

АНО СОН «ОПОРА»

Реализация проекта предполагает учет состояния здоровья получателей социальных услуг, их пожеланий, медицинских рекомендаций, требований эпидемиологической ситуации в регионе (СИЗ, дистанция, количественный состав оздоровительных групп и пр.).

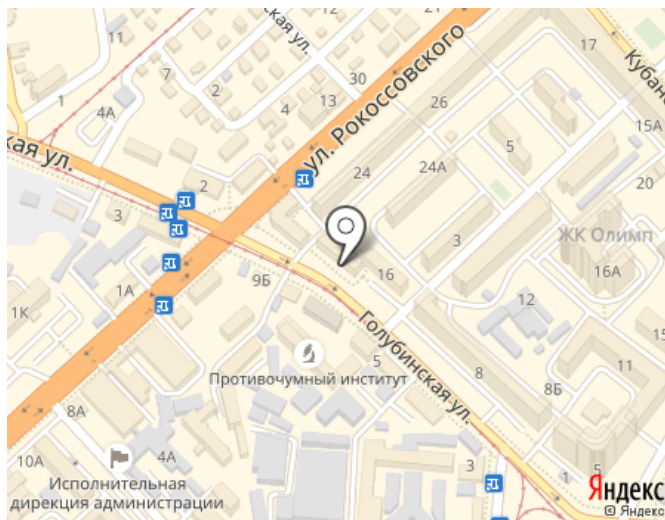


Вы можете получить подробную информацию о проекте, записаться для получения помощи психологического и/или оздоровительного характера на дому или вне дома по телефонам:

**59-30-42 (Дзержинский р-н),
59-30-41 (Центральный р-н),
59-30-14 (Краснооктябрьский р-н),
22-00-06 (Ворошиловский р-н).**

АНО СОН «ОПОРА»

Адрес: 400131, г.Волгоград, ул.
Голубинская, 18



**E-mail: ano_opora@mail.ru
Адрес сайта : <http://oporacson.ru>**

Режим работы:

Пн.- пт. 8.30 – 17.00; перерыв: 12.30 – 13.00
Выходные дни: суббота, воскресенье



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ

Автономная некоммерческая
организация социального
обслуживания населения
«Опора»



**СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ
ПОМОГАЕМ НА ЗДОРОВЬЕ**



**Волгоград
2022-2023**

АНО СОН «Опора»: «ДВИЖЕНИЕ—ПРОТИВ СТАРЕНИЯ! МЫ—ЗА СБЕРЕЖЕНИЕ ДУШИ ЧЕЛОВЕКА!»

**Автономная некоммерческая
организация социального обслуживания
населения «Опора»
реализует с 1 февраля 2022 г.
по 31 июля 2023 г.
социальный проект**

«Помогаем на здоровье»

**по развитию двигательной активности
получателей социальных услуг на дому и
вне дома, их психологическому сопрово-
ждению на дому.**

Цель проекта: профилактика заболеваний,
улучшение физического и психологического
самочувствия маломобильных получателей
социальных услуг АНО СОН «Опора» путем
развития их двигательной активности индиви-
дуально на дому и в группе сверстников вне
дома, индивидуального психологического со-
провождения на дому.

**Проект реализуется с использованием
гранта Президента Российской Федерации
на развитие гражданского общества,
предоставленного
Фондом президентских грантов**

Заявка № 22-1-001209

**Грантовое направление:
Охрана здоровья
граждан,
пропаганда здорового
образа жизни**



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ

Основные целевые группы проекта:

**мероприятия 3-х направлений проекта адресо-
ваны получателям социальных услуг АНО СОН
«Опора» с разной физической, социальной
мобильностью и двигательной активностью.**

Первое направление проекта включает
индивидуальную работу на дому с наиболее
маломобильными подопечными, не покидаю-
щими свои квартиры. По запросам таких полу-
чателей социальных услуг к ним на дом будут
приходить специалисты:

**-инструктор по адаптивной физиче-
ской культуре** для проведения индивидуаль-
ных занятий оздоровительной гимнастикой,
оказания помощи в освоении и выполнении
посильных физических упражнений по реко-
мендации врача, развитию простой двигатель-
ной активности (упражнения для ног, рук, шеи);
-психолог для проведения индивидуальной
психологической работы: психологическая по-
мощь и поддержка, консультирование по инди-
видуальным проблемам (дефицит общения,
одиночество, переживания по поводу ухудше-
ния здоровья, конфликты с родственниками;
депрессивные переживания и др.).



Второе направление проекта включает
организацию индивидуальных прогулок на
свежем воздухе для получателей социальных
услуг с серьезными ограничениями в передви-
жении, желающих совершать прогулки в пре-
делах территории проживания (двор, придомо-
вая территория) и нуждающихся для этого в
посторонней физиче-
ской помощи волонте-
ров и прогулочном
реабилитационном
оборудовании (уличное
кресло-коляска), сопро-
вождение их во время
прогулок.



Третье направление проекта ориентирова-
но на наиболее сохранных в плане мобильно-
сти получателей социальных услуг и включа-
ет групповые прогулки получателей, сканди-
навскую ходьбу, гимнастику на свежем возду-
хе в парках и скверах Волгограда под руково-
дством специалиста по адаптивной физиче-
ской культуре. В холодное время года группо-
вые занятия проводятся в специально обору-
дованном зале для адаптивной физической
культуры ГБУ СО «Центральный центр соци-
ального обслуживания населения», который
выступает партнером проекта.

