



**ДЕМЕНЦИЯ.NET**

**поддержка старшего поколения  
для сохранения когнитивного здоровья**

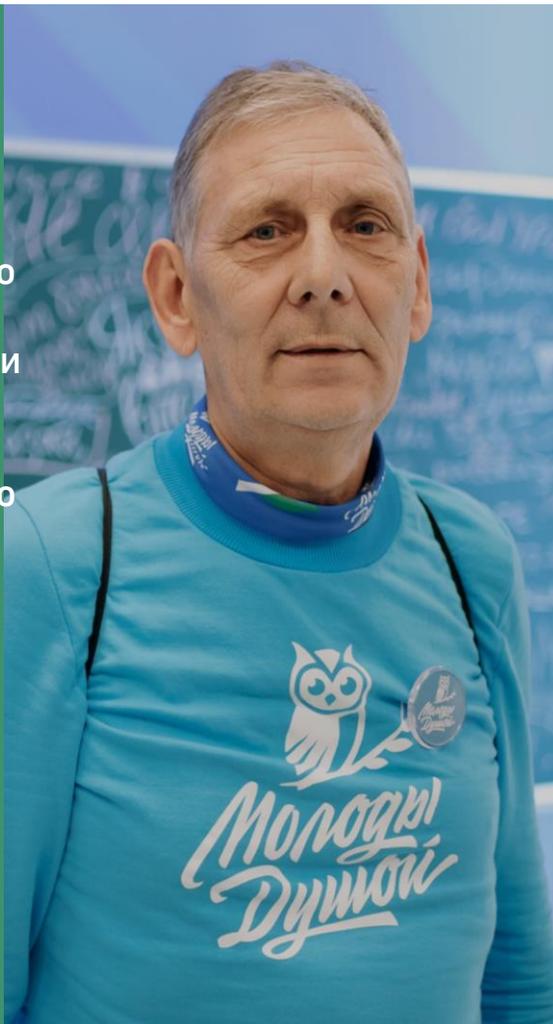


# ПРОГРАММА «АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»



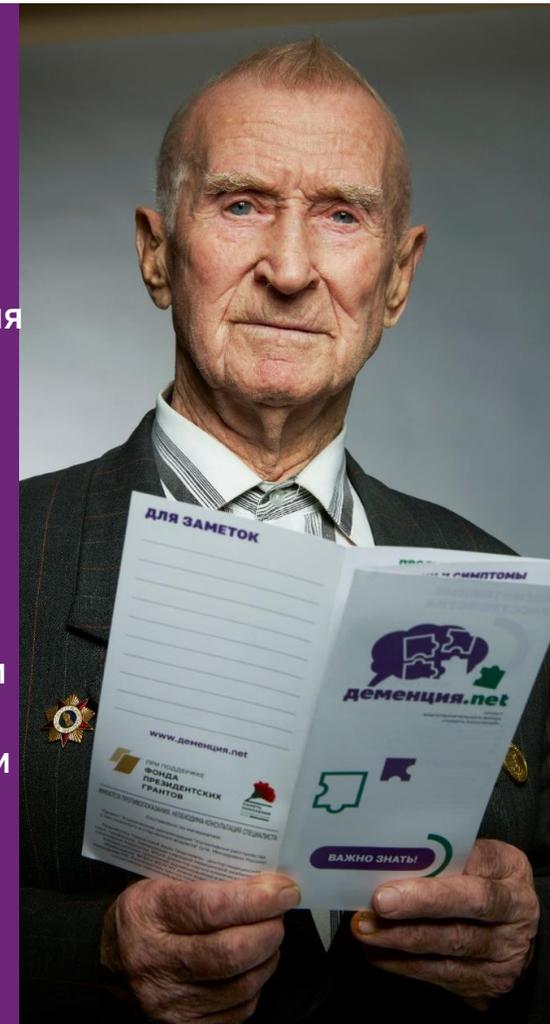
## Федеральная программа: «Молоды душой»

- Вовлечение людей старшего возраста в добровольческие практики
- Формирование активного сообщества людей старшего возраста
- Развитие инфраструктуры «серебряного» волонтерства
- Партнерство с АВЦ



## Проект: «Деменция.net»

- Забота о когнитивном здоровье старшего поколения
- Информирование общественности о проблеме деменции и методах профилактики
- Позитивные изменения в процессе оказания помощи людям с деменцией и ухаживающим за ними
- Снятие стигматизации



# деменция.net



## Цель:

- Широкое информирование о проблеме
- Сохранение когнитивного здоровья старшего поколения
- Организация помощи людям, столкнувшимся с этим недугом
- Создание условий для поддержки тех, кто хочет предотвратить это заболевание, применяя превентивные меры



## ИНФОРМИРОВАНИЕ

Информационно-методические материалы о деменции, проведение профильных мероприятий для привлечения внимания к проблеме



## ПРОФИЛАКТИКА

Школа активного долголетия, Марафон когнитивного здоровья, Когнитивный тренинг «Деменция.net»



## ДИАГНОСТИКА

Онлайн тестирование на сайте деменция.net, очный скрининг в региональных центрах профилактики когнитивных расстройств



## УХОД

Видеокурс «Все о деменции за 60 минут», одноимённый информационный справочник, Руководство по уходу за людьми с деменцией «Isupport»



# ИНФОРМИРОВАНИЕ



- **Информационно-методические материалы**  
видеокурс «Все о деменции за 60 минут», информационный справочник
- **Платформа Деменция.net**  
информационные статьи, когнитивная гимнастика, новости проекта
- **Информационная кампания**  
социальные видеоролики в сотрудничестве с СОЮЗМУЛЬТФИЛЬМ,  
социальная реклама, информационные буклеты
- **21 сентября – День борьбы с болезнью Альцгеймера**  
проведение тематических мероприятий:
  - Акция Деменция.net в Московском метрополитене
  - Марафон когнитивного здоровья
- **Дни когнитивного здоровья**
- **Социальные сети**



# ЦЕНТРЫ ПРОФИЛАКТИКИ КОГНИТИВНЫХ РАССТРОЙСТВ

## 15 регионов

- Смоленск
- Волгоград
- Оренбург
- Ростов-на-Дону
- Пермь
- Санкт-Петербург
- Омск
- Новосибирск
- Киров
- Ульяновск
- Ставрополь
- Чебоксары
- Ижевск
- Севастопль
- Саратов

>250

волонтеров  
проекта

>2100

участников  
занятий

>3015

проведенных  
тестирований



Профилактические мероприятия



Первичные тестирования лиц старшего возраста



Занятия школы активного долголетия





# PRO VONO ИССЛЕДОВАНИЕ ВЦИОМ

- **Деменция – это...**  
В общей сложности о деменции с разной степенью осведомленности знают **68%** наших сограждан:  
хорошо знают треть россиян (**34%**)  
столько же что-то слышали о ней (**34%**)  
впервые услышали о деменции в ходе опроса **24%** - то есть каждый четвертый
- **Источники информации о деменции:**  
Среди тех, кто **хорошо знает о деменции**,  
**54%** называют личный опыт,  
**28%** — статьи, подкасты, сайты в интернете,  
**23%** — профессиональный опыт и образование.  
В группе **знающих о деменции поверхностно**  
первое место занимает **телевидение** — **33%**  
второе — **интернет 32%**  
на третьем месте — **личный опыт 30%**
- **Симптомы**  
В открытом вопросе о признаках, по которым можно заподозрить деменцию, **68%** назвали когнитивные расстройства, нарушение или потерю памяти и забывчивость

- **Что можно сделать?**  
Каждый третий россиянин склоняется к тому, что деменцию можно отсрочить (**32%**)  
**20%** считают, что ее можно предотвратить  
**21%** полагают, что деменция скорее неизбежна, ее нельзя ни отсрочить, ни предотвратить
- **О боязни заболеть деменцией** говорят более трети россиян (**36%**), в том числе **11%** очень опасаются заболеть. В большей степени это присуще женщинам (43% vs. 28% мужчин) и гражданам старше 60 лет (43%), а также тем, кто хорошо знает об этом заболевании  
**Не переживают** по поводу возможности заболеть деменцией **54%**, каждый второй россиянин, в том числе 21% абсолютно не опасаются этого
- **Что сделать для профилактики развития деменции? 25% россиян** указали на необходимость тренировать мозг, оставаться интеллектуально активным, «работать головой»  
**20%** считают, что нужно больше читать и учить стихи.  
По **11%** отметили необходимость следить за своим здоровьем, регулярно посещать врачей, проходить диспансеризацию и вести здоровый образ жизни

## Выборка



**Объем выборки**  
1600 респондентов

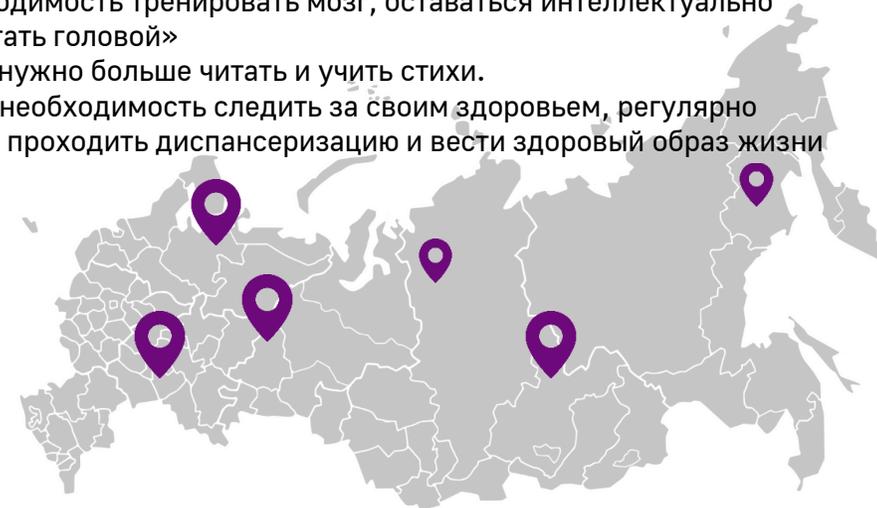


**Охват**  
Не менее  
**80** регионов,  
**500** городов и ПГТ,  
**100** сел

## Метод



**Тип интервью**  
Формализованное  
**телефонное интервью**



# ПРОГРАММЫ УХОДА



## Адаптированное русскоязычное пособие для лиц, осуществляющих домашний уход iSupport

В 2023 году мы завершили работу по переводу на русский язык и адаптации уникального руководства по обучению и поддержке лиц, осуществляющих уход за людьми с деменцией iSupport, разработанного офисом ВОЗ в Швейцарии

Пять модулей курса направлены на предотвращение и уменьшение проблем с психическим и физическим здоровьем людей с деменцией, а также на улучшение качества жизни тех, кто за ними ухаживает



**Онлайн курс «Забота и Я»** по уходу за людьми с деменцией доступен для прохождения на сайте [Деменция.net](https://www.dementia.net)

# Свяжитесь с нами в любое время удобным для вас способом

или отсканируйте QR-код  
с помощью камеры

сайт проекта  
деменция.net



telegram-канал  
БОДРОМОЗГ



сообщество ВК  
деменция.net



**Русакова Наталья**

Руководитель программы «Активное долголетие»

 +7 (900) 299-57-03

 [nrusakova@gvozdika.org](mailto:nrusakova@gvozdika.org)  
[info@деменция.net](mailto:info@деменция.net)

 Москва, Кутузовский проспект,  
дом 32, корпус 3