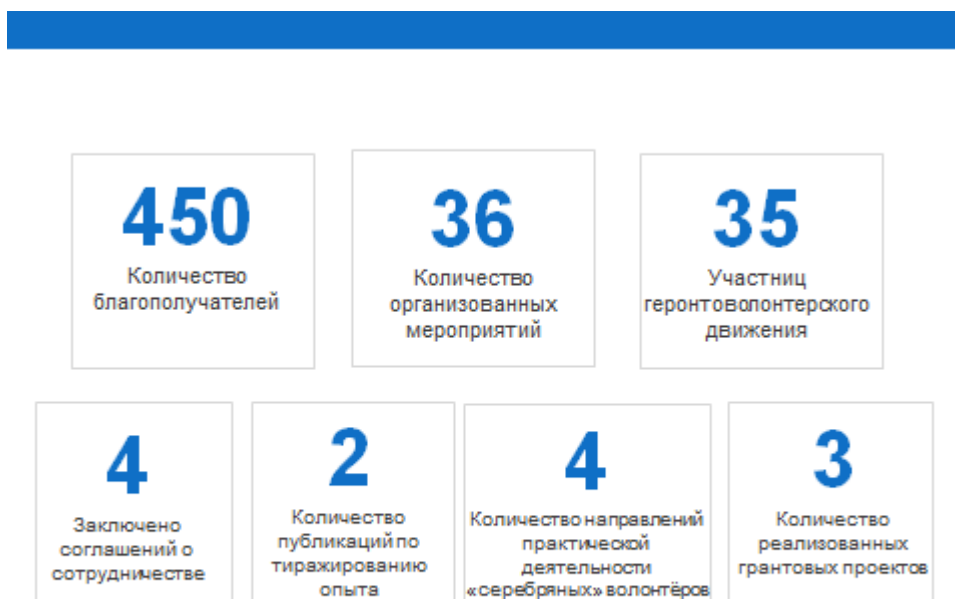


За 2021 год участники геронтологического движения «Шушенские волонтеры 55+» приняли участие в следующих мероприятиях:



За 2021 год, серебряные волонтеры, провели 36 мероприятий (акции «Блокадный хлеб», «Цветами улыбается земля», «Подарим детям праздник», «Варежки и носочки детям» и тд.). В состав волонтерской организации «Шушенские волонтеры 55+» входит 35 добровольцев «серебряного возраста».

В течении 2021 шла реализация проекта «Территория семейного здоровья» (победитель Всероссийского грантовый конкурс «Серебряный возраст»).

Основной этап проекта (июнь-октябрь 2021г.). В июня 2021 года были заключены первые договора по приобретению необходимого оборудования для проведения занятий (ноутбук, микрофонная радиосистема, манекен ребёнка, фантом пожилого человека для сестринского ухода), заказаны и изготовлены толстовки для «серебряных» волонтеров с символикой проекта «Территория здоровья».

При проведении занятий Школы «Территория семейного здоровья» были приняты всесторонние меры для обеспечения санитарно-эпидемиологической безопасности участников проекта:

- на входе в помещение, где проводилось занятие, проводилась термометрия;
- одновременно в зале присутствовало не более 20 слушателей;
- при размещении слушателей школы соблюдалась дистанция в 1,5 метра.

На занятиях «серебряными» волонтерами-медиками освещались общие рекомендации по реабилитации легких после COVID-19, оптимальный режим питания и дня при восстановлении. Подготовили комплекс дыхательных упражнений. Каждая тема занятий была оформлена в методическое пособие, которое было распространено среди участников проекта.

Новинкой для населения оказались практические занятия по детскому оздоровительному массажу. Обучающий мастер-класс направлен на помощь мамам и папам, желающим, чтобы их малыш рос здоровым и готовым уделять этому свое время. «Серебряный» волонтер-медик, а в прошлом медицинская сестра по массажу показала, как правильно делать манипуляции малышам, обучила приемам развивающей гимнастики.

Большой интерес у участников проекта вызвал раздел программы «Отработка практических навыков и умений по уходу за тяжелобольным». Уход за тяжелобольным является весьма сложной работой в первую очередь из-за высокой физической нагрузки при уходе за беспомощными больными. Очень важно научить родственника грамотному уходу, а в первую

очередь отработке навыков по профилактике пролежней и осуществление гигиены больного. Для решения данной задачи был приобретен фантом пожилого человека. Он реалистично изготовленный, имеет превосходно выполненные сочленения в суставах, позволяющие его двигать и располагать в любой анатомически достоверной позе.

Всего за период реализации проекта:

- ✚ первичную консультацию для записи в группы получили 175 человек;
- ✚ сформировано 9 групп (по 8 человек);
- ✚ проведено 12 занятий (два раза в месяц выездные по 60 мин; два раза в месяц на базе центра социального обслуживания);
- ✚ охвачено 134 человека целевой аудитории проекта;
- ✚ разработаны методические пособия на темы: «Рекомендации по предупреждению распространения коронавирусной инфекции», «Детский массаж», «Дыхательная гимнастика»;
- ✚ проведено 6 индивидуальных выездных занятий по теме «Уход за тяжелобольным в домашних условиях»;
- ✚ организовано и проведено стартовое мероприятие проекта, для граждан пожилого возраста. В нем приняло участие 25 человек старшего поколения – «серебряные» волонтеры. Самые активные участники проекта – «серебряные» волонтеры, в качестве поощрения, посетили государственное автономное учреждение культуры Республики Хакасия «Русский академический театр драмы имени М.Ю. Лермонтова» на показе спектакля «Ганди молчал по субботам».

Участие куратора геронтологического движения «Шушенские волонтеры 55+» в 2-ом Всероссийской отборе лучших практик по работе со старшим поколением с практика «Бабушки – йоги».

Куратор добровольческого
движения «Шушенские волонтеры 55+»

_____ / Колесникова Н.П.
(расшифровка подписи)