре. Стандартная тренировка включает в себя комплекс упражнений дыхательной и суставной гимнастик, упражнений на тренажерном комплексе, а также скандинавскую ходьбу.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Психоневрологический интернат – территория здоровья для пожилых»

Исполнитель: Автономное учреждение социального обслуживания Вологодской области «Красавинский психоневрологический интернат»
Цель проекта: внедрение современных оздоровительных технологий, направленных на пропаганду здорового образа жизни и физической активности среди граждан пожилого возраста, в условиях стационарного учреждения.

Руководитель: Невзорова Светлана Николаевна, заместитель директора по социальной работе
Сумма гранта: 150 000 руб.

Продолжительность проекта: 8 месяцев

д. Бухино, Вологодская обл., Великоустюгский р-н

Краткая справка: На территории учреждения обустроена площадка с тренажерным комплексом. Организация занятий на тренажерах позволяет пожилым людям в любое удобное для них время заниматься спортом в кругу единомышленников, поддержать и укрепить своё здоровье.



ПСИХОНЕВРОЛОГИЧЕСКИЙ ИНТЕРНАТ – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ

Проект «Психоневрологический интернат – территория здоровья для пожилых»

Благодаря спортивной площадке активный досуг подопечных ПНИ стал более разнообразным. Они нашли единомышленников, улучшили физические показатели здоровья, приобрели потребность в двигательной деятельности и ведении ЗОЖ.

За время реализации проекта его участники неоднократно были задействованы в спортивных соревнованиях и турнирах. Кульминацией проекта стал городской фестиваль финской ходьбы. Ярким массовым шествием прошли пожилые люди по улицам города. В общей сложности они преодолели дистанцию длиной в 2,8 километра, сделав 3500 шагов. Учитывая, что средний возраст участников проекта – 72 года, это существенное достижение. Но спортсмены не готовы на этом остановиться и просят сделать фестиваль традиционным.



УХОД В 3D

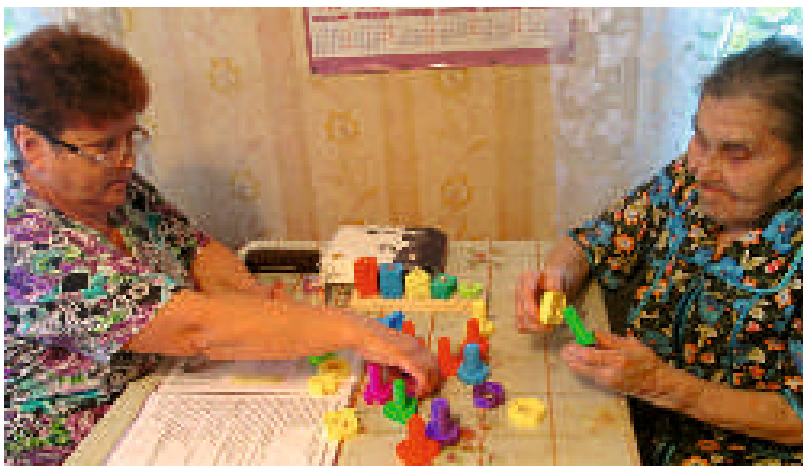
Длительное пребывание человека в ограниченном пространстве влечет за собой негативные последствия: гиподинамию и нарушение когнитивных функций. Будучи запертыми в четырех стенах, маломобильные пожилые люди постепенно теряют способность к самообслуживанию.

Специалисты Тотемского КЦСОН решили бороться с этой проблемой путем включения в процесс ухода адаптационно-оздоровительных мероприятий, направленных на развитие мелкой моторики пальцев рук и укрепления общего тонуса мышц тела подопечных в соответствии с медицинскими показаниями.

Методом анкетирования они выявили 25 человек, наиболее нуждающихся в восстановлении двигательных и когнитивных функций. Подбор занятий для них проходил при непосредственном участии терапевта районной больницы. Параллельно специалисты сформировали группу волонтеров из числа активных пенсионеров, желающих в качестве тьюторов проводить индивидуальные занятия со своими сверстниками. Закупили оборудование для надомного обслуживания пожилых: физиоаппараты «Алмаг-01» и «Невотон», конструкторы и когнитивные пазлы, бизиборд и набор монтессори, тренажеры и массажеры для развития моторики рук, физкультурное снаряжение и многое другое. Всё это послужило отличным подспорьем при проведении увлекательных мастер-классов для тьюторов и занятий с получателями услуг.

«На мастер-классах я получила необходимые знания по особенностям общения с пожилыми людьми и практические навыки использования дидактического и оздоровительного оборудования. Освоила упражнения физической и пальчиковой гимнастик, научилась самомассажу Су-джок. Благодаря этому я сама стала бодрее и жизнерадостнее, - делится своими достижениями волонтер Татьяна Николаевна Л. (67лет). - Посещая пожилых людей, я убедилась в важности и необходимости данной работы. Мои подопечные, общаясь в основном с близкими родственниками, с удовольствием встречали нового человека. Я беседовала с ними о пользе движений, знакомила с комплексом утренней гимнастики. Особым интересом пользовались игры на развитие мелкой моторики, тренировку памяти и внимания, что особенно актуально с возрастом».

Участие в проекте принесло пользу обеим сторонам. Наставники расширили свой кругозор и стали более компетентными в использовании физиоаппаратов, тренажеров и дидактических игр. Пожилые люди, нуждающиеся в уходе, стали более активными и самостоятельными. При проведении повторного опроса 80% респондентов отметили улучшение двигательных и когнитивных функций, а также общего эмоционального состояния.



КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Уход в 3D»

Исполнитель: Бюджетное учреждение социального обслуживания Вологодской области «Комплексный центр социального обслуживания населения Тотемского района»

Цель проекта: Внедрение инновации «Уход в 3D» - оздоровительных мероприятий с привлечением граждан пожилого возраста, имеющих возможность профессионально и добровольно оказывать посильную безвозмездную помощь.

Руководитель: Цикина Лариса Александровна

Сумма гранта: 136 350 руб.

Продолжительность проекта: 5 месяцев

г. Тотма, Вологодская область

Краткая справка: Отделение социального обслуживания на дому граждан пожилого возраста и инвалидов Тотемского КЦСОН внедряет новую услугу: к маломобильным пожилым людям, нуждающимся в уходе, на дом приходят тьюторы с необходимым оборудованием для проведения оздоровительных мероприятий. В качестве тьюторов-наставников задействованы пенсионеры, имеющие активную гражданскую позицию и профессиональный практический опыт работы по определенным методикам.

Тьютор и его подопечная

Проект «Уход в 3D»

ПОЧИТАЙ МНЕ

Одна из стратегических инициатив Октябрьского дома-интерната для престарелых и инвалидов - развитие и поддержка добровольчества и волонтерства в отношении граждан пожилого возраста. Учреждение активно сотрудничает с единственной в населенном пункте общеобразовательной школой. Традиционным стало проведение совместных ежегодных социально-значимых акций, благотворительных концертов и спортивных мероприятий. Проект «Почитай мне» стал новой ступенью в развитии их взаимодействия и преодолении социальной изоляции клиентов дома-интерната.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Почитай мне»

Исполнитель: АУ СО ВО «Октябрьский дом-интернат для престарелых и инвалидов»

Цель проекта: формирование навыков и способностей противостоять физическим и эмоциональным расстройствам у граждан пожилого возраста путем активизации волонтерского движения и популяризации чтения среди молодежи.

Руководитель: Кириллова Юлия Владимировна

Сумма гранта: 29997 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

с. Молочное, Вологодская область

Краткая справка: Школьники-волонтеры читают вслух художественную и духовную литературу пожилым людям – клиентам дома-интерната. В проекте принимали участие: женщины и мужчины пожилого возраста, волонтеры – учащиеся школы.

Юные добровольцы привлекаются к чтению книг пожилым людям, в том числе находящимся на постоянном постельном режиме. Они проводят занятия 3 раза в неделю. Учитывая состояние здоровья пожилых людей, а также их повышенную утомляемость, встреча длится в среднем 30-40 минут и проводится как в небольших группах, так и индивидуально.

Для чтения используются бумажные и электронные книги. Последние удобны тем, что в них можно разместить полноценную библиотеку и найти произведение на любой вкус. Варианты предлагают сами волонтеры либо заказывают слушатели. Как правило, большинство пенсионеров предпочитают православную и художественную литературу. Чаще всего выбор падает на «жизненные» истории, способные укрепить чувство самоуважения, желание бороться со старческими недугами и радоваться жизни.

После прочтения книг происходит совместный разбор содержания, совершается интеллектуальная и эмоциональная работа. Волонтеры и пожилые люди высказывают свое мнение и суждение, при этом каждый участник слушает другого внимательно. Благодаря таким занятиям, у ребят накапливается определенный опыт, который они могут реализовать на уроках в школе, а у пожилых людей появляется уверенность в себе, улучшается настроение.

Искусство слова способно порой вызывать положительный душевный переворот в человеке, а иногда даже простого дружеского слова и улыбки достаточно, чтобы придать мужества и сил.

По замыслу организаторов, проект призван помочь как пенсионерам, так и детям. Читая книги, юные волонтеры помогают пожилым людям воспринимать и анализировать информацию. При этом сами школьники привлечены к книжной культуре и отвлекаются от Интернета и гаджетов.

Совместное чтение способствует улучшению эмоциональ-

ПОЧИТАЙ МНЕ

ного и психологического здоровья возрастных получателей социальных услуг, их активизации и социализации. Так, ветераны Октябрьского дома-интерната приняли участие во всероссийских Беловских чтениях. А один из проживающих - Орлов Виктор Олегович - продемонстрировал свое умение в чтении и письме шрифтом Брайля на традиционном конкурсе чтецов «Волшебное шеститочие» в честь Международного дня слепых. За что был отмечен особой благодарностью.

Проект «Почитай мне»

*Волонтеры читают пенсионерам
вдохновляющую литературу*



СВЯЗЬ ПОКОЛЕНИЙ

В Вологодской области в стационарных учреждениях для граждан пожилого возраста проживает более 430 человек. Главной проблемой проживающих является отсутствие полноценной связи с внешним миром, со сторонними людьми. Общение – одна из базовых потребностей человека, а в период поздней взрослости оно приобретает особую значимость. Отсутствие возможности передать свой жизненный опыт и семейные традиции молодому поколению, сделать еще что-то важное и значимое в этой жизни действует угнетающе.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Связь поколений»

Исполнитель: Автономная некоммерческая организация помощи пожилым людям и инвалидам по Вологодской области «Старость в радость» (Вологодская область, г. Череповец)

Цель проекта: Организация встреч пожилых людей, проживающих в четырёх стационарных учреждениях социального обслуживания для престарелых и инвалидов Вологодской области с молодыми волонтерами для общения и записи их воспоминаний о жизни, семейных и культурных традициях и устоях. Формирование сборника воспоминаний.

Руководитель: Заузолкова Анна Николаевна

Сумма гранта: 135 000 рублей

Продолжительность проекта: 6 месяцев

г. Череповец, Вологодская область

Краткая справка: Группа волонтеров посещает четыре стационарных учреждения социального обслуживания для престарелых и инвалидов Вологодской области. Там они организуют досуговые мероприятия и записывают воспоминания пожилых людей о жизни, семейных и культурных традициях, устоях. На основе интервью издается сборник воспоминаний.

Волонтеры АНО «Старость в радость» регулярно выезжают в дома престарелых. Каждый их визит – праздник для постояльцев. Ребята проводят концерты, дарят подарки, общаются с бабушками и дедушками лично. Пожилые клиенты учреждений знают каждого волонтера в лицо, при встрече поверяют им свои радости и невзгоды. Проект «Связь поколений» стал очередной вехой развития их отношений, данью уважения к прожившим долгую жизнь.

Первая поездка была приурочена ко Дню пожилого человека. Волонтеры посетили четыре дома престарелых, где устроили праздники и провели серию интервью с проживающими. Активное участие в поездках принимала не только молодежная команда, но и творческий коллектив "Дома для ветеранов" г. Череповца. Одинокие пожилые люди, создавшие свой ансамбль, устроили концерты для постояльцев интернатов и помогли их опросить.

Стоит заметить, что разговорить пожилых людей на личные темы неподготовленным интервьюерам оказалось не совсем просто: чтобы получить содержательные ответы, нужно задавать правильные вопросы. Одно дело – общаться на нейтральные темы, но совсем другое – раздобыть информацию, имеющую глубинную ценность. К тому же далеко не все постояльцы оказались готовы к конструктивной беседе. Что-то вспоминать было и вовсе больно: потерю близких, войну... В результате удалось собрать не так много историй и не так полно, как планировалось. Тем не менее, в каждом доме-интернате 5-6 респондентов поделились воспоминаниями о жизни, опыте, культурных и семейных традициях.

Волонтерам особо запомнилась беседа с Леонидом и Антониной Иконниковыми, которые недавно отпраздновали 62 года совместной жизни. Их рассказ получил название «Долгая дорога любви».

На основе самых интересных историй волонтеры издали красочный сборник воспоминаний. Большая часть тиража была раздарена бабушкам и дедушкам и стала ярким подарком

СВЯЗЬ ПОКОЛЕНИЙ

для домов престарелых. Другая часть - передана в образовательные и культурные учреждения районов для организации культурно-воспитательной работы с детьми и молодёжью. Оставшиеся книги используются волонтерами АНО «Старость в радость» в качестве раздаточного материала при проведении уроков доброты в школах. Если раньше они просто рассказывали и показывали детям фотографии и презентации, то теперь могут дать в руки красочную фотокнигу и даже оставить ее классу на память.

Проект оказался полезен и пожилым людям, и волонтерам, и учреждениям соцзащиты. Волонтеры смогли раскрыть свой творческий потенциал и попробовать себя в новом амплуа – интервьюера, а не артиста. Пожилые получили признание и подтверждение того, что они нужны. Администрации домов-интернатов рады получить жизнеописания своих подопечных для архива. К слову сказать, заведующая одного из домов для престарелых лично записала несколько историй для сборника.

Проект повлиял на рост интереса людей к деятельности АНО «Старость в радость» и стимулировал приток новых волонтеров. Студенты-журналисты, которые не смогли принять участие в поездках в этот раз, станут участниками следующих выездов, которые обязательно будут организованы в недалеком будущем.

Проект «Связь поколений»

Презентация сборника "Связь поколений"



МОНТЕССОРИ-КЛУБ

Образовательная система Монтессори широко применяется в учреждениях дошкольного образования. Однако ошибочно считать, что она предназначена только для детей. Этот метод также применим в практиках интеллектуальной адаптации людей, страдающих посттравматической потерей памяти, деменцией, или при возрастных изменениях организма.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Монтессори-клуб»

Исполнитель: Бюджетное учреждение социального обслуживания Вологодской области «Областной дом для одиноких престарелых (Дом ветеранов)» (Вологодская область, г. Вологда)

Цель проекта: сохранение и поддержание оптимального уровня физического, психического и эмоционального состояния, а также восстановление функциональных возможностей организма пожилых людей через использование занятий по системе Монтессори для пожилых.

Руководитель: Петрова Светлана Михайловна

Сумма гранта: 122 000 рублей

Продолжительность проекта: 6 месяцев

г. Вологда, Вологодская область

Краткая справка: На базе Дома ветеранов создается специальная развивающая среда для поддержания и восстановления навыков, необходимых пожилым людям в повседневной жизни, через организацию работы Монтессори-клуба. Работа с Монтессори-материалами помогает им восстановить познавательные навыки, улучшить память, внимание, стимулировать ум, создает ситуацию успеха, тем самым сохраняя чувство собственного достоинства и ощущения полноценной жизни. В проекте принимали участие: граждане пожилого возраста (мужчины и женщины) таких категорий как инвалиды, ветераны ВОВ, ветераны труда, «дети войны», проживающие в Доме ветеранов (с. Молочное).

Работа с многофункциональным тренажером «ДОМ», созданным специалистами учреждения

Специалисты Дома ветеранов создали для своих подопечных специальную развивающую среду, используя Монтессори-материалы, которые тренируют координацию и последовательность движений, мелкую моторику и ловкость рук, концентрацию внимания, развивают логическое мышление, внимание и память.

Дважды в неделю ветераны с интересом работали с различными бусинами и шнуровками, сенсорными мешочками, многофункциональным тренажером «ДОМ». Они осваивали различные упражнения на развитие мелкой мускулатуры пальцев рук, упражнения на классификацию, игровые задания на логическое мышление. В завершение каждого занятия пожилые люди с удовольствием принимали участие в совместных играх.

В начале и конце курса проводилась диагностика для определения достигнутого эффекта. В итоге 48,4 % участников улучшили свои собственные результаты, 45,2 % сохранили высокий уровень, выполнив все задания, и 6,4% ветеранов продемонстрировали средние показатели. Тогда как при первичной диагностике более половины участников выполнили задания лишь частично либо вовсе не справились.

О своем опыте участия в проекте рассказывает Людмила Сергеевна (70 лет): «Монтессори – очень увлекательное и полезное занятие. Вроде бы простые задания, но развивают память, зрение, пальцы рук, речь. Я буду продолжать выполнять эти упражнения. Спасибо специалистам учреждения, что разбудили в нас интерес к самим себе, к своим способностям и умениям. Они донесли важную мысль: если упорно работать и практиковаться, то можно достичь желанных результатов. Участие в проекте поменяло наш образ жизни. Лично я стала больше общаться, стремлюсь вести активный и здоровый образ жизни, тем самым делаю шаги к активному долголетию.»



ПОКОЛЕНИЯ В КОНТАКТЕ

Представители мудрого возраста обладают значительным человеческим потенциалом и житейским опытом, тогда как подрастающее поколение еще только познает жизнь. Те и другие зачастую бывают оторваны от реальности в силу социальной изоляции. Особенно это касается детей, которые воспитываются не в семье, а в специальных учреждениях.

Содействовать социальной адаптации детей-сирот и людей пожилого возраста решили авторы проекта через организацию взаимодействия между поколениями, развитие института наставничества. Такая работа для них не нова, ведь ведется она с 2013 года.

Проект «Поколения в контакте» стал преемником лингвистического проекта «На одной волне», поддержанного в рамках конкурса «Активное поколение» годом ранее, и продолжает серию объединяющих встреч, на которых представители старшего поколения и молодежь учатся общаться на одном языке.

В реализации проекта удачно соединились креативная энергия молодежной инициативной группы и наработанный опыт городских ветеранских организаций. Пожилым людям, воспитавшим собственных детей и внуков, любое общение с юными вологжанами всегда в радость. Оставшимся без попечения родителей ребятам такие контакты вдвойне полезны: наиболее пытливым есть чему поучиться, эмоционально ранимым - почувствовать поддержку мудрого взрослого друга.

Для представителей поколений проводятся различные совместные мероприятия, в рамках которых каждая ветеранская организация города ведет шефство над одним из четырех Центров помощи детям. Это самые разные формы взаимодействия: совместный просмотр и обсуждение фильмов, мероприятия по благоустройству городской среды, фотопрогулки, пикник, бал поколений и новогодний праздник.

- Они такие усердные в помощи старшим: бегом носят землю, выравнивают клумбы, поливают рассаду - им нравится работать вместе и дружно, - говорит бывший директор детского сада Альбина Чуприкова (66 лет), участвовавшая в декоративном оформлении территории подшефного детского дома. - Думаю, они не забудут навыки этой полезной работы и не раз полюбуются на плоды своих трудов, когда посаженные ими росточки превратятся в пышные цветочные кусты. А те, у кого нет собственных бабушек и дедушек, понаблюдадут за своими шефами и, может быть, унесут во взрослую жизнь что-то ценное из нашего с ними общения и наших умений. Нам не всегда сразу, но обязательно удастся растопить их недоверчи-

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Поколения в контакте»

Исполнитель: Инициативная группа проекта «На одной волне» в партнерстве с ГОУ «Лига молодежи» города Вологды и Молодежным центром «Гор.com35»

Цель проекта: Создание условий для развития института наставничества, социализации и адаптации воспитанников через взаимодействие между представителями разных поколений, создание среды для развития творческих способностей участников проекта, укрепления связи поколений через совместную деятельность ветеранов и детей в различных сферах.

Руководитель: Другашкова Юлия Сергеевна

Сумма гранта: 25 000 руб.

Продолжительность проекта: 5 месяцев

г. Вологда, Вологодская область

Краткая справка: Проводится серия совместных культурных, спортивных, интеллектуальных, развлекательных и образовательных мероприятий для ветеранов и детей-сирот. Дети получают навыки самостоятельной жизни, а ветераны - бесценный опыт общения с детьми и друг с другом. В проекте принимали участие люди пожилого возраста, ветераны, воспитанники детских домов.

ПОКОЛЕНИЯ В КОНТАКТЕ

Проект «Поколения в контакте»

вость к «людям со стороны»...

Шефские заботы ветеранов венчали спортивные праздники, где дети и взрослые соревновались в меткости, силе, ловкости. И если в азарте бега пожилому человеку становились помехой каблуки, туфли отставлялись в сторону, и кросс продолжался босиком. Дети были в восторге от такой непринужденности старших друзей.

"Контакт" между поколениями установлен: представители старшего и молодого возраста рады встречам, общаются на личном уровне, интересуются жизнью друг друга и готовы к дальнейшему взаимодействию.

Фотопрогулка по
достопримечательностям города



БАТРАНСКИЙ ЛЁН

Батран – единственное место в Череповецком районе, где выращивается лён. Но льняная промышленность не спасает деревню от негативных процессов, опустошающих российские сёла. Два года назад группой активистов был задуман фестиваль «Батранский лён», который стал ярким событием в жизни деревни и Череповецкого района, а также серьёзной заявкой на брендинг территории. Члены инициативной группы решили развить эту инициативу, поскольку успешный бренд играет важную роль в развитии экономики, культуры и туристической инфраструктуры, может повысить уровень привлекательности данной территории для гостей и местных жителей.

Ветераны и школьники, начавшие взаимодействие с проекта «В этой деревне огни не погашены» (грант Фонда Тимченко в 2017 году) восстановили традиционный способ выращивания и переработки льна от семечка до волокна. Они засеяли участок земли у школы семенами льна. Далее по технологии провели тербление, обмолот и расстил льна, подъем тресты в «бабки» для просушки.

Урожай выдался небольшой, но вполне достаточный для того, чтобы участники проекта смогли продолжить эксперимент. Они провели мятку льнотресты, трепание и очёс льноволокна. Мяли лён все – и пенсионеры и школьники. Процесс оказался достаточно трудным: за вечер измляли только один сноп. Поэтому решили для получения большего количества сувениров вычесать волокно, предоставленное льнозаводом.

Из чесаного льна участники проекта изготовили сувениры: куколку-батраночку и батранскую льнушку. Организаторы не смогли отказать детям в их просьбах забрать сделанные ими изделия домой, и для фестиваля пришлось делать новые куколки.

В августе состоялся традиционный фестиваль «Батранский лён», собравший около 400 гостей. Задача ветеранов и школьников заключалась в организации начала праздника: собрать общий хоровод и исполнить народную песню, сопровождаемую показом всех этапов выращивания и обработки льна. Ветераны были задействованы и в концертной программе, и в продаже сувениров и лотерейных билетов, и в проведении мастер-класса по изготовлению куклы-льнушки. Большой интерес гостей фестиваля вызвала выставка «Семь чудес Батранского края», подготовленная участниками проекта.

Чтобы развить бренд «Батранский лён», инициативная группа провела несколько конкурсов, участники которых предлагали свои варианты эмблемы фестиваля, герба и гимна деревни Батран.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Батранский лён»

Исполнитель: Инициативная группа проекта «На одной волне» в партнерстве с ГОО «Лига молодежи» города Вологды и Молодежным центром «Гор.com35»

Цель проекта: Создание условий для развития института наставничества, социализации и адаптации воспитанников через взаимодействие между представителями разных поколений, создание среды для развития творческих способностей участников проекта, укрепления связи поколений через совместную деятельность ветеранов и детей в различных сферах.

Руководитель: Другашкова Юлия Сергеевна

Сумма гранта: 25 000 руб.

Продолжительность проекта: 5 месяцев

г. Вологда, Вологодская область

Краткая справка: Проводится серия совместных культурных, спортивных, интеллектуальных, развлекательных и образовательных мероприятий для ветеранов и детей-сирот. Дети получают навыки самостоятельной жизни, а ветераны – бесценный опыт общения с детьми и друг с другом. В проекте принимали участие люди пожилого возраста, ветераны, воспитанники детских домов.

БАТРАНСКИЙ ЛЁН

Проект «Батранский лён»

Совместная работа стала потребностью для ветеранов и детей, которые придумывают новые дела и проводят оригинальные мероприятия. Оба проекта ветеранской организации, ставшие победителями конкурса «Активное поколение», всколыхнули жизнь д. Батран. Колхоз начал активную работу по привлечению людей в деревню, отремонтировал линию длинного волокна, что привело к увеличению спроса на продукцию льноцеха. Слух о батранском льне идёт по стране, появляются новые партнёры. Действительно, лён становится брендом территории.

Обработка выращенного льна: работа на мялке



ДЕРЕВЕНЬКА МАСТЕРОВ

Лидер инициативной группы, будучи старостой деревни Юрьеvec, часто сталкивалась с проблемой закрытости и пассивности местных жителей: «Все живут обособленно, из совместных мероприятий - только деревенский сход раз в 2 года, да и на него приходит от силы человек десять».

Как-то раз, прогуливаясь по деревне, она заметила оригинальные деревянные кресла из дерева в одном из дворов. Поинтересовавшись у односельчан, староста выяснила, что это дело рук местного пенсионера. Так родилась идея украсить деревню авторскими изделиями из дерева, сплотившая вокруг себя местных жителей.

В 2017 году инициативная группа выиграла грант Фонда Тимченко на изготовление декоративной мельницы, которая стала символом и достопримечательностью деревни. Поляна, на которой установлен арт-объект, - центральным местом прогулок, встреч и фотосессий. Успешный опыт подтолкнул активистов к написанию нового проекта. И вот уже рядом с мельницей на поляне появились деревянные Маяк и Телега.

Изготовление арт-объекта превратилось в полезное образовательное мероприятие. Искусный столяр провел для местных мальчишек мастер-класс по столярному искусству: познакомил с инструментами и показал их в действии, научил строгать и отпиливать доски, обрабатывать пропиткой и красить готовое изделие. Дети и подростки своими руками нанесли основной тон и страшно гордились оказанным доверием со стороны взрослых. Такое взаимодействие поколений - тоже заслуга проекта.

Готовую четырехметровую мельницу установили общими усилиями: транспортировали её, нанесли декор, обкосили поляну и сколотили шестиметровый стол. Еще один деревенский мастер изготовил для места сбора деревянный диван из массива. Совместный труд односельчан перешел в совместный праздник: второй год подряд местные жители всех возрастов собираются ко Дню пожилого человека на поляне за самоваром.

Жители Юрьеvца любят и ценят арт-объекты «Деревеньки мастеров». Пронесшийся ураганный ветер повалил было трехметровую мельницу, но односельчане подняли ее всем миром и укрепили специальными штырями. Мужчины построили вместительный стол для проведения праздников в этом месте.

Гостей деревни обязательно приводят на поляну посмотреть и сфотографироваться. Вечерами здесь собираются ребята половить карася в пруду, а старшее поколение - пооб-

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Деревенька мастеров»

Исполнитель: инициативная группа деревни Юрьеvec

Цель проекта: Привлечение пожилых мужчин к общественной деятельности в деревне.

Сумма гранта: 24427 рублей

Руководитель: Кочина Любовь Сергеевна

Продолжительность проекта: 4 месяца

д. Юрьеvec, Вологодская область, Череповецкий район,

Краткая справка: Активисты создали на центральной поляне деревни Юрьеvec общественное пространство под названием «Деревенька мастеров». Арт-объекты, украшающие лобное место, изготавливают местные мужчины пожилого возраста. Попутно они проводят мастер-классы, передавая свои навыки младшему поколению.

В проекте принимают участие: жители деревни Юрьеvec, в т.ч. пенсионеры и молодые семьи с детьми.

ДЕРЕВЕНЬКА МАСТЕРОВ



Арт-объекты - гордость деревни

щаться о делах насущных. Рядом оборудована детская площадка, средства на которую жители деревни получили при участии в конкурсе «Народный бюджет».

«Будущее деревни – в наших руках», - уверены жители «Деревеньки мастеров».

КЛУБ АКТИВНОГО ПЕНСИОНЕРА

Тотальная проблема современного общества – прогрессирующая разобщенность, разрыв социальных связей.

Для России, истари жившей в общинной ментальности, подобные процессы просто разрушительны. Людям не хватает группового взаимодействия-взаимосодействия. На фоне такого «публичного одиночества» особенно уязвимыми стали дети и пенсионеры. Противодействовать негативной социальной динамике можно в первую очередь объединением инициативных людей.

Для установления взаимодействия между жителями одного ТОС члены инициативной группы создали Клуб активного пенсионера. Основная работа Клуба заключалась в регулярном проведении просветительских семинаров и встреч с интересными людьми. Пенсионеры с увлечением слушали информацию на темы сохранения здоровья и ведения здорового образа жизни, профилактики мошенничества и возможностей современных технологий. Для закрепления полученных знаний каждый раз им выдавались специально разработанные информационные буклеты.

Участники Клуба активного пенсионера помимо аудиторных занятий посетили торжественный концерт и фотосессию ко Дню пожилого человека. Помогли местной школе провести субботник. Вместе со своими внуками съездили на экскурсию в музей «Зеленая планета» и приняли участие в массовых мероприятиях для всей семьи – «Зимние забавы» и «Детский спортивный праздник».

Инициатива нашла много неравнодушных партнеров и спонсоров. В качестве ведущих семинаров выступили представители Городской думы и Администрации г. Череповца, УВД, Пенсионного фонда, поликлиники, другие эксперты различных сфер и люди с героическим прошлым. Культурно-массовые мероприятия помогли провести местная общеобразовательная и городская музыкальная школы. Чаепития спонсировал череповецкий хлебокомбинат.

Клуб активного пенсионера стал пользоваться большой популярностью. Если поначалу люди с недоверием отнеслись к проекту, то с каждым новым мероприятием интерес к нему рос благодаря сарафанному радио. Так, в заявке планировалось, что членами клуба станут 50-100 человек, но в реальности это число достигло 250.

Организаторам проекта успешно удалось начать процесс сплочения людей пожилого и молодого возраста, проживающих на территории ТОС «Возможность». Участники искренне рады совместной деятельности. Пенсионеры стали общаться друг с другом, проводить совместные встречи, праздники, досуг. Школьники, встречая членов Клуба, узнают их, здороваются и помогают донести сумки до дома.

По окончании проекта город решил выделить отдельное помещение для ТОСа и Клуба. Поэтому организаторы заверяют, что работа будет продолжена.



КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Клуб активного пенсионера»

Исполнитель: АНО «Центр реализации социальных программ «Возможность»

Цель проекта: Создание постоянно действующего Клуба активных пенсионеров на территории ТОС «Возможность» с последующим тиражированием на другие городские территории.

Руководитель: Григорьев Артем Александрович

Сумма гранта: 25 000 рублей

Продолжительность проекта: 8 месяцев

г. Череповец, Вологодская область

Краткая справка: Пожилые люди с активной жизненной позицией, проживающие на территории ТОС, посещают просветительские лекции от специалистов здравоохранения, социальной сферы, правоохранительных органов и т.п., участвуют в специальных мероприятиях совместно с местной школой.

В проекте принимали участие: люди пенсионного возраста, дошкольники и подростки.

Фотосессия после семинара

Проект «Клуб активного пенсионера»

УЧИМСЯ ЖИТЬ В БЕЗОПАСНОСТИ!

В настоящее время проблемы, связанные с угрозой пожара, взрывов бытового газа и другими чрезвычайными ситуациями, а также вопросы, связанные с личной безопасностью, очень актуальны. Именно люди пожилого возраста и инвалиды чаще всего становятся жертвами несчастных случаев в быту, а также жертвами действий преступников, цинично пользующихся их доверчивостью. Для оказания информационной помощи таким людям, предупреждения и разъяснения, защиты направлен социальный проект Шекснинского КЦСОН «Учимся жить в безопасности».

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Учимся жить в безопасности!»

Исполнитель: Бюджетное учреждение социального обслуживания Вологодской области «Комплексный центр социального обслуживания населения Шекснинского района» (Вологодская область, Шекснинский район,).

Цель проекта: Повышение уровня безопасности повседневной жизни лиц пожилого возраста и инвалидов и обеспечение гарантий прав граждан на получение полной и достоверной информации.

Руководитель: Иванова Ирина Валерьевна

Сумма гранта: 103 000 рублей.

Продолжительность проекта: 7 месяцев

п. Шексна, Вологодская область, Шекснинский район

Краткая справка: В рамках проекта была проведена серия лекций и событий, чтобы актуализировать знания о безопасности жизнедеятельности у людей старшего возраста, поскольку они часто склонны пренебрегать своей безопасностью в быту. Кроме того, часть занятий была посвящена вопросам мошенничества.

Специалисты Центра давно ведут просветительскую работу: на базе отделения срочного социального обслуживания работает «мобильная бригада», одной из задач которой является обучение представителей социально уязвимых групп населения безопасности на дому. На полученные средства грантовой поддержки они приобрели ноутбук, экран и мультимедийный проектор. Это оборудование позволило сделать информационный материал более наглядным и доступным для восприятия.

Проект включает в себя основные вопросы, связанные с жизнедеятельностью каждого человека в условиях современного общества. Серия занятий с гражданами пожилого возраста проходила в форме лекций, бесед, дискуссий и видеоуроков. Тем для просвещения много: пожарная безопасность, электробезопасность в быту, терроризм, мошенничество, юридическая и информационная безопасность, пищевая и психологическая безопасность. Каждый участник мероприятий получил разработанную специальную памятку с алгоритмом поведения в чрезвычайных ситуациях.

Занятия проводились на местах. Специалисты КЦСОН выезжали в отдаленные населенные пункты Шекснинского района. Встречи с населением проводились три раза в месяц на базе библиотек и администраций сельских поселений Чуровское, Железнодорожное, Сиземское, Угольское. В рамках межведомственного взаимодействия в реализации проекта приняли участие специалисты Шекснинской центральной районной больницы, местного филиала Центра социальных выплат, Управления Пенсионного фонда, пожарной части, отдела МВД, волонтеры.

Активная социально-просветительская работа привела к росту активности целевой группы во всех областях частной и общественной жизни, к минимизации бытовых травм и несчастных случаев, предотвращению преступлений, связанных с доверчивостью и беззащитностью пожилых граждан. Участники проекта отметили, что проведение занятий по основам безопасности жизнедеятельности оказали положительное влияние на их поведение в повседневной жизни. Как говорится, «предупрежден – значит, вооружен!».

Проект «Учимся жить в безопасности!»

ЗОЛОТОЕ БЁРДЫШКО

60% жителей села Воскресенское - люди пенсионного возраста. В связи с оптимизацией учреждений, на территории возникла проблема с занятостью населения. Найти работу или просто организовать свой досуг пенсионерам очень сложно. Все чаще в местный Центр традиционной народной культуры стали поступать просьбы от женщин категории 50+ обучить их ремесленным традициям своего края.

Сказано – сделано! Сотрудники центра выиграли грант Фонда Тимченко на создание ткацкой мастерской «Золотое бёрдышко».

Бёрдо или бёрдышко – это приспособление для ручного ткачества в виде частого гребня. А золотым оно стало потому, что мы в мастерской занимаются люди «золотого» возраста. Здесь они осваивают одно из самых древних ремесел Русского Севера и просто приятно проводят время в кругу друзей.

Ткацкие станки (кросны) и бёрда для мастерской изготовил местный умелец – мужчина-инвалид в возрасте, который на заработанные деньги смог купить себе качественные протезы.

Вела занятия мастер по ткачеству, методист ЦТНК. Два раза в неделю по 2 часа она учила женщин ткать половики, пояса и другие изделия различного уровня сложности. На уроках участницы ткали каждая свое изделие, подбирали материалы, придумывали свои орнаменты. Те, кто оказался более "продвинутыми" на волонтерской основе помогали новичкам.

Постепенно в участницах проснулся соревновательный дух. Они стали негласно состязаться между собой, кто сколько успел. Одни брали работу домой, чтобы заранее подготовиться к занятию, чтобы там уже не тратить время на какие-то элементарные действия (нарезать полоски ткани привлекали и мужей, и внуков). Другие стали задерживаются после занятий, чтобы успеть больше сделать. Некоторые даже вели разговоры о том, чтобы приобрести станок домой.

Работа мастерской не ограничилась одними лишь учебными занятиями. Мастерицы ездили на экскурсии в музей Череповца, Кириллова и Белозерска, чтобы ознакомиться с экспозициями, посвященными ткачеству. Участвовали в творческих встречах, конкурсах, выставках и фестивалях.

Кроме того, на базе ткацкой мастерской «Золотое бёрдышко» даже образовалось подобие общественно-политической приемной. Во время занятий обычно шло бурное обсуждение проблем села, а поскольку руководитель проекта по совместительству является местным депутатом, то участницы проекта зачастую обращались к ней с вопросами и предложениями. Таким путем информация от местных жителей доводилась до сельсовета и даже до администрации района. В результате несколько проблем были успешно разрешены.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Золотое бёрдышко»

Исполнитель: Муниципальное учреждение культуры Череповецкого муниципального района «Межпоселенческий центр традиционной народной культуры»

Цель проекта: Организация досуга граждан пожилого возраста села Воскресенское посредством создания ткацкой мастерской «Золотое бёрдышко» на базе МУК ЧМР «Межпоселенческий центр традиционной народной культуры».

Руководитель: Здрогова Мария Николаевна

Сумма гранта: 105 118 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

с. Воскресенское, Вологодская область, Череповецкий район

Краткая справка: На базе Межпоселенческого центра традиционной народной культуры создана мастерская «Золотое бёрдышко» - женский клуб по интересам, где мастер обучает участниц ткачеству и вязанию крючком. Изготовленные изделия женщины дарят близким и готовят на продажу. В проекте принимали участие: женщины пожилого возраста и пожилой мужчина-инвалид.

ЗОЛОТОЕ БЁРДЫШКО

Проект «Золотое бёрдышко»

За время проекта мастерицы изготовили 50 метров половиков, 14 метров тканых закладных поясов и 13 штук тканых поясов на берде. Из работы были представлены на специальной выставке-ярмарке, организованной МЦТНК.

Занятия ткачеством позволили ученицам мастерской снова оказаться в социуме, почувствовать себя нужными, дали возможность раскрыть свой творческий потенциал. Они отмечают у себя улучшение настроения, памяти, мелкой моторики. На перспективу в освоенном виде творчества они видят источник дополнительного дохода.

Благодаря проекту в Центр традиционной народной культуры приходят заниматься не только дети и подростки, но и люди пожилого возраста, увеличилось число формирований и общее количество их участников. Возросло количество культурно - досуговых и информационно-просветительских мероприятий. Создана не только мастерская, а ещё и клуб по интересам, где проходят тематические вечера отдыха, логические игры, дружеские беседы, паломнические и творческие выезды.

Бёрдо не простое, а золотое



ЗАРЯДКА ДЛЯ МОЗГА НА 50 С ПЛЮСОМ

Ментальная арифметика - популярная программа интеллектуального развития детей дошкольного и школьного возраста. В азиатских странах, откуда он пришла, не только дети, но и люди пожилого возраста тренируются счету на абакусе (основной инструмент в ментальной арифметике). Делают они это для сохранения ясности ума и профилактики болезни Альцгеймера. Вологодские преподаватели ментальной арифметики решили перенять этот опыт, но сложность возникла в силу того, что в городе, как и в целом в стране, не практикуются интеллектуальные занятия в старшем возрасте, нет осведомленности людей о пользе таких тренировок.

Тем не менее, в феврале 2018 года энтузиасты начали обучение первой группы пенсионеров (8 человек). Пилотная группа показала очень хорошие результаты. Уровень концентрации внимания повысился в сравнении с изначальным на 30%, уровень мелкой моторики стал гораздо выше. Финальное тестирование студенты 50+ прошли на самые высокие баллы. Их память улучшилась, они стали меньше забывать бытовых вещей, номера телефонов, имена, список продуктов. И, что очень важно, все участники преодолели свои страхи по поводу сложности освоения ментальной арифметики, поверили в свои силы, у них появились новые увлечения, расширилось мировоззрение. «Теперь всё могу!», - говорили студенты педагогу после экзамена.

Благодаря гранту Фонда Тимченко преподаватели смогли запустить ещё несколько групп обучения. Их результаты оказались так же высоки, как и результаты пилотной группы. Это говорит о репрезентативности результатов и возможности масштабировать опыт в рамках региона и страны.

Особая гордость проекта - студентка 50+ Татьяна Илатовская. Татьяна Юрьевна всю жизнь работала с финансами и документацией, а выйдя на пенсию, стала вести занятия дыхательной гимнастикой в Союзе пенсионеров. В этом кроется её нереализованная мечта – обучать: в детстве она очень хотела стать учителем.

Татьяна Юрьевна пришла на курсы ментальной арифметикой, чтобы тренировать мозг, как она тренирует тело с помощью гимнастики. Сначала было сложно, непонятно, невозможно было сосредоточиться и с легкостью передвигать косточки на абакусе. Прошло какое-то время, и постоянные тренировки в совокупности с большим желанием сделали своё дело - Татьяна Илатовская стала одной из самых сильных студенток группы. Она даже спокойно стала решать примеры, параллельно занимаясь другим делом - чтением наизусть

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Зарядка для мозга на 50 с плюсом»

Исполнитель: Инициативная группа Центра дополнительного образования «Школа Успешных»

Цель проекта: повысить информированность среди людей старше 50 лет о важности интеллектуальных тренировок в зрелом возрасте и привлечь данную аудиторию к занятиям ментальной арифметикой.

Руководитель: Сомова Наталья Сергеевна

Сумма гранта: 18750 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

Г. Вологда, Вологодская область

Краткая справка: Частный развивающий центр в Вологде бесплатно обучает пенсионеров ментальной арифметике. Студенты 50+ решают сложные математические примеры на абакусе и в тетрадах, чтобы сохранить память и ясность ума в пожилом возрасте. В проекте принимали участие: женщины пожилого возраста и педагогические волонтеры.

ЗАРЯДКА ДЛЯ МОЗГА НА 50 С ПЛЮСОМ

Проект «Зарядка для мозга на 50 с плюсом»

стихов или пением. Студенты-дети не все так умеют делать, а Татьяна Юрьевна в своем прекрасном золотом возрасте смогла.

На экзамене она показала лучший результат - 100 баллов из 100. Теперь она обучает новую группу в качестве педагога: 10 студентов 50+ приходят к ней каждую пятницу на занятия в Союз Пенсионеров.

Татьяна Юрьевна своим примером показывает, что человек в любом возрасте может освоить любое знание, получить новую профессию, расширить кругозор и мировоззрение. Все наши ограничения лишь в нашей голове - эта смысловая часть проекта "Зарядка для мозга на 50 с плюсом" не менее важна, чем полезность самих интеллектуальных тренировок.

Татьяна Илатовская и ее абакус



АКТИВНОЕ ПОКОЛЕНИЕ В АКТИВНОМ ДВИЖЕНИИ

В маленьком поселке Новый Источник Вологодского района проживает около 500 человек. В основном это люди, работающие или работавшие в санатории с одноименным названием. Долгое время у работников санатория была возможность заниматься своим здоровьем. После выхода на пенсию потребность осталась, а возможности сократились. Молодежный совет санатория проявил заботу о своих сослуживцах и придумал проект «Активное поколение в активном движении». Так на территории санатория появилась спортивная площадка с пятью уличными тренажерами.

Было набрано 3 группы спортсменов 50+: основная, куда вошли жители поселка, занимающиеся на тренажерах по специальной программе, и две контрольные - жители поселка, не занимающиеся на тренажерах, и работники санатория, занимающиеся в самостоятельном режиме.

До начала занятий все три группы прошли медицинский осмотр, в результате которого на каждого участника проекта была составлена миофасциальная карта опорно-двигательной системы и программа занятий. Врач-невролог и инструктор-методист провели первичное тест-занятие: продемонстрировали правильную технику работы на каждом тренажере, показали комплекс разминочных и стретчинговых упражнений, напомнили об особенностях питьевого режима при физических нагрузках.

Подобранные с учетом возрастных изменений организма, простые в использовании и предназначенные для работы всех групп мышц тренажеры сразу же пришлись по душе всем, кто стал на них заниматься. Тренировались два раза в неделю под наблюдением специалистов, в остальные дни - свободное посещение площадки. Периодически проводился медосмотр и корректировка программы.



КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Активное поколение в активном движении»

Исполнитель: Медицинское частное учреждение Вологодской областной Федерации профсоюзов санаторий «Новый источник»

Цель проекта: Предоставление благоприятных условий для сохранения и укрепления здоровья граждан пожилого возраста, ведения ими активного образа жизни для улучшения ее качества, путем создания современного, благоустроенного, многофункционального спортивного комплекса на территории санатория для жителей поселка с возможностью круглогодично бесплатно заниматься физкультурой и спортом на уличных тренажерах на свежем воздухе.

Руководитель: Осипова Яна Игоревна

Сумма гранта: 130 000 рублей

Продолжительность проекта: 6 месяцев

п. Новый Источник, Вологодская область, Вологодский район

Краткая справка: На территории санатория «Новый источник» проходят занятия оздоровительной физкультурой для людей пожилого возраста на специальном уличном тренировочном комплексе. Медперсонал учреждения осуществляет сопровождение и контроль процесса тренировок.

В проекте принимали участие: женщины и мужчины пожилого возраста, медики-волонтеры

АКТИВНОЕ ПОКОЛЕНИЕ В АКТИВНОМ ДВИЖЕНИИ

Проект «Активное поколение в активном движении»

Для поддержания активной жизненной позиции людей пенсионного возраста и пропаганды ЗОЖ в период реализации проекта были проведены два спортивных праздника - "Зима в движении" и "Движению все возрасты покорны". Данные мероприятия дали участникам проекта возможность испытать свои силы и получить заряд позитива.

Спустя 4 месяца занятий было проведено контрольное измерение физического состояния занимающихся. Результаты показали, что лечебная и оздоровительная физическая культура, заложенная в данный проект, - мощный биологический стимулятор жизнедеятельности в пожилом возрасте, который помог добиться следующих результатов: оказал тонизирующее воздействие на нервную систему; стимулировал функции сердечно-сосудистой и дыхательной систем, улучшил процессы обмена веществ; укрепил мышечную систему, сохранил и улучшил подвижность в суставах.

Своими впечатлениями о результатах проекта «Активное поколение в активном движении» делится председатель совета ветеранов района Валентина Уварова: «Я была поражена теми изменениями, которые произошли с жителями поселка Новый Источник, участниками проекта. Все они помолодели, стали бодрыми и энергичными, с задорным огоньком в глазах. Честно скажу, всем поклонникам активного образа жизни позавидовала белой завистью. Было бы замечательно, если бы подобные проекты реализовывались в каждом населенном пункте».

Жители поселка 50+ и клиенты санатория по достоинству оценили спортивную площадку. Еще одной изюминкой стало ее способствование укреплению семейных ценностей, поскольку все чаще сюда заниматься физкультурой и спортом приходят мамы и папы с детьми, бабушки и дедушки с внуками.

Тренировка под присмотром врача-невролога Алексея Тонкого



СВЯЗУЮЩАЯ НИТЬ ВРЕМЕН

В Кольском районе Мурманской области есть социальный приют «Берегиня». Его задача – присматривать за детьми из семей «группы риска» - неблагополучных семей. Приют располагается в поселке Кильдинстрой, на берегу реки Кола. Учреждение предназначено для временного проживания и социальной реабилитации детей и подростков в возрасте от 3 до 18 лет, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, нуждающихся в экстренной социальной помощи.

Эти дети, разного возраста и с разными историями, нуждаются в тепле, поддержке и общении, из которого они потом смогут вывести для себя нормы поведения, правила общения и выработать важные социальные навыки – эмпатию, ответственность, умение договариваться и умение справляться не только со сложными ситуациями коммуникации, но и с разными ситуациями в жизни.

Такое общение им предоставили пенсионеры, сотрудничающие с Местной общественной организацией развития семейных ценностей и поддержки семей Кольского района «Благо».

Поэтому основной формой общения стали совместные творческие занятия между детьми и старшим поколением. Такие занятия, на которых никто не выбирает лучших или худших, всегда становятся не только ступенькой в творчестве, но и инструментом социализации и реабилитации и старшего, и младшего поколения – лекарством для души.

Мастер-классы проходили с 1 августа по 15 января (в 2018 и 2019 годах), занимались простыми вещами – готовили украшения к праздникам, лепили из слоеного теста, работали с фоамираном.

Кроме этого, создатели проекта провели выставку и серию прогулок и встреч – сходили в самый северный Полярно-альпийский ботанический сад, побывали на тактильной

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Связующая нить времен»

Исполнитель: Местная общественная организация развития семейных ценностей и поддержки семей Кольского района «Благо»

Цель проекта: повышение качества жизни людей старшего возраста путем вовлечения их в активную деятельность, реализация их творческого потенциала и формирование новых социально-значимых ролей; укрепление связей между людьми разных поколений в ходе занятий рукоделием и проведения праздников

Руководитель: Петрова Яна Серафимовна, Председатель правления

Сумма гранта: 91 035 рублей

Продолжительность проекта: 6 месяцев

Г. Кола, Мурманская область

Краткая справка: Пенсионеры-волонтеры организации Благо совместно с воспитанниками социального приюта для детей и подростков «Берегиня» занимались творчеством, посещали музеи, общались и дружили.



СВЯЗУЮЩАЯ НИТЬ ВРЕМЕН

Проект «Связующая нить времен»

выставке «Скульптура» в выставочном зале Русского музея в г. Мурманске. Для многих участников экскурсия оказалась первым опытом посещения такого музея. Поучаствовали в конкурсе для людей старшего возраста - Спартакиада «Активное поколение», побывали в Центр ремесел.

Для небольших городов и поселков, где живет меньше десяти тысяч человек, возможность собраться вместе и поехать в Мурманск или попить долгой зимней ночью чаю очень важна и для детей из социального приюта, и для пожилых людей – теплая компания, это то, что человеческое общество может противопоставить холодным зимам.

Проект «Связующая нить времен» будет продолжен силами членов МОО «Благо». Необходимое для проведения мастер-классов оборудование – выжигатели, вязальные спицы, крючки и самый простой ноутбук, чтобы работать с тем, что предлагает «начинающим хендмейдарм» интернет у организации теперь есть, дети и взрослые могут вместе выбирать, что они будут делать, а расходные материалы найти проще. Бабушки, дедушки и дети будут и дальше встречаться, общаться, учиться видеть и понимать других людей, делать что-то вместе и получать удовольствие от маленьких доступных им радостей.



«СЕРЕБРЯНЫЕ» ВОЛОНТЕРЫ – ДЕТЯМ

Серебряные волонтеры Кандалакши уверены, что подрастающему поколению необходимы регулярные занятия по закреплению знаний правил пешеходов, и им будут полезны интересные, яркие, запоминающиеся памятки в виде закладок для учебников, календарей и блокнотов.

Убеждены волонтеры и в том, что светоотражатели на детской одежде в темное время суток (а на Севере это темное время длится 9 мес. в году) жизненно необходимы для детей.

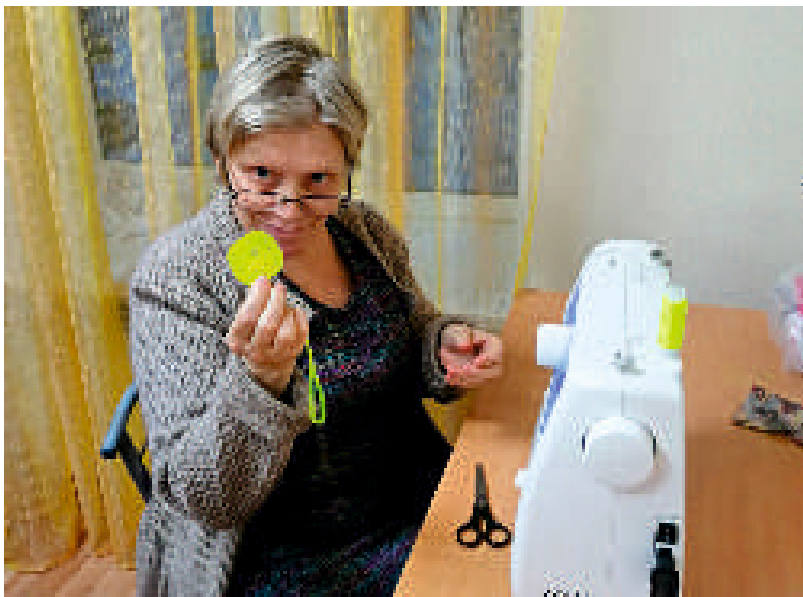
Существует отряд при местном Центре социального обслуживания населения, и, как считает, например, Любовь Горкунова, 70 лет: *«В социально-реабилитационном отделении у нас есть возможность самореализоваться. Чувствовать себя нужным и полезным для общества – это очень важно в нашем возрасте».*

В течение 1,5 лет деятельности программы «Бабушкин наказ о дорогах и о нас» пожилые люди провели для детей более 18 мероприятий, где в игровой форме разбирали правила пешеходов. Так что опыт у них, когда они обращались с проектом за поддержкой, уже был немалый.

Волонтеры изготавливают памятки для детей с правилами дорожного движения, в виде закладок для учебников и книг: оформляя тексты на бумаге, «ламинируя» ее скотчем. Такие закладки дети принимают с удовольствием, но самодельные закладки недолговечные, а ввиду отсутствия у волонтеров цветного принтера, не очень яркие, поэтому волонтеры попросили эти устройства, чтобы создать новую продукцию для малышей.

Еще одной частью проекта стало изготовление светоотражателей – делали их в Мастерской «Золотые руки» при КЦСО – там же, кстати, делают и закладки, и другие виды памяток для ПДД.

Расходное оборудование для шитья светоотражающих элементов для детей позволило создать более 150 светоотражающих элементов. Шили и раздавали их – 58 волонтеров.



КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Серебряные» волонтеры – детям»

Исполнитель: Государственное областное автономное учреждение социального обслуживания населения «Кандалакшский комплексный центр социального обслуживания населения»

Цель проекта: Повышение безопасности на дорогах города детей, находящихся в трудной жизненной ситуации и детей, посещающих учреждения дополнительного образования, культуры и спорта г. Кандалакша силами «серебряных волонтеров»

Сумма гранта: 150 000 рублей

Руководитель: Завьялова Татьяна Владимировна, заведующий социально-реабилитационным отделением

Продолжительность проекта: 6 месяцев

г. Кандалакша (Мурманская область)

Краткая справка: «Серебряные» волонтеры Кандалакшского комплексного центра социального обслуживания населения реализуют для детей – маленьких кандалакшан, находящихся в трудной жизненной ситуации, программу «Бабушкин наказ о дорогах и о нас». Волонтеры – пожилые люди с активной жизненной позицией, помогают детям в их обучении правилам дорожного движения.

«СЕРЕБРЯНЫЕ» ВОЛОНТЕРЫ – ДЕТЯМ

Проект «Серебряные» волонтеры – детям»



«Мы старшее поколение и чувствуем на себе определённую ответственность за будущее нашего подрастающего поколения. – считает Анна Орлова, 95 лет, «серебряный» волонтер: Глаза мои уже плохо видят, поэтому шить светоотражающие материалы я уже не могу. Но общаться с детьми, заниматься с ними, повторяя правила дорожного движения - это мне, как педагогу со стажем, не сложно, а интересно. Спасибо проекту и Фонду Елены и Геннадия Тимченко! Благодаря им в нашей мастерской появилось много хорошего нового оборудования. Нашим «серебряным» волонтерам есть с чем работать!»

В ходе встреч отмечен положительный эмоциональный настрой всех участников мероприятий – и детей и пожилых волонтеров. Дети смогли закрепить правила пешеходов, вспомнить в игровой обучающей форме различные ситуации, которые могут происходить на дорогах города, с использованием велосипедов, наушников, собачек, а также реквизита, созданного «золотыми руками» (пешеходная дорожка, жезлы, дорожные знаки и др.).

Реализацию проекта «Серебряные» волонтеры – детям» планируется продолжать. Волонтеры совместно со специалистами и партнёрами-учреждениями будут проводить для детей обучающие занятия на тему правил пешеходов на дорогах города. Планируется сделать полноценный обучающий фильм для детей по правилам дорожного движения с применением опыта работы волонтеров старшего поколения в данном направлении и накопленного фото и видеоматериала.



МЫ ВМЕСТЕ!

В городе Дно проживает 7000 человек, из которых людей старше 60 лет - 1500 человек. Часто, это одиноко живущие пенсионеры Проблема заключается в том, что активная часть людей пенсионного возраста не имеет возможности реализовывать свои стремления к самореализации и саморазвитию, активному общению, совместной деятельности со своими сверстниками и детьми.

В городском культурном центре функционирует большое количество кружков и творческих объединений, но большинство из них направлено на детей и молодежь. Решением проблемы становится выделение помещения под multifunctional центр «Мы вместе», где люди старшего поколения могли бы вместе плодотворно проводить время – принимать участие в творческих встречах, лекциях, посиделках, конкурсах, круглых столах, викторинах, занятиях прикладным творчеством, оздоровительной гимнастикой, самим выступать в качестве экспертов и проводить мероприятия. Важно, что члены и участники самостоятельно коллегиально определяют перечень и тематику событий исходя из своих предпочтений, интересов, опыта и возможностей. По этой причине рабочая программа центра оказалась очень разнообразной, его участники проявили большую активность и заинтересованность, хотели попробовать себя в разных видах творческой, спортивной и образовательной деятельности.

В ходе реализации проекта пожилые люди – посетители центра получили возможность существенно разнообразить свой досуг, обучиться новым, востребованным в современном мире видам деятельности, но самое главное – у пожилых людей появилась возможность общения и взаимодействия со сверстниками.

Так на базе центра состоялось мастер-классов по разнообразным видам прикладного творчества, среди них были вышивка, вязание спицами и крючком, по итогам мастер-классов было организовано две выставки работ участников. Кроме того, участники центра приняли участие в мастер-классе по парикмахерскому мастерству и освоили составление новых причесок.

Состоялось несколько встреч, посвященных сохранению здоровья и активному долголетию, в рамках этого направления было проведено несколько встреч с врачом, о профилактике и предупреждению заболеваний, а также серия занятий фитнесом для пожилых людей, обучение комплексу оздоровительных упражнений.

В процессе освоения новых видов деятельности, таких как компьютерная грамотность и обучение фотографии было совершено несколько совместных прогулок по городу Дно и выезды в другие районы. По итогам этих мероприятий были организованы выставки фоторабот участников.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Мы вместе!»

Исполнитель: Автономная некоммерческая организация социально-культурного развития населения «Малая Родина» (город Дно, Псковская область)

Цель проекта: Повышение качества жизни пожилых граждан города Дно, стремящихся к общению, самореализации и саморазвитию через различные формы совместной деятельности.

Руководитель проекта: Носова Ольга Анатольевна
Сумма гранта: 149092 рублей

Продолжительность проекта: 6 месяцев

Краткая справка: Создание в г. Дно центра дневного пребывания людей пожилого возраста, вовлечение их в совместную досуговую, просветительскую, оздоровительную, творческую и иные виды деятельности в целях повышения качества жизни пожилых, одиноких людей; помощь и консультации в решении возникающих проблем в их жизни по различным направлениям.

МЫ ВМЕСТЕ!

Проект «Мы вместе!»

Одним из ценных и душевных направлений работы центра стала организация «посиделок» для участников, где пожилые люди могли пообщаться друг с другом в непринужденной обстановке, обменяться опытом в бытовых вопросах, в частности в ведении приусадебного хозяйства, выращивании комнатных растений, рецептами приготовления еды.

Посетители многофункционального центра «Мы вместе» одной из основных проблем, с которой сталкиваются пожилые люди, часто называли одиночество: «Самая большая проблема старшего поколения - это одиночество. Отраднo, что в Дновском районе этот вопрос решился с открытием такого прекрасного центра, где любой пенсионер может найти себе занятие по душе или просто захочет пообщаться» (Груздов Николай Алексеевич, 74 года).

Возможность вести активный образ жизни, заниматься творчеством, делиться своими знаниями с другими, общаться со сверстниками и молодежью значительно повышает качество жизни пожилых людей.

Не менее существенно и то, что пенсионеры могут посещать центр вне запланированных мероприятий, просто чтобы провести время друг с другом и пообщаться в комфортной обстановке.

Мастер-класс по вязанию



ДЛЯ ТЕХ, КТО ГОДЫ НЕ СЧИТАЕТ

Для старшего поколения важным аспектом личностной адаптации после выхода на пенсию наряду с социальной защищенностью являются чувство социальной значимости, востребованность, активное времяпрепровождение.

Библиотека г. Опочки проводит большую работу по организации досуга, развитию интересов пожилых людей, при библиотеке различными видами клубной деятельности занимается около 70 активных пенсионеров. Многие из них на высоком уровне владеют техникой различных видов рукоделия, создания флористических картин, методиками укрепления здоровья, организации огородничества и т.п. и готовы обучать приобретенным навыкам других.

В черте города работает дом-интернат для престарелых и инвалидов, обеспечиваемые которого (около 600 человек) остаются в стороне от активной культурной и творческой жизни. Кроме того, многие пенсионеры - жители города не имеют возможности сами посещать библиотеку и брать там книги и из-за состояния здоровья ограничены в общении и социальных контактах.

В ходе реализации проекта из числа участников клубов, работающих при библиотеке организованы волонтерская группы, добровольцы которых самостоятельно смогли определить, кто, из числа пенсионеров Опочки, нуждается в их поддержке – обеспечении литературой на дому. По инициативе волонтеров для обеспечиваемых дома-интерната была организована выставка творческих работ волонтеров и постояльцев дома-интерната «Добрых рук творенье», с тем, чтобы заинтересовать обеспечиваемых в будущих мастер-классах, которые также разработали и проводили волонтеры. Мастер-классы проводились по направлениям: плетение из газетных трубочек, вышивка лентами и крестом, флористика, вязание, дыхательная гимнастика. Кроме работы со сверстниками, волонтеры занимались выпуском вестника, посвященного ходу проекта, версткой и печатью информационных и рекламных материалов.

Проект сплотил людей пожилого возраста из разных сфер жизни: обеспечиваемые дома-интерната, активные пользователи библиотеки пенсионного возраста, пожилые горожане, не имеющие возможности посещать библиотеку по состоянию здоровья. Участники проекта получили возможность творческой самореализации и увеличения социальной активности.

Волонтеры пенсионного возраста почувствовали свою социальную значимость, развили свои организаторские способности, попробовали себя в качестве руководителей групп и наставников.



КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «Для тех, кто годы не считает»

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение культуры «Опочецкий районный центр культуры» отделение «Опочецкая районная библиотека (г. Опочка, Псковская область)

Цель проекта: развитие социальной и личной активности людей старшего поколения, реализация их творческого потенциала в целях самосовершенствования, адаптации в социуме, устранения дефицита активных отношений.

Сумма гранта: 146815,37 рублей

Продолжительность проекта: 7 месяцев

Краткое описание проекта: На базе опочецкой библиотеки, из числа активных участников творческих объединений созданы волонтерские группы, добровольцы которых в течение всего срока реализации проекта проводили творческие и оздоровительные занятия с пожилыми людьми города Опочки и обеспечиваемыми опочецкого дома-интерната.

Проект призван помочь активным пожилым членам нашего сообщества (членам клубов при опочецкой библиотеке) реализовать себя в волонтерской деятельности, повысить творческий потенциал, собственную самооценку, а инвалидам, ветеранам с ограниченными возможностями здоровья – получить наглядный положительный пример самоорганизации, расширить границы информационного пространства, разнообразить досуг и приобрести новые навыки и друзей.

Мастера-волонтеры, обеспечивающие дома-интерната, работники дома-интерната

ИСТОРИЯ УСТАМИ ДЕТЕЙ ВОЙНЫ

В Печорском районе Псковской области проживает 20 тысяч жителей, в т. ч. в городе Печоры - 10 тысяч, из них 40% людей пожилого возраста. На территории Печорского района Псковской области почти не осталось участников Великой Отечественной войны 1941-1945гг. Но живы ещё другие свидетели, те, кто в военные годы были детьми.

КРАТКАЯ СПРАВКА

Проект «История устами детей войны»

Исполнитель: Муниципальное бюджетное учреждение культуры «Печорская центральная районная библиотека», г. Печоры, Псковская область.

Цель проекта: увековечивание воспоминаний детей войны города Печоры, создание экспозиции «История устами детей войны» в библиотечном мини-музее.

Руководитель проекта: Шувалова Вера Александровна

Сумма гранта: 149 136,00 рублей

Продолжительность проекта: 6 месяцев

Краткая справка: Создан банк данных воспоминаний жителей города Печоры, которые во время Великой Отечественной войны были детьми. Создана экспозиция «История устами детей войны». Создан интернет-ресурс www.children.pechbook.ru и видеофильм о ветеранах и детях войны.

Дети войны - так называют это поколение. Их воспоминания о военном детстве – последняя нить, связывающая современное поколение с подлинной историей военных лет. Сейчас люди, встретившие войну в совсем юном, детском возрасте, являются пенсионерами. Их воспоминания, который они пронесли через всю свою долгую жизнь и которые неизгладимо отразились на ней, представляют исключительную важность для современного молодого поколения, сохранения истории и народной памяти в целом.

Необходимо отметить, что в нашей стране существует большое количество исторического и творческого материала (книги, фильмы, песни), посвященных героическим страницам Великой Отечественной войны - солдатам, боям, сражениям, но так мало внимания уделено воспоминаниям детей военной поры, которые всю жизнь несут их в своем сердце. Материалов по Печорскому району о том, как жили и что делали дети и подростки во время Великой Отечественной войны не существует. Мы почти ничего не знаем о тех, кому в годы испытаний пришлось труднее всех, они были лишены радости детства, игрушек, сладостей, а подчас и родительской любви.

Очень важно, дать возможность высказаться людям, встретившим войну в детском возрасте, уделить внимание им и их истории, отметить и вписать в историю родного края не только свидетельства о боях и победах, но и воспоминания мирного населения, простого человека, ребенка, который вынужден встретиться с ужасной действительностью и найти в себе силы выжить в ней.

Во время проведения интервью и сбора информации исполнителям проекта удалось зафиксировать такие воспоминания, которые не были известны даже родственникам участников проекта. Опрашиваемые участники – дети войны, были тронуты вниманием к их воспоминаниям, так как они не предполагали, что их биография и пережитые события в годы войны, иногда страшные и непростые, иногда трогательные и даже смешные, ценны для потомков.

Воспоминания детей войны в Печорском районе прежде не были зафиксированы или задокументированы. В то время, как воспоминания о военном детстве – одна из последних нитей, связывающая современное поколение с подлинной историей военных лет. Эти воспоминания – последний шанс для ныне живущих, услышать подлинные истории тех времен из первых

ИСТОРИЯ УСТАМИ ДЕТЕЙ ВОЙНЫ

уст. И есть совсем небольшой запас времени, чтобы зафиксировать эти воспоминания, осмыслить вместе с детьми войны их рассказы о военном детстве и сохранить для последующих поколений - во имя благодарной памяти поколению уходящему, во имя мирного будущего для поколений грядущих.

В рамках проекта было решено создать банк данных воспоминаний жителей города Печоры - детей войны об их нелегком детстве и посвятить этим материалам экспозицию в мини-музее библиотеки «История устами детей войны», а также опубликовать эти материалы на отдельном интернет-ресурсе, где собрано 65 историй жителей Печор, которые были детьми во время ВОВ, представлены фотографии. Теперь каждый человек, интересующийся историей, может посетить этот сайт и прочесть свидетельства детей военных лет.

Наряду с письменными документами, были собраны предметы материальной культуры: предметы быта, личные вещи, документы, письма, фотографии и другие семейные реликвии, напоминающие о тех тяжелых и суровых днях, они представлены в экспозиции в мини-музее печорской библиотеке.

Проект «История устами детей войны»

За семейным альбомом



КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД ЕЛЕНЫ И ГЕННАДИЯ ТИМЧЕНКО

www.timchenkofoundation.org

**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 – Частное учреждение социального обслуживания
«Социальный центр – SOS Мурманск»