

**АКТИВНО  
ИДЁМ  
К ДОЛГОЛЕТИЮ!**





**АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ**  
Жизненные стратегии и социальные практики активного  
долголетия граждан России пожилого (третьего) возраста

# 1. МЦАД как проект социальной политики региона

Из чего этот предмет состоит? Как любая социальная инициатива это:

- идея
- концепция
- алгоритм реализации
- ожидаемые результаты
- тиражирование опыта, практик



**АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ**

Жизненные стратегии и социальные практики активного долголетия граждан России пожилого (третьего) возраста

## **Идея = Цель**

всесторонняя поддержка представителей старшего поколения и улучшение качества ИХ ЖИЗНИ.



**АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ**

Жизненные стратегии и социальные практики активного  
долголетия граждан России пожилого (третьего) возраста

**КОНЦЕПЦИЯ  
И  
СТРАТЕГИЧЕСКИЕ НАПРАВЛЕНИЯ  
ПОДПРОЕКТА  
«АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»  
БОЛЬШОГО ПРОЕКТА БИБЛИОТЕК  
ПРИАНГАРЬЯ**

- Активное долголетие в России – приоритетный проект для правительства, который должен помочь обеспечить пожилым гражданам благополучие. Важную роль в этом играет долговременный уход, а также включение людей старшего возраста в спорт и обучение новым навыкам.
- Документ должен решить две цели – продление достойной жизни пожилых граждан, а также адаптацию общества к демографическим изменениям.



**АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ**

Жизненные стратегии и социальные практики активного долголетия граждан России пожилого (третьего) возраста

- Целевая группа этой концепции — население 55 лет и старше. Концепция рассматривает старшее поколение не как обременение, а как потенциал.
- В проекте заложены три приоритетные задачи:
- здоровье в старшем возрасте
- достойная жизнь в старшем возрасте
- активное участие в жизни общества.



**АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ**

Жизненные стратегии и социальные практики активного долголетия граждан России пожилого (третьего) возраста

# «АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»

**Физическое долголетие:**  
спорт, питание, отдых



**Творческое долголетие:**  
все для хобби



**Грамотное долголетие:**  
консультации специалистов



**Современное долголетие:**  
обучение  
цифровым технологиям



**Модное долголетие:**  
одежда, обувь, аксессуары





***Цель подпроекта:*** усиление роли общедоступных библиотек в сфере обеспечения социальной и физической активности пожилых жителей Иркутской области.



## Алгоритм реализации

### ШАГ 1.

#### Целеполагание и постановка базовых задач

Цель МЦАД для библиотеки Ангарска:  
всесторонняя поддержка представителей  
старшего поколения и улучшение качества  
ИХ ЖИЗНИ.



Задачи МЦАД:

1. Обеспечение доступа пожилых жителей Ангарска к социальным, культурным, информационным услугам.
2. Развитие серебряного волонтерства.
3. Популяризация библиотечной деятельности в сфере обеспечения ментального и физического здоровья.



## ШАГ 2. Разработка и оформление направлений деятельности МЦАД актуальных для конкретной территории

В МЦАД ЦГБ Ангарска:

- «Социогид»
- «Культурный волонтер»
- «Школа жизнелюбия»



**ШАГ 3. Поиск социальных партнеров,  
заключение соглашений, договоров о  
сотрудничестве.**

В МЦАД ЦГБ Ангарска:

- «Социогид»
- «Культурный волонтер»
- «Школа жизнелюбия»

# СОЦИАЛЬНЫЕ ПАРТНЕРЫ

## КАК ИСКАТЬ?

### ВЗАИМНАЯ ВЫГОДА

Начиная поиск предприятий партнеров, необходимо сформулировать факторы, направления деятельности МЦАД, которые могут стать привлекательной, перспективной площадкой для развития предприятий-партнеров, реализации новых направлений их работы, продвижения их продукта (естественно, здесь не идет речь о прямой продаже товаров или услуг).

## ГДЕ ИСКАТЬ?

- Социальные организации населенного пункта;
- Коммерческие предприятия, готовые к реализации совместных некоммерческих проектов;
- Частные лица, заинтересованные в продвижении своего продукта среди целевой аудитории путем проведения цикла безвозмездных мероприятий информационного, практического характера.

Библиотека - информационная площадка, с помощью которой то или иное социальное учреждение сможет донести необходимую информацию до наибольшего количества пожилых граждан одновременно.



## «Социогид»

### Организации-партнеры:

- Отделение ПФР (об изменениях в законодательстве, касающихся пенсий);
- УК (вопросы в сфере ЖКХ);
- Отдел по защите прав потребителей;
- Правоохранительные органы (виды мошенничества и способы защиты);
- ССП, юридические организации, нотариальные конторы и пр.



**Центр социального обслуживания  
населения «Веста».**





# АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ





# АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ



## Направление «СОЦИОГИД»



## Направление «СОЦИОГИД»



# Направление «СОЦИОГИД»

**Цель :** Повышение качества жизни пенсионеров, степени их социальной защищенности.

**Задачи:**

1. Обеспечение материально-технической базы для оказания социальной, информационно-консультационной и правовой помощи пенсионерам и инвалидам.
2. Повышение уровня правовой и финансовой грамотности пенсионеров.
3. Оказание правовой помощи пенсионерам, людям с ограниченными возможностями здоровья.



**Темы мастер-классов с привлечением специалистов:**

- **вопросы в сфере ЖКХ (просто о сложном)**
- **права потребителей (что нужно знать каждому)**
- **осторожно – мошенники  
(виды мошенничества и способы защиты)**
- **правовое регулирование владения земельным участком  
(закон, нововведения, практика)**
- **правила и порядок обращения в контролирующие ведомства  
(куда и по каким вопросам обращаться за защитой)**

# Направление «КУЛЬТУРНЫЙ ВОЛОНТЕР»



## Направление «КУЛЬТУРНЫЙ ВОЛОНТЕР»

### **Цель :**

Организация культурно-просветительского досуга для людей старшего поколения силами самих участников проекта.

### **Задачи :**

1. Организация площадки для проведения цикла тематических видеолекториев по различным видам искусства.
2. Проведение встреч с писателями и поэтами Иркутска, Ангарска и других городов.
3. Проведение читательских марафонов и конкурсов среди благополучателей.

## Направление «КУЛЬТУРНЫЙ ВОЛОНТЕР»



## Направление «Школа жизнелюбия»

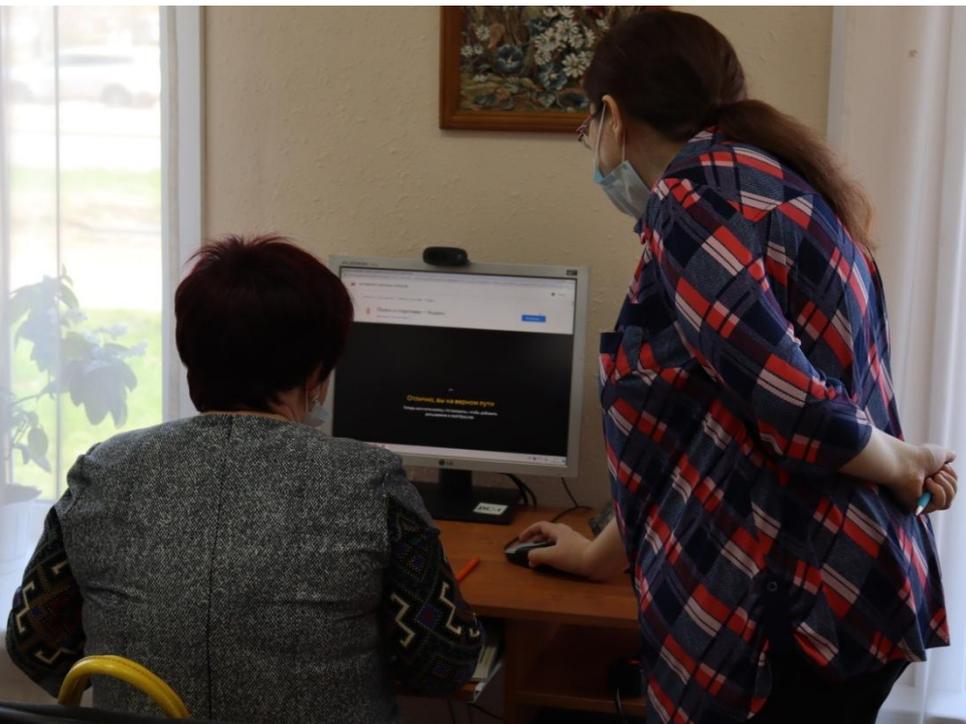
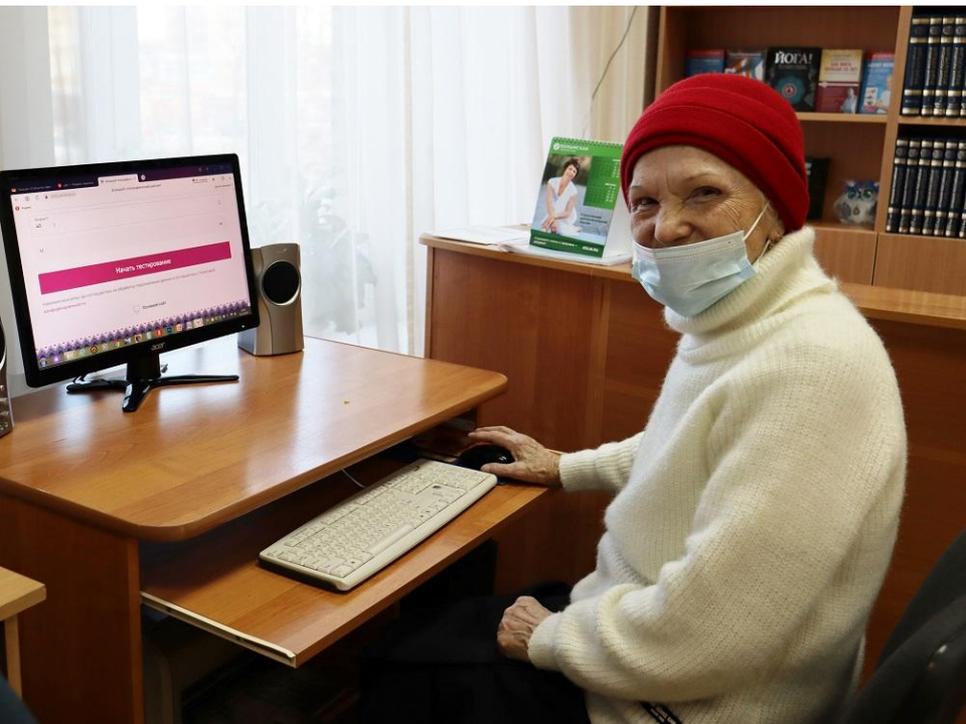
### **Цель :**

Формирование и развитие мотивации у пожилых людей на сохранение ментального здоровья и продление активного образа жизни.

### **Задачи :**

1. Организация цикла мероприятий, способствующих психологической поддержке пожилых граждан и инвалидов;
2. Проведение встреч со специалистами для оказания консультативной помощи пожилым людям в области ментального здоровья.
3. Проведение цикла мастер-классов по работе с персональными компьютерами, базовыми программами и популярными интернет-ресурсами.

# Направление «Школа жизнилюбия»



## «Школа жизнелюбия»



**Мастер-классы по психологии  
от А.А. Шадринной (психолога-коуча)  
Руководителя Ангарской ассоциации  
психологов**

**Мастер-классы для садоводов от  
руководителя сообщества  
«Биодинамическое земледелие»  
С.В. Тужилина**

**Библиотека - связующее звено между благополучателем и специалистом.**

# «Школа жизнелюбия»

Клиника Доктора Алеховой

## Первый в Иркутской области авторский центр лечения боли

Быстро и бережно избавляем от боли **навсегда**

<b>70</b> способов диагностики	<b>7</b> направлений работы	<b>более 1000</b> пациентов, начавших полноценную жизнь
--------------------------------------	-----------------------------------	---

Только в марте консультация главного врача клиники со скидкой 10%

[Записаться](#)

**Алехова Ольга Сергеевна**

- Главный врач и основатель клиники
- Врач-хирург I квалификационной категории
- Врач-эндоскопист
- Врач-алголог

17:38 04.04.2022

## ИТОГ

Библиотека формирует у благополучателей реальное представление о полноценной и активной жизни в зрелом возрасте.





**Показатели работы МЦАД в Центральной городской библиотеке Ангарска с начала 2021 года:**

Благополучатели - 99 человек.

Посещения мероприятий на базе МЦАД - 975 человек.

Количество инициатив, реализованных на базе МЦАД волонтерами – 8.

**АКТИВНО  
ИДЁМ  
К ДОЛГОЛЕТИЮ!**

