

Государственное автономное учреждение социального обслуживания Свердловской области «Комплексный центр социального обслуживания населения Артемовского района»



ОПЛЕТАЕВА АНЖЕЛИКА АЛЕКСАНДРОВНА

Социальный работник

Нейроформула УМного долголетия



АКТУАЛЬНОСТЬ ПРАКТИКИ



Поддержание активного образа жизни и забота о психологическом благополучии являются ключевым фактором в поддержании качества жизни пожилых людей

ДАТА ВНЕДРЕНИЯ ПРАКТИКИ: 2023 ГОД



ЦЕЛЬ ПРАКТИКИ



Сохранение физического и ментального здоровья граждан пожилого возраста из числа получателей социальных услуг

Целевая аудитория: Граждане пожилого возраста, находящиеся на социальном обслуживании на дому

Количество граждан целевой аудитории, на которых была распространена практика за последний год - **11**

ОПИСАНИЕ ПРАКТИКИ



Социальными работниками отделения социального обслуживания на дому проводится комплекс занятий по нейрогимнастике (бытовые: чистка зубов, расчёсывание волос левой рукой, простые упражнения руками, составление предложений из двух, казалось бы, несвязанных между собой слов, заучивание стихов, лепка и т.д.). Проводятся занятия на снятие мышечного напряжения.



Изучаются простейшие способы саморегуляции (в качестве профилактики эмоционального выгорания), простейшие мнемотехники на запоминание слов в определенном порядке.



Специалистами по социальной работе удаленно, посредством видеосвязи, проводятся занятия по физической культуре для получателей социальных услуг на дому, которые в силу различных обстоятельств не могут посещать занятия офлайн.

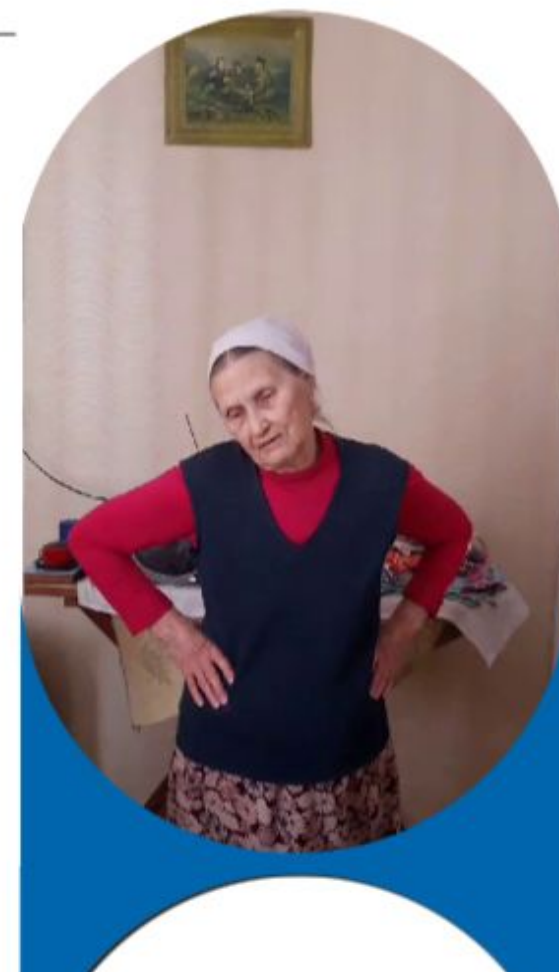


ВЛИЯНИЯ ВНЕДРЕНИЯ ПРАКТИКИ НА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (РАЗВИТИЕ) СФЕРЫ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ



➤ ***Укрепление физического здоровья:***

- Улучшение физической формы.
- Повышение гибкости и подвижности.
- Укрепление мышц и костей.
- Снижение риска падений и травм.
- Улучшение когнитивной сферы:
- Улучшение памяти и концентрации внимания.
- Повышение скорости реакции и координации движений.
- Снижение риска развития деменции и других когнитивных нарушений.



ВЛИЯНИЯ ВНЕДРЕНИЯ ПРАКТИКИ НА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (РАЗВИТИЕ) СФЕРЫ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

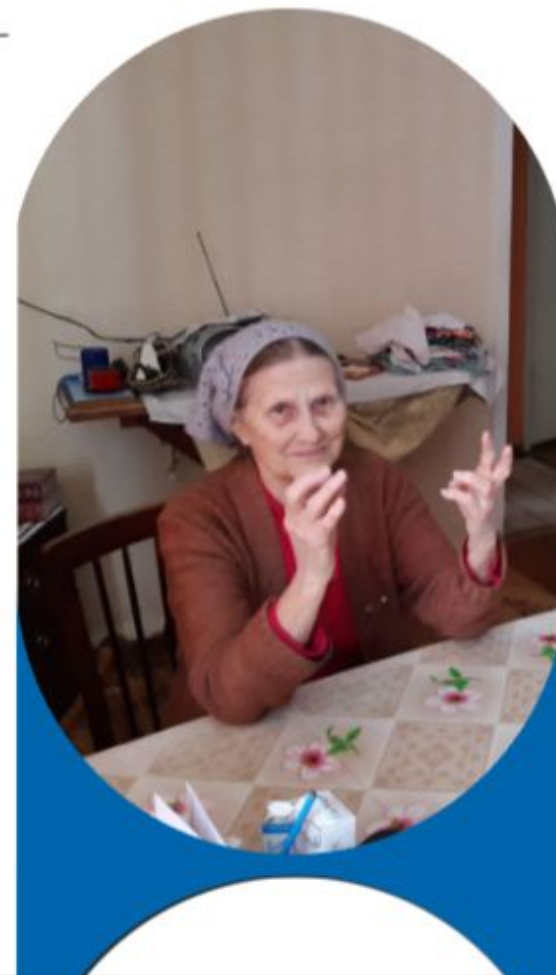


> **Улучшение психоэмоционального здоровья:**

- Повышение самооценки и уверенности в себе.
- Улучшение настроения и снижение симптомов депрессии.
- Снижение уровня стресса и тревожности.
- Повышение чувства собственной важности и нужности.

> **Результаты социализации:**

- Укрепление социальных связей, появление новых знакомств.
- Возможность для пожилых людей общаться и поддерживать друг друга



↓ РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕДРЕНИЯ ПРАКТИКИ



Получатели социальных услуг отмечают **улучшение памяти** и **внимания**, замечают, что их **настроение улучшается**.

У участников практики появились новые знакомства, **расшился круг общения**.

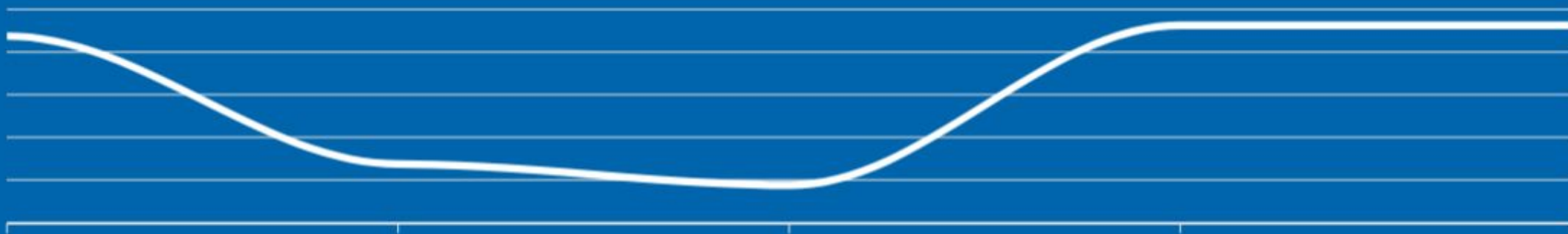
УЛУЧШЕНИЕ
ПАМЯТИ **35 человек**

ТВОРЧЕСКАЯ
АКТИВНОСТЬ **7 человек**

УЛУЧШЕНИЕ
ОБЩЕГО
СОСТОЯНИЯ **37 человек**

НОВЫЕ
ЗНАКОМСТВА **11 человек**

УЛУЧШЕНИЕ
НАСТРОЕНИЯ **37 человек**





**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**

