

«Я никогда не думал, что
старость так привлекательна.»
Л.Н.Толстой



ЖУРНАЛ «ВЕСТНИК»
отделения временного проживания
граждан пожилого возраста и инвалидов

2024 год

*Наша жизнь – полнокровна и классна!
И душа, не сгорая, горит!
А проект «Демография» - главный проект
Он наш ориентир на много-много лет...*

Чтобы сделать жизнь пожилого человека достойной, насыщенной активной деятельностью и радостью, чтобы избавить его от чувства одиночества, отчужденности, восполнить дефицит общения, удовлетворить потребности и интересы в нашем отделении работают:

- ✓ Школа Здоровья «В гармонии с собой»
- ✓ Творческая мастерская «Территория радости»
- ✓ Кукольный театр «Арлекин»
- ✓ Проект духовного развития «Вера. Надежда. Любовь»
- ✓ Проект социальной поддержки и реабилитации людей с ограниченными возможностями «Милосердие»
- ✓ Проект по волонтерскому движению «Твори добро»
- ✓ Экологический проект «Лицом к природе»
- ✓ Проект «Социальный и виртуальный туризм»
- ✓ Проект «Мир через историю»
- ✓ Мини-проект студии красоты «Красиво стареть возможно»
- ✓ Мини-проект «По страницам любимых книг»
- ✓ Мини-проект «Ароматерапия»»
- ✓ Мини-проект «Вкусные традиции»
- ✓ Мини-проект «Мой друг-говорящая книга»
- ✓ Мини-проект «Комнатное цветоводство»
- ✓ «Клуб интересный встреч»
- ✓ Караоке-клуб «Когда душа поет»

«Старшему поколению – яркие будни»

*Завели себе друзей
Очень здорово – поверь!
А про старость мы забыли
Хворь, скука - все уплыло...*

Концерты, конкурсы, игры, викторины, праздничные чаепития – неотъемлемая часть досуга наших проживающих. А помогают организовать их творческие коллективы: МБУК «Клуб им. Шагова», танцевальный коллектив «Задоринка» ДШИ имени Б.А. Перевезенцева, хор народного творчества «Надежда», под руководством Н.Л. Володина, ансамбль «Лада».

Частые гости в нашем отделении председатель городской Думы Елена Вячеславовна Морокина, руководитель Вичугского филиала ОГКУ «Центр по обеспечению деятельности ТОСЗН» Надежда Васильевна Троскина, ведущий специалист по работе с молодежью городской администрации Анна Сергеевна Новикова и президент Ивановского областного фонда «Забота» Николай Игоревич Лопатин. Они приходят с поздравлениями и подарками.



Известные русские шлягеры, старинные русские романсы, а также танцы, смех и шутки поднимают веселое настроение, заряжают бодростью и оптимизмом.



Незаменимым ведущим всех музыкальных викторин, интеллектуальных игр и конкурсов является заведующая библиотекой-филиалом № 2 МБУК ЦБС Татьяна Юрьевна Корочкина.



Ко Дню Защитника Отечества в отделении состоялась конкурсно-игровая программа – «Армейские будни». В праздничной программе между собой сразились команды «Патриоты» и «Звезда».



Мужчинам представилась возможность провести один день из жизни настоящего российского солдата. Они приняли участие в конкурсах - «Рота, подъем», «Армейская каша», «Солдат в учебе», «Военврач», «Аукцион фильмов» и «Артналет». Наши мужчины были на высоте, продемонстрировав свою ловкость, эрудицию и быстроту реакции.

А к Международному женскому дню 8 Марта женщин пригласили на «Праздник красоты и радости».



Ко Дню Великой Победы была организована квест-игра «Дорогами бессмертного полка». Команде «Звезда» и «Гвоздика» предстояло преодолеть такие разные испытания, как «Марш-бросок», «Шифровальщик», «Госпиталь», «Посылка на фронт» и другие.



Участники квеста с легкостью отвечали на каверзные вопросы, «отбивались от вражеских танков» и разгадывали шифр.



Такие мероприятия и встречи с хорошими друзьями способны убрать негативные мысли и переживания у проживающих отделения, вдохнуть в них новую энергию, развеселить и наполнить позитивом. Веселые вечера в хорошей компании оставляют в их памяти незабываемые воспоминания.

Ведь дружба - это одно из самых важных и ценных чувств, которое может существовать между людьми.

*Чтоб никто не чувствовал
Себя брошенным, одиноким,
Чтоб не просто жизнь коротал,
Убеждаясь, что мир жестокий,
Люди эти окажутся рядом
И протянут всегда руку помощи.
А бывает, достаточно взгляда,
Чтоб очнулась душа от немоци...*

Волонтер – это тот, кто неравнодушен к чужой беде, для кого слова милосердие и сострадание не стали анахронизмами, в чей душе есть место для добра, участия и благородства. Окружить людей старшего возраста вниманием и заботой, решить насущные проблемы, разнообразить досуг и сделать их жизнь ярче помогают волонтеры нашего города:

- ✓ Отряд «Руки Добра» МБОУ ООШ № 9
- ✓ Студенты-волонтеры Движения Первых ОГБПОУ Вичугского многопрофильного колледжа
- ✓ Отряды «ПродОБРО», «Мы сделали свой выбор», «Хранители истории» и «Орлята добровольцы» МБОУ СОШ №17
- ✓ Военно-патриотический отряд «Данко» МБОУ СОШ № 12
- ✓ Юные волонтеры отряда «Дорогою добра» МБДОУ детский сад № 16
- ✓ Воспитанники МБДОУ детского сада № 25
- ✓ Отряд «Добрые сердца» МБОУ СОШ № 11
- ✓ Волонтер, мастер парикмахерского дела Александр Андреев
- ✓ Отряд «Бумеранг» из отделения социальной реабилитации инвалидов
- ✓ «Серебряные» волонтеры
- ✓ Индивидуальный предприниматель Ирина Сергеевна Кузьмина, хозяйка ресторана доставки еды «Фарфор»
- ✓ Хозяйка пасеки «Волшебный улей» из деревни Макатово Вичугского района Ольга Пигарева

В этом году волонтеры организовали акции:



«Пусть крещенская вода
даст здоровья на года»

«Снежный десант»





«Парикмахерская на дому»

«Помогу подружиться с телефоном»



«Рука помощи»



Ежегодная общероссийская
добровольческая акция
«Весенняя неделя добра»,
«Первомай»



«Окно Победы»



«Георгиевская лента»

Дан старт акции «Внуки по переписке», запущенной фондом «Старость в радость». Это обмен поздравлениями на традиционные праздники, письма, открытки между волонтерами города и пожилыми людьми отделения.



Ко Дню Победы был проведен шашечный турнир - «79 мирных рукопожатий».



Волонтерские отряды вручали пожилым людям адресные письма, открытки, сделанные своими руками, сувениры и сладкие угощения ко всем знаменательным датам.



Спонсором многих праздничных чаепитий является Ирина Сергеевна Кузьмина, которая безвозмездно угощает пожилых людей пирогами, пиццами и пирожными.

В декаду ко Дню пожилого человека хозяйка пасеки «Волшебный улей» из деревни Маканово Вичугского района Ольга Пигарева угостила всех проживающих мёдом.

Благодаря помощи волонтеров жизнь пожилых людей становится ярче и радостнее. Ведь там, где есть рядом чуткость и отзывчивость – боль и беда отступают.



*Здоровый человек чтоб чётко знал,
Что рядом те, кому нужна поддержка,
И тем, кто послабее помогал,
Не жалуясь на времени издержки!*

Люди с ограниченными возможностями здоровья – это особая категория, которая нуждается в заботе, внимании и помощи. За год в отделении весь спектр социальных услуг получили 24 инвалида.

Для того чтобы помочь им реализовать себя, свои способности и возможности у нас реализуется проект «Милосердие». Он направлен на социальную адаптацию людей с ограниченными возможностями средствами культурно-досуговой деятельности.

Еще в старые времена существовал такой обычай, как заканчивались огородные работы и был собран урожай, русский народ устраивал капустные посиделки. На «Веселый капустник» были приглашены люди с ограниченными возможностями.



Специалист по социальной работе Юлия Миронова рассказала откуда появилась капуста и как ее квасили на Руси.

Пожилые люди разминали свои ручки в ходе веселой разминки, рубили капусту в настоящем деревянном корыте, соревновались в конкурсе «Кто быстрее натрет морковку», вспоминали пословицы, поговорки и загадки о капусте, дегустировали квашеную капусту с клюквой, яблоками, морковью.

Гостями фольклорных посиделок «Праздник русского пирога», стали члены городского общества инвалидов.

И по старому русскому обычаю дорогих гостей мы встретили с хлебом - солью. А главный хлеб на Руси - это, конечно же, каравай.



Собравшиеся услышали историю о пирогах, узнали о их разновидностях в русской кухне и традициях приготовления.

Участники праздника приняли участие в играх «Испеки каравай», «Споём частушки», «Веселые бараночки», «Загадки, пословицы и поговорки о пирогах». Вся программа посиделок была пронизана весёлой музыкой и народными песнями.



Завершился праздник чаепитием с пирогами с самыми разнообразными начинками: курагой, картошкой, сыром, рыбой и мясом. А помогла в организации этих посиделок Ирина Кузьмина хозяйка ресторана доставки «Фарфор».



Летом для людей с ограниченными возможностями состоялся спортивно-развлекательный праздник на свежем воздухе, посвященный 225-летию со дня рождения А.С. Пушкина.

Проживающие отделения отправились в увлекательное путешествие в сказочную страну, где их встретил Учёный Кот из поэмы «Руслан и Людмила».



Вместе со сказочным героем собравшиеся отгадывали названия сказок и выполняли задания. В эстафете «Сказка о золотом петушке» участники праздника «кормили» петушков зерном, в эстафете «Сказка о царе Салтане» с закрытыми глазами собирали орешки для белки, в эстафете «Сказка о рыбаке и рыбке» плели невод и «ловили золотых рыбок».



Мужчинам представилась возможность почувствовать себя настоящими богатырями, соревнуясь в поднятии гантелей. В завершении программы пожилые люди участвовали в конкурсе «По неведомым дорожкам» и с помощью путевого лист искали главный приз - пироги.

Есть в народном календаре праздник «Фёкла-свекольника», который отмечают в первый день осени. Этому празднику и была посвящена развлекательная программа.



Виновица торжества Фёкла-свекольника познакомила собравшихся с историей его возникновения, с традициями и народными приметами.

В этот день все было посвящено свёкле: и частушки, и пословицы и поговорки, и разнообразные игры. Пожилые люди с большим интересом участвовали в конкурсах «Посади свеклу», «Осенняя да-нетка», «Овощной хоровод» и другие.

В завершении развлекательной программы все собравшиеся дегустировали блюда из свеклы и пили чай со сладкими угощениями.

Проект «Вера. Надежда. Любовь» направлен на духовное просвещение пожилых людей, помощь им в преодолении одиночества, душевного уныния и укрепления веры в себя и окружающих их людей

Для успешной реализации проекта Центр сотрудничает с Воскресенским приходом в лице настоятеля протоиерея Богдана Отрода и иерея Александра Гнатюка, с храмами Воскресения Христова и Успения Пресвятой Богородицы поселка Лух в лице настоятеля иерея Евгения Галкина.



Они предоставляют необходимую консультационную, организационную и иную помощь для проведения безвозмездных церковных таинств: крещения, исповеди, причащения, соборования, отпевания, а также проведения молебнов.

За 2024 год были организованы 10 религиозных праздников: «Рождество Христово», «Богоявление», «Крещение Господне», «Светлое Христово Воскресение», «Святая Троица», «Преображение Господне», «Покров Пресвятой Богородицы» и др.

Иереи Воскресенского собора Богдан Отрода и Александр Гнатюк рассказывали проживающим об истории этих православных праздников, служили молебны, причащали, окропляли верующих святой водой, освящали праздничные куличи и яйца.



Гостями отделения были воспитанники воскресной школы при храме Воскресения Христова поселка Лух под руководством настоятеля храма иерея Евгения Галкина, которые подготовили театрализованное представление.

Вэтом году состоялся III Международный дистанционный фестиваль-конкурс православного творчества «Единая Русь Святая» среди получателей социальных услуг территориальных центров социального обслуживания населения Республики Беларусь, домов - интернатов и комплексных центров социального обслуживания населения Российской Федерации.

В нем второй раз принимают участие получатели социальных услуг нашего отделения.

Валентина Ивановна Чудова выступила в конкурсной номинации «Жемчужины православной поэзии и прозы» со стихотворением Эдуарда Асадова – «Дикие гуси».



По итогам голосования среди 53 учреждений в категории – пожилые люди Валентина Ивановна Чудова заняла 2 место и была награждена ДИПЛОМОМ.



Благодарим организаторов фестиваля за возможность общения, обмена опытом и восхищаемся талантом конкурсантов.

*Счастливей артистов,
Наверное, нет:
Мы в куклы играем
До старости лет
И нету артистов
Несчастнее нас:
Никто нас не видит,
Мы скрыты от глаз...
(Валентин Берестов)*

Мир театра кукол - это невинность детства, его чистота и непосредственность. Спектакли кукольного театр «Арлекин» - одни из самых любимых развлечений в нашем отделении.

В канун Широкой Масленицы состоялся народный праздник - проводы русской зимы. Для пожилых людей был показан спектакль кукольного театра «Как Весна с Зимой боролись».



На ширме кукольные персонажи устроили настоящую битву за право на правление. Зима не хотела уступать место своей сестрице Весне и даже Баба-Яга - настоящая проказница хотела занять их место.

По доброй традиции победило добро, и красавица Весна вступила в свои права. Веселый Скоморох, Цыганка и Мишка-косолапый веселили всех шутками, прибаутками и веселыми танцами. В завершении праздника Масленицы всех собравшихся угощали румяными блинами.

В летний солнечный денек на ширме вновь разыгралось сказочное представление - кукольный спектакль «Вслед за солнышком».

Вместе с девочкой Алёнкой проживающие отделения отправились на поиск солнышка, которое обиделось на неё и спряталось.

Хитрая лиса Лизаветта Петровна пытается обмануть её, волк Вальдемар Вольфович - хочет приготовить из нее обед, а Зайка подсказывает, что солнышко вернется, если она не будет лениться, станет вежливой, будет рано вставать и помогать близким.



Пожилые люди с нетерпением ждут новые сказки - они привлекают своей яркостью, красочностью, необычным музыкальным оформлением очень ждут представлений, чтобы снова погрузиться в магию кукольного театра и прожить новые удивительные приключения.

Герои сказки - девочка Маша, песик Дружок, Петрушка, Домовенок, Медведь, Книжка и Утенок пригласили проживающих на спектакль «Добро по кругу».



Они рассказали зрителям, что нужно быть добрыми, и тогда добро ответит тебе добром.

Проживающие в отделении очень любят кукольные спектакли, так как мы с нашими «актерами» дарим зрителям улыбку и приятные минуты воспоминаний о детстве.

*«Но пусть посредством путешествий
Они и впрямь продлят свой век
Ведь в путешествиях, как в детстве
Мгновенья замедляют бег...»
(В. Берестов)*

В нашем отделении уже не первый год реализуется проект социального туризма - это очень интересное и перспективное направление по повышению качества жизни старшего поколения. Сегодня далеко не каждый пенсионер может позволить себе путешествие по родному краю. Участие в проекте помогает воплотить эти мечты, а заодно получить мощный заряд позитива и бодрости.

Почти триста лет самовар считается исконно русским предметом быта и неизменным атрибутом традиционного чаепития. Впервые это приспособление появилось задолго до основания Российского государства. И все же привычка ставить на стол самовар и подолгу чаевничать зародилась именно в нашей стране.



Узнать историю русского самовара и посмотреть частную коллекцию Андрея Тарасова в рамках национального проекта «Демография» регионального проекта «Старшее поколение» пожилые люди отделения отправились на экскурсию в г. Кохму в музей советского самовара.

У владельца коллекции, которую он собирает более 10 лет насчитывается 150 экспонатов разных размеров и разных годов выпуска. Андрей Тарасов рассказал собравшимся историю создания самых разнообразных самоваров: «Бочонок на телеге», «Спутник», «Репка», «Курочка», «Банка гранная» и другие. В завершении экскурсии гости музея пили чай из настоящего русского самовара.

Хозяйка музея хлеба в селе Парское Родниковского района Елена Калачева с радушием встретила своих гостей и рассказала историю зарождения хлебопекарного дела. Самые разнообразные экспонаты для выращивания урожая хлеба и переработки зерна в муку представлены в личной коллекции Елены – борона, серп, плуг, ступа и другие.



Так же Елена Юрьевна провела для пожилых людей мастер-класс по изготовлению Парского калача. Все калачи на удивление получились аппетитные, ароматные и многие проживающие не удержались от соблазна съесть их на обратном пути из музея.

В прекрасный солнечный мартовский денек пожилые люди отправились на экскурсию в город Кинешма в музей гармонии – «По кнопочкам души играя».



Экспонаты музея - это частная коллекция музыкальных инструментов семьи Соколовых: гармони, аккордеоны и баяны.

В коллекции музея более 100 экспонатов: немецкие, кировские, тульские, елецкие гармони, гармони необычных форм и размеров. Каждый предмет хранит свою уникальную историю, о которой на протяжении всей экскурсии рассказывал баянист-самоучка, хозяин музея Валерий Леонидович Соколов.

Валерий Леонидович трепетом рассказывал о каждом музыкальном инструменте и демонстрировал их звучание. А проживающие отделения ему громко аплодировали и подпевали.

Очень яркие впечатления остались у пожилых людей от музея камня, открытого при школе-музее «Литос-КЛИО» города Иваново.



Добродушно встретив гостей, экскурсовод Наталья Александровна Бражник провела их по залам музея - «Минералогия и геология», «Палеонтология», «История и камень», «История и краеведение».

Экспонатами музея являются 40 тысяч камней, собранные руками детей, которые занимаются в школе-музее. В царстве камня пожилые люди познакомились с основными минералами и горными породами, встречающимися на территории Центральной России, в том числе с россыпным золотом, алмазами, яшмами, слюдами, кварцами и другими.

В один из летних дней проживающие отделения посетили выставку «Театр и куклы» в Родниковском туристическом центре.



На выставке представлены работы 18 авторов, вдохновленных театром.

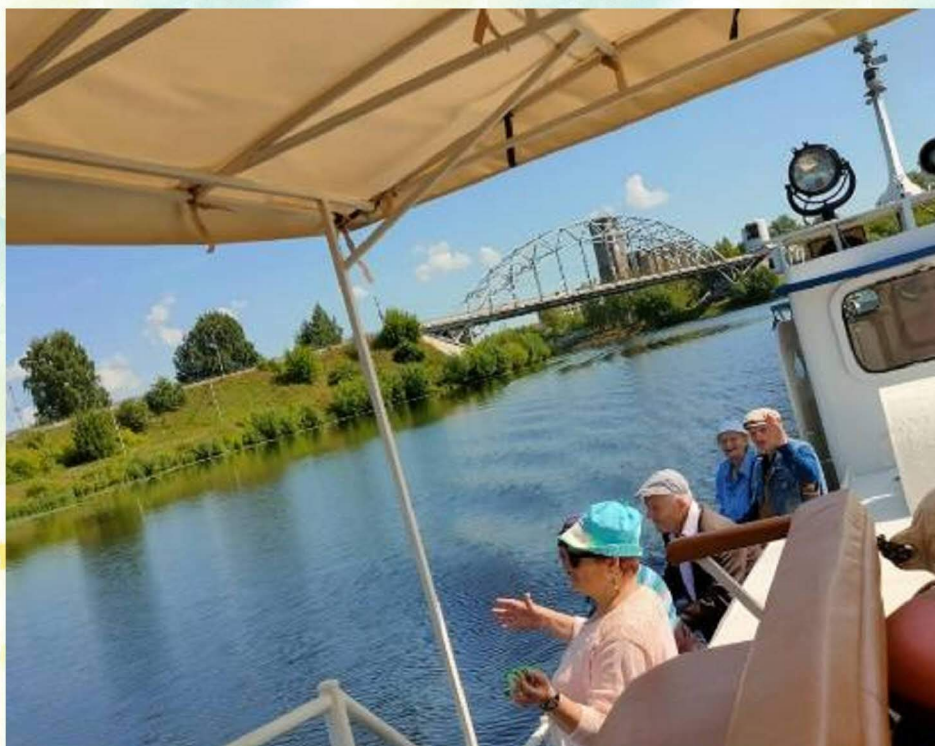
Экскурсовод Ксения Тарасова рассказала собравшимся об искусстве изготовления кукол, о том, что каждая работа выполнена вручную и поэтому она уникальна и неповторима. Мастерам удаётся не просто создавать уникальные куклы, но и вдохнуть в них жизнь.

Затем Ксения сопроводила пожилых людей на прогулке по Летнему саду, которому в этом году исполнилось 100 лет.



Участники экскурсии увидели красные березы, липы, которые были посажены еще семьей фабриканта Красильщикова, современные посадки елей, туй, лиственных деревьев, цветов.

Волга — широкая и величественная река, воспетая во многих стихах и песнях. Любоваться ее красотой можно бесконечно. Поэтому пожилые люди и инвалиды отделения отправились в город Кинешма, чтобы совершить речную прогулку по любимой реке.



Невероятные ощущения испытали они при катании на катере по Волге, при любовании пейзажами на ее берегах.

В рамках акции «Бабушки и дедушки», которую зоопарк проводит уже не первый год, пожилые люди отделения получили возможность бесплатно посмотреть на всех представителей живой природы в Ивановском зоопарке.



Запомнились путешественникам амурский барс, японский макак, андалузская лошадь, полярный и канадский волки, европейская лань, верблюды, птицы различных пород и размеров, и другие. Не смогли пройти и мимо белых львов – Мартина и Ники, подаренных зоопарку мерией г. Ярославля к 145-летию г. Иваново.



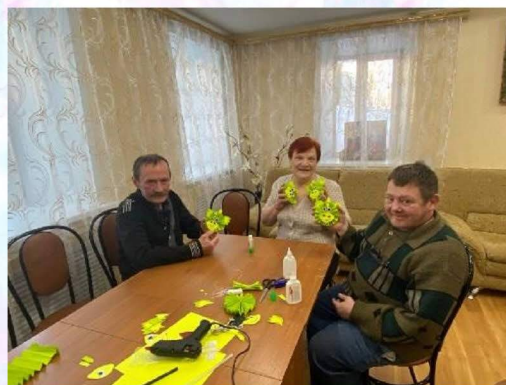
Не смотря на пасмурную погоду, проживающие отделения с большим удовольствием прогуливались по тропинкам зоопарка, заглядывая в каждый живой уголок.



*Мы рисуем и творим,
Чтобы лучше был наш мир...*

Творчество-реализация своих мечтаний и умений и любой проживающий в отделении может найти себе занятие по душе, главное не бояться и стать талантливым в нем.

По восточному календарю 2024 году - год зеленого деревянного Дракона. Чтобы привлечь счастье, удачу и здоровье на занятии творческой мастерской «Территория радости» пожилые люди изготовили символ наступившего года – веселых зеленых дракончиков.



И, действительно этот год для участников творческой мастерской очень яркий и удачный, запомнится интересными занятиями.

- К 80-летию со дня снятия блокады от фашистских захватчиков города Ленинграда состоялся мастер-класс «Цветок жизни». Его провела «серебряный» волонтер Маргарита Николаевна Соколова.



Участники занятия узнали, что мемориальный комплекс «Цветок жизни», создан в память о погибших детях блокадного Ленинграда.

Маргарита Николаевна показала пожилым людям, как в технике оригами и аппликации можно сделать бумажные копии памятника «Цветок жизни».

На одном из занятий творческой мастерской «Территория радости» проживающие познакомились с инновационной технологией – «Пластилинография».



Пластилинография - не традиционное рисование, а достаточно кропотливый процесс, который стимулирует усидчивость, терпение, стремление доводить начатую работу до конца. Данная разновидность лепки совершенствует мелкую моторику рук, снимает мышечное и нервное напряжения. У всех участников занятия получились очень необычные, красочные картины.

Раскраски антистресс - один из видов арт-терапии, а раскрашивание - приятное и полезное занятие. Во время раскрашивания активизируются различные области в обоих полушариях мозга, задействуется логика и креативность, при подборе и смешивании цветов пробуждается воображение. На такое занятие и были приглашены «наши художники».

Результат не заставил себя ждать - получившиеся рисунки «ожили» и заиграли красками.



Волонтер, выпускница «Ивановского художественного училища им.М.И.Малютина» Анна Монакова регулярно проводит занятия с нашими проживающими. Ее занятия яркие, интересные, запоминаются нетрадиционными техниками рисования.

Так Анна Монакова провела мастер-класс с использованием новой инновационной технологии – «Монотипия». Это техника рисования объединила в себе печатную графику и живопись.

Участники мастер-класса создавали композиции акварельными красками. Художники рисовали крылья бабочек, смешивая разнообразные цвета и наносили их отпечаток на бумагу.

В результате получились неповторимые работы, порадовав и удивив авторов интересными фактурами и композицией.



На очередном занятии Анна Монакова рассказала собравшимся о нетрадиционной «ковровой» технике рисования. С помощью измельченной бумаги, клея ПВА и акриловых красок все вместе создавали красочное панно.



Об инновационной технике рисования - «пуантилизм», которую разработал французский художник Жорж Сёра пожилые люди никогда не слышали. Анна Владимировна показала, как с помощью мелких точечных мазков, выполненных красками создается яркая картина

Рисование в такой технике развивает фантазию, сосредоточенность, согласованность движений, координацию, усидчивость и, конечно же, мелкую моторику пальцев рук.



Всем участникам занятия такой необычный способ рисования пришелся по душе.

Новая инновационная техника рисования на влажной бумаге - «по-мокрому» вызвала у пожилых людей массу эмоций.

Художник-дизайнер рассказала и показала, как на бумаге смешивать акварельные краски и брызги воды. В течение всего мастер-класса проживающие отделения творили, фантазировали и экспериментировали – и поэтому каждый рисунок получился индивидуальным и интересным.



«Танцующие краски на молоке» - на занятие с таким интригующим названием пригласила пожилых людей Анна Монакова. Для данной нетрадиционной техники рисования используют подручные материалы – молоко, жидкое мыло и акварельные краски. Попавшие в молоко краски движутся произвольно, создавая красивые узоры, цветы и звезды. Участники занятия с большим интересом включились в художественное творчество и у каждого из них получался свой удивительный и неповторимый узор.



Традиционно в середине ноября проживающие отделения временного проживания готовятся к празднику – «Синичкин день».

По народным приметам, к этому времени синицы, предчувствуя скорые холода, перелетали из лесов ближе к человеческому жилью и ждали помощи от людей.



На занятии творческой мастерской «Территория радости» пожилые люди с удовольствием приступили к изготовлению созданию кормушек из пластиковых бутылок, ведерок и форм из под яиц.

Каждому хотелось, чтоб его кормушка понравилась птицам. Их раскрашивали, придумывали защиту от снега, крепления. Каждый вложил в изготовление кормушки свое тепло, желание помочь птицам.

В рамках акции «Синичкин день» готовые кормушки вывешены на территории отделения.

В этом году в отделении стартовал мини-проект для слепых и слабовидящих граждан – «Мой друг говорящая книга».

Цель мини-проекта — создание условий для социокультурной реабилитации и повышения качества жизни слабовидящих граждан.

Пожилым людям была предложена альтернатива чтению – аудиокниги.



Аудиокнига – это возможность оказаться где-то в другом мире, вспомнить и пережить светлые минуты. Бесспорно, они не должны заменять настоящие, но для слабовидящих людей это единственный выход, который даёт им удивительные возможности вновь встретиться со своими любимыми героями.

Проживающие отделения научились «управлять» тифло-плеером и теперь с большим удовольствием пользуются им каждый день.



За чашкой чая с соседкой или в индивидуальных наушниках, чтобы не мешать окружающим они с интересом слушают свои любимые произведения. А затем обсуждают и делятся впечатлениями от прослушанных рассказов, поэм, стихов и музыкальных композиций.

*Щепоткой радости приправьте
Рагу, десерт или пирог
И пару капель влейте счастья
В компот фруктовый или сок,
Перемешайте вдохновенно,
Добавьте много добрых слов,
И всё получится отменно,
Пирог, суфле и даже плов.*

Пожилые люди (особенно женщины), прожившие долгую жизнь, зачастую имеют богатый кулинарный опыт. Очень важно, чтобы они не утрачивали желание и способность к любимым занятиям.

Именно поэтому у нас стартовал мини-проект «Вкусные традиции», на занятиях которого участники делятся своим кулинарным опытом, семейными секретами рецептов, проводят мастер-классы по созданию любимых блюд.

Участники проекта вспоминали рецепт традиционного сахарного печенья, участвовали в мастер-классе «Десерты к чаю без выпечки».



Заведующая отделением Лидия Константиновна Гянис провела мастер-класс по приготовления домашних вафель.



Смешав все нужные ингредиенты и используя электровафельницу, каждый смог поучаствовать в процессе их приготовления.

Аромат вафель распространился по всему отделению, создавая неповторимую атмосферу уюта и радости.

Жарким летом не хочется горячих, наваристых супов. Пришло время легких овощных первых блюд, а главное – холодных, поэтому в рамках мини-проекта состоялось занятие по приготовлению холодного борща.



Используя колбасу, помидоры, свежие и соленые огурцы, зеленый лук, укроп, яйцо и яблочный уксус для «кислинки», пожилые люди с радостью освоили технологию его приготовления.

В конце мероприятия участники занятия отведали холодный борщ и остались в восторге.



В солнечный летний день на очередном занятии было предложено изготовить всеми любимое лакомство - мороженое. Участники занятия узнали много новых фактов о мороженом, об истории его происхождения, рецептах и секретах приготовления.

А в завершении кулинарного мастер-класса собравшиеся полакомились разным видом «замороженного десерта» - шоколадным, классическим пломбиром, фруктовым льдом и клубничным мороженым собственного приготовления.

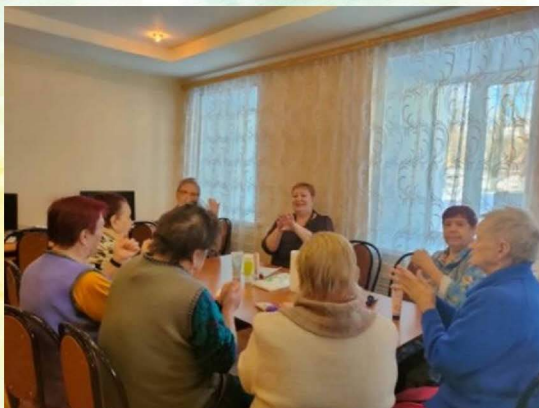


Шарлотка любимый и очень популярный яблочный пирог. Поэтому одно из занятий проекта было посвящено этому десерту.

А впереди участников проекта ждет приготовление домашних пельменей, мастер-классы «Кекс в чашке» и «Быстрый перекус».

*Все во власти интересов –
Средство лучшее от стрессов.
Старость? Нет. Не про меня!
С каждым днем все краше я!!!*

Каждой женщине, независимо от возраста, хочется выглядеть красиво, а весной, в период пробуждения природы, особенно. Поэтому совсем не случайно в нашем отделении в марте стартовал мини-проект «Красиво стареть возможно».



Первое занятие было посвящено уходу за руками. Заведующая отделением Лидия Константиновна Гянис рассказала о необходимости в зрелом и пожилом возрасте уделять внимание не только эстетике рук и ногтей, но и их общему состоянию, показала, как это можно сделать в «домашних» условиях.

Женщины с помощью скраба и пилинга-скатки отшелушивали кожу рук, затем наносили на кожу увлажняющий или питательный крем. А в кутикулы массажными движениями втирали масло.

На очередном занятии мини-проекта женщин отделения пригласили на мастер-класс по уходу за кожей лица.



Сначала женщинам было предложено правильно очистить кожу лица, затем была нанесена маска-скраб, которая также нежно очищает и придает коже легкость и гладкость. И только по окончании этих процедур женщины насладились нанесением на лицо питательного крема.

Процедура ухода за лицом кропотливая, так как зрелая кожа требует особенного ухода, и женщины были очень довольны первым результатом.

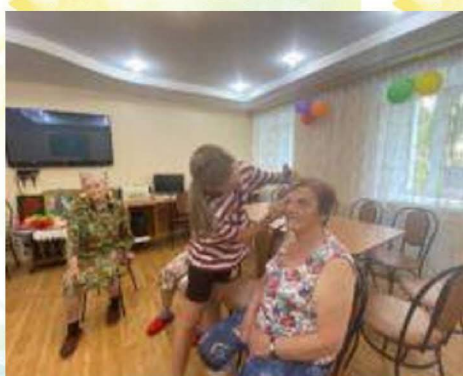
Уход за кожей ног - важная и необходимая часть регулярного комплекса ухода за собой, поэтому в рамках мини-проекта «Красиво стареть возможно» на очередном занятии уделили внимание уходу за ногами.



Специалист по социальной работе Юлия Миронова рассказала собравшимся какие ванночки нужно делать, как правильно делать массаж и какие средства наносить.

Участницы занятия распарили свои ножки в ванночке с отварами трав, которые оказывают успокаивающее, смягчающее и заживляющее действие и нанесли увлажняющий крем.

На очередное занятие в рамках проекта была приглашена мастер-бровист Екатерина Слушкова. Она рассказала собравшимся о том, как важно ухаживать за бровями в любом возрасте, про новые и доступные средства для ухода. Продемонстрировала, как правильно красить брови тенями.



В один из летних дней женщины отделения были приглашены на занятие «Вкусные» летние маски для лица». Его участницы делились рецептами домашнего ухода лица, вспоминали какие овощи со своего огорода они использовали.



В это день для участниц студии красоты было предложено сделать маску для лица из петрушки и огурца, которые богаты витаминами А и В, никотиновой кислотой, калием и флавоноидом.



А впереди в рамках мини-проекта состоятся занятия по уходу за руками и лицом в холодное время года.

*Чтоб успех был всюду с нами
Было много нам хлопот.
Мы сажали, поливали
Дружно все теперь растет.*

В отделении реализуется проект гартенотерапии «Росток», на котором проживающие ухаживают за комнатными и садовыми цветами, сеют семена, сажают зелень и лук.



Пожилые люди с большим удовольствием и воодушевлением занимались посадкой своего «Огорода на окне».



Весной в отделении состоялась экологическая акция - «Посади цветок – укрась планету».

Цветы – это настоящее украшение любой клумбы и любого двора. Поэтому пожилые люди сеяли семена любимых цветов: настурции, клеомы и львиного зева, наблюдали за их всходами и ростом.



Клумбовые растения требуют постоянного ухода. Поэтому проживающие отделения рыхлили цветники и клумбы пропалывали и поливали их, чтобы цветы радовали своей красотой как можно дольше.

Пожилые люди и инвалиды стараются следить за своим «зеленым садом». Они ежемесячно проводят «генеральную уборку», рыхлят, опрыскивают и вытирают пыль со своих любимых растений.



В этом году дан старт инновационной технологии – «Комнатное цветоводство».



Пожилые люди давно изъявляли желание, чтобы у них в комнате росли комнатные цветы. Их выбор пал на фиалку – символ постоянства и верности, талисман удачи и благополучия.

На первом занятии проживающие отделения узнали какие есть виды фиалок, как пересадить и как правильно за ними ухаживать.

Заведующая отделением Лидия Константиновна Гянисрасказала, как выбрать емкость для них, подготовить питательный грунт, а также о способах пересадки и последующем уходе.



В этот день каждый желающий посадил нового жителя для своего подоконника. Выбор пал на самые разнообразные виды сенполий – «Синичка», «Серпантин», «Балерина», «Яблоневый цвет» и другие.

Теперь обладатели своего маленького растения, будут ухаживать за ним и с большим интересом ждать долгожданного цветения.

*Пусть кто-то скалит про морщины и складки,
У нас на зарядке всегда все в порядке!!!*

Малоподвижный образ жизни – причина большого количества заболеваний. Люди пожилого возраста, которые уже имеют немало недугов, чаще всего в принципе не думают ни о какой физической активности, тихо страдая от возрастных изменений.

Улучшить качество жизни пожилых людей и укрепить здоровье в общем помогут комплексы упражнений. Поэтому в нашем отделении дан старт мини-проекту «Здоровье в порядке-спасибо зарядке».

В рамках проекта в течении года каждое утро для проживающих начинается с зарядки, для них проводятся различные комплексы упражнений, направленные на улучшение дыхательной, сердечно-сосудистой, нервной и других систем, знакомят с самомассажем.



Пожилые люди совместно с получателями социальных услуг отделения социальной реабилитации инвалидов участвовали в спортивном мероприятии.



Под чутким руководством медицинского работника Елены Вадимовны Воронцовой собравшиеся смогли опробовать свои силы на беговой дорожке, велотренажере, виброплатформе и мяче для фитнеса.

Так же в отделении реализуется проект Школы здоровья «В гармонии с собой», цель которого популяризация здорового, активного образа жизни, профилактика заболеваний всех систем организма.

По всем медицинским вопросам консультирует проживающих врач-терапевт Дмитрий Анатольевич Воронько.



Во Всемирный день борьбы с туберкулезом – «День белой ромашки» пожилых людей посетила врач-фтизиатр Ольга Михайловна Шмарова.

Сотрудники отделения организовали акцию «День ТВОЕГО здоровья», которую провели представители Центра здоровья ОБУЗ «Родниковская ЦРБ». Врач-ЛФК Татьяна Михайловна Каракова провела для пожилых людей лечебную гимнастику, врач-терапевт Сергей Валерьевич Чуканов побеседовал с каждым проживающим, измерил артериальное давление и дал свои рекомендации. А медсестры Ирина Владимировна Цыганова и Наталья Олеговна Пожидаева взяли кровь на общий анализ и провели электрокардиографию.



Медсестры отделения Лидия Сергеевна Гусарова и Роза Фаритовна Ширкова читают лекции о сохранении здоровья, проводят интересные практические занятия.



А участвуют в реализации этих проектов наши сотрудники:

Заведующий отделением
Гянис Лидия Константиновна



Врач-терапевт
Воронько Дмитрий Анатольевич



Специалист по социальной работе
Миронова Юлия Андреевна



Медицинская сестра
Гусарова Лидия Сергеевна



Санитарка
Малова Татьяна Ивановна



Вахтеры
Смирнова Татьяна Константиновна Щербакова Валентина Степановна



и другие.