



ТЕРРИТОРИЯ ВОЗМОЖНОСТЕЙ
МОЛОДОСТЬ ДУШИ
БОДРОСТЬ ДУХА





Министерство труда и социальной поддержки населения Ярославской области

ПРОЕКТ «ЯРОСЛАВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»

- региональный оздоровительный, образовательный и досуговый проект для граждан старшего возраста, проживающих в Ярославской области



- популяризация активного образа жизни и вовлечение граждан старшего поколения в занятия физкультурой и спортом, повышение их социальной активности
- создание условий для доступного активного досуга людей пожилого возраста
- содействие росту продолжительности и качества жизни граждан старшего возраста



Министерство труда и социальной поддержки
населения Ярославской области

УНИКАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА



**УЧРЕЖДЕНИЯ СОЦИАЛЬНОГО
ОБСЛУЖИВАНИЯ =
ТЕРРИТОРИАЛЬНЫЕ ЦЕНТРЫ
АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ**



**ПРОГРАММЫ АКТИВНОГО
ДОЛГОЛЕТИЯ ОХВАТЫВАЮТ
ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ, ПРОЖИВАЮЩИХ
ДОМА И В СТАЦИОНАРНЫХ
СОЦИОЗАЩИТНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ**



Министерство труда и социальной поддержки населения Ярославской области

УЧРЕЖДЕНИЯ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ ОБЛАСТИ – ЦЕНТРЫ АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

❖ **40** УЧРЕЖДЕНИЙ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

- ❑ 15 домов – интернатов для пожилых и инвалидов
- ❑ 25 центров социального обслуживания

❖ **40** ЦЕНТРОВ АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ





40
ЦЕНТРОВ
АКТИВНОГО
ДОЛГОЛЕТИЯ



55 000
УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММ
АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ
(ЗА 2023 Г.)



**ПРОСТРАНСТВО
ДЛЯ
САМОРЕАЛИЗАЦИИ
ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ
В КАЖДОМ РАЙОНЕ**

ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА ПРОЕКТА

- ✓ граждане старшей возрастной группы – женщины 55+  мужчины 60+

ЯРОСЛАВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

- увеличение периода активного долголетия и продолжительности жизни с учетом показателей:
 - *ожидаемая продолжительность жизни к 2025 году – должна быть приближена к 75 годам*



**ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ
ЖИЗНИ**



**КУЛЬТУРНО-
ДОСУГОВЫЕ
МЕРОПРИЯТИЯ**



**ОБРАЗОВАНИЕ И
РАЗВИТИЕ**



**СОЦИАЛЬНАЯ
АКТИВНОСТЬ**

**СОХРАНЕНИЕ И
ПОДДЕРЖАНИЕ
ЗДОРОВЬЯ**

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ



ШКОЛЫ ЗДОРОВЬЯ



**ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ**



ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ

- ❖ Для организации диспансеризации пожилых людей из сельской местности приобретены микроавтобусы; выезды в учреждения здравоохранения еженедельно
- ❖ Организована диспансеризация на базе учреждений социального обслуживания (1 раз в месяц в центры выезжают специалисты учреждения здравоохранения)

12 320 пожилых жителей
сельской местности
доставлены в медицинские
организации на диспансеризацию
(на 01.10.2023 г.)



ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ

- ❖ Учим пожилых людей заботиться о своем здоровье
- ❖ Совместная работа с учреждениями здравоохранения
- ❖ Групповые и индивидуальные занятия (лекции, семинары, тренинги, практические занятия, мастер-классы)
- ❖ Темы: профилактика заболеваний, пропаганда здорового образа жизни, правильное питание, активный образ жизни, двигательная активность

- **30 «Школ здоровья»**
- **4478 человек** старшего возраста посетили занятия в «Школах здоровья» (на 01.07.2023 г.)
- **Более 8 000 человек в 2022 г.**





- **Мастер-классы** по правильному питанию, макияжу, прическам
- **140** человек в год

БЬЮТИ ДЕНЬ



**ШКОЛЫ
КРАСОТЫ И
ЗДОРОВЬЯ**



- **Гимнастика для лица**
- **170** чел. в год

- **Занятия по профилактике когнитивных нарушений**
- **334** человека в год

ФЕЙСФИТНЕС

НЕЙРОБИКА

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

- ❖ Спортивные секции (волейбол, мини-футбол, лыжи, настольный теннис, шахматы, шашки, оздоровительная гимнастика и так далее)
- ❖ Занятия лечебной физкультурой
- ❖ Скандинавская ходьба
- ❖ Танце-двигательная терапия
- ❖ Дыхательная гимнастика
- ❖ Суставная гимнастика
- ❖ Йога для пожилых
- ❖ Бассейн
- ❖ Пилатес

41690 человек старшего
возраста регулярно
занимаются физической
культурой и спортом
(на 01.07.2023 г.)



**КУЛЬТУРНО-
ДОСУГОВЫЕ
МЕРОПРИЯТИЯ**

**ЗАНЯТИЯ ПРИКЛАДНЫМ
ТВОРЧЕСТВОМ**



**КУЛЬТУРНО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ
МЕРОПРИЯТИЯ**



ТВОРЧЕСКИЕ ОБЪЕДИНЕНИЯ



СОЦИАЛЬНЫЙ ТУРИЗМ



КРУЖКИ И ТВОРЧЕСКИЕ ОБЪЕДИНЕНИЯ



ЭКСПУРСИИ



ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ
СТУДИИ



ВОКАЛЬНЫЕ
ОБЪЕДИНЕНИЯ



ЛИТЕРАТУРНЫЕ
ГОСТИННЫЕ



ТЕАТРАЛЬНЫЕ
СТУДИИ



ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОЕ
ИСКУССТВО



ПРИКЛАДНОЕ
ТВОРЧЕСТВО



НАСТОЛЬНЫЕ ИГРЫ

➤ **55 154** пожилых человека участвуют в культурно-досуговых мероприятиях

➤ Более **700** кружков и творческих объединений



**ОБРАЗОВАНИЕ И
САМОРАЗВИТИЕ**

**КОМПЬЮТЕРНАЯ
ГРАМОТНОСТЬ**

**ФИНАНСОВАЯ
ГРАМОТНОСТЬ**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ,
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ**

**БЕЗОПАСНОСТЬ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**



ОБРАЗОВАНИЕ, ОБУЧЕНИЕ И САМОРАЗВИТИЕ

- ❑ Образовательные программы по компьютерной грамотности (более 1 500 пожилых людей)
- ❑ 18 человек - участие во Всероссийском чемпионате по компьютерному многоборью среди пенсионеров
- ❑ Повышение финансовой грамотности в Ярославской области (более 5 000 пожилых людей)
- ❑ Профессиональное обучение, дополнительное профессиональное образование и трудоустройство граждан старшего поколения (трудоустроено 1200 человек)



СОЦИАЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ

«СЕРЕБРЯНОЕ» ВОЛОНТЕРСТВО



УЧАСТИЕ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ РЕГИОНА



«СЕРЕБРЯНОЕ» ВОЛОНТЕРСТВО

- ❖ Центр развития «серебряного» волонтерства = Комплексный центр социального обслуживания
- ❖ «Серебряными» волонтерами помощь оказана более 3 000 гражданам (за 1 полугодие 2023 г.)



- 17 отрядов «серебряных» волонтеров
- Более 400 «серебряных» волонтеров

НАПРАВЛЕНИЯ
ВОЛОНТЕРСТВА

СОЦИАЛЬНОЕ ВОЛОНТЕРСТВО

ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ВОЛОНТЕРСТВО

КУЛЬТУРНО-ДОСУГОВОЕ ВОЛОНТЕРСТВО

СОБЫТИЙНОЕ ВОЛОНТЕРСТВО

ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОЛОНТЕРСТВО

ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ ВОЛОНТЕРСТВО

СПОРТИВНОЕ ВОЛОНТЕРСТВО



«СЕРЕБРЯНОЕ» ВОЛОНТЕРСТВО

ЛУЧШИЕ ПРАКТИКИ «СЕРЕБРЯНОГО» ВОЛОНТЕРСТВА

- ❖ **Проект «Осторожно: электричество!»** - привлечение «серебряных» волонтеров к обучению граждан пожилого возраста и инвалидов, проживающих дома, правилам эксплуатации домовых электросетей, правилам эксплуатации бытовых электроприборов, правилам оказания первой доврачебной помощи пострадавшему от поражения электрическим током.
- ❖ **Проект «Серебряный тур»** - привлечение граждан пожилого возраста в качестве «серебряных» волонтеров с целью сопровождения инвалидов и лиц с ограниченными физическими возможностями, оказания им помощи в передвижении и ориентировании в рамках поездок по туристическому маршруту.
- ❖ **Проект «Говорим о здоровье»** - проведение тематических лекций, бесед, практических занятий, дней здоровья, спортивных турниров, флешмобов
- ❖ **Проект «Жить в ритме жизни»** - «серебряные» волонтеры привлекались для обучения практическим навыкам самостоятельного использования гражданами пожилого возраста уличных тренажеров



«СЕРЕБРЯНОЕ» ВОЛОНТЕРСТВО

ЛУЧШИЕ ПРАКТИКИ «СЕРЕБРЯНОГО» ВОЛОНТЕРСТВА

- ❖ **Проект «Алло, волонтер!»** - восполнение дефицита в общении у одиноких пожилых людей, оказание им помощи и поддержки посредством телефонного общения с волонтерами.
- ❖ **Проект «Открывая новые горизонты»** - «серебряные» волонтеры обучали маломобильных граждан основам использования приложений для планирования путешествий
- ❖ **Проект «Советы от старшего поколения»** - занятия пожилых людей с несовершеннолетними, находящимися в трудной жизненной ситуации
- ❖ **Экологические проекты** (проект «Сдай батарейки правильно!»)
- ❖ **Всероссийские патриотические и социальные акции** («Георгиевская ленточка», «Цветок Победы», «Капля жизни», «Сад Победы», «Вместе веселей»)
- ❖ **Благотворительные проекты** («Поможем братьям нашим меньшим») - сбор средств на корм животным, проживающим в питомнике



«СЕРЕБРЯНОЕ» ВОЛОНТЕРСТВО

ЛУЧШИЕ ПРАКТИКИ «СЕРЕБРЯНОГО» ВОЛОНТЕРСТВА

- ❖ **Акции взаимопомощи и поддержки военнослужащих, мобилизованных, а также мирных жителей, пострадавших от военных действий Украины, реализуемых совместно с региональным штабом #МЫВМЕСТЕ**
- ❖ **Благотворительные акции для оказания адресной помощи пожилым людям, инвалидам, гражданам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации**
- ❖ **Проект «Добрососед» - патронаж одиноких граждан пожилого возраста и инвалидов, нуждающихся в посторонней помощи, и развитие соседского сообщества**
- ❖ **Проекты, связанные с творческими культурно-развлекательными мероприятиями и мастер-классами: «От бабушки к бабушке» - взаимообучение, «Возраст творчеству не помеха», «Рукотворные чудеса» (обучение декоративно-прикладному искусству).**





- ❖ Создаем условия для реализации потенциала представителей старшего поколения
- ❖ Информлируем целевую аудиторию о мероприятиях и возможностях



- ❖ Привлекаем учреждения социальной сферы и партнеров для проведения мероприятий
- ❖ Мотивируем представителей старшего поколения на социальную активность



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!