**Проект «Серебряные активисты: равный равному»**

**Проблематика:**

Пожилые люди хотят регулярного общения, и ввиду его отсутствия подвержены социальному одиночеству, в связи с чем не могут получать информацию и самореализовываться.

Пожилые люди больше других нуждаются в общении. С выходом на пенсию круг интересов и забот часто сужается до размеров собственной квартиры. Люди, с которыми раньше человек взаимодействовал каждый день, теперь почти не выходят на связь. Родственники заняты на работе или домашними заботами. Общение с друзьями и родственниками происходит все реже и реже, и, в конце концов каждый звонок или приезд в гости становится настоящим праздником. Все это приводит к ухудшению настроения, депрессии пожилых людей и, в конечном счете, становится причиной развития серьезных заболеваний.

**Описание:**

Проект «Серебряные активисты: равный равному» создан для решения проблемы социального одиночества и для реализации желания общаться пожилых людей с людьми близкой возрастной группы.

Целевой группой стали пожилые люди, получатели услуг муниципального учреждения. Инструментом для реализации цели проекта - серебряные волонтеры.

Реализация проекта осуществляется на базе многофункциональной площадки МБУ «Городской центр активного долголетия, реабилитации» (далее- ГЦАДР, Учреждение), объединяющей в себе три филиала: «Социально-оздоровительные центры «Обские зори» и «Лунный камень» и «Центр помощи пожилым людям и инвалидам «Ветеран» (далее: "социально-оздоровительные центры" и "специальный дом").

В социально-оздоровительные центры пожилые граждане (60+) приезжают на восстановления сил и здоровья на 14 дней. В специальном доме пожилые одинокие (более 80%) люди (65+) живут на постоянной (в собственной квартире) или временной основах (арендованная квартира).

Получатели услуг всех трех филиалов Учреждения являются пожилые люди и инвалиды.

Одним из подразделений ГЦАДР является отдел ресурсного обеспечения добровольческой деятельности, созданный на базе Учреждения в феврале 2024 года. И на основании передачи полномочий от другой организации социальной сферы города базой данного отдела стал, созданный в 2018 году, «Центр серебряного волонтерства» (далее- Центр). На текущий момент Центр насчитывает более трехсот участников.

Для успешной интеграции и работы Центра по решению проблемы общения получателей услуг Учреждения стало создание проекта «Серебряные активисты». На предварительном этапе реализации проекта и уточнения проблематики, было проведено анкетирование получателей услуг Учреждения. По результатам анкетирования выявлено, что:

66% респондентов после выхода на пенсию остро нуждаются в общении и среди желаемых собеседников особо отмечены были люди близкого им возраста;

63% респондентов отметили, что им хочется научиться чему-то новому.

Основываясь на полученных данных и в рамках реализации проекта серебряными волонтерами были разработаны три программы, способствующие решению проблемы целевой аудитории. А именно:

* Программа «Арт-серебро»- организация и проведение творческих мастер-классов (рисование, кружевоплетение, изготовление различных кукол и фигурок, выполнение декоративных изделий по технике айрис-фолдинг и т.п.) ;
* Программа «Серебряный гид»- создание и проведение экскурсионных маршрутов по объектам города и области в онлайн и офлайн форматах;
* Программа «Здоровье в серебре»- разработка занятий для укрепления ментального здоровья старшего поколения с применением методик нейрогимнастики с использованием различных техник.

Таким образом, серебряные волонтеры Центра стали организаторами мероприятий для получателей услуг филиалов Учреждения в рамках проекта «Серебряные активисты» в формате наставничества по технологии «равный равному» для решения проблемы социального одиночества пожилых людей.

**Ожидаемый социальный эффект** по итогам реализации проекта «Серебряные активисты» для жителей города Новосибирска пожилого возраста — это возможность регулярного общения пожилых людей с равными себе по возрасту, что дает комфорт и отсутствие возрастного барьера при общении с ровесниками. Общение между людьми старшего поколения и вовлечение их в творческую и познавательную деятельность будет способствовать их активному долголетию и улучшению качества жизни. Эффект от участия в проекте получат как пожилые люди, пользующиеся услугами филиалов Учреждения, так и серебряные волонтеры, проводящие реализацию программ проекта.

**Цель проекта:**

Организация регулярного общения для пожилых людей через участие в творческих и обучающих занятиях для продления их периода активного долголетия.

**Целевая аудитория:**

* Пожилые граждане (60+) и инвалиды, получающие услугу стационарного обслуживании в социально-оздоровительных центрах Учреждения. Численность данной целевой группы: 170 (120 человек-филиал «Обские зори», 50 человек-филиал «Лунный камень») человек в каждый заезд, длительностью 14 дней.
* Пожилые граждане (65+) и инвалиды, получающие услугу постоянного или временного проживания в специальном доме Учреждения. Численность данной целевой группы: 25 человек.

**Задачи проекта**:

* Организация и проведение мероприятий, направленных на приобретение новых знаний, компетенций, навыков и умений для пожилых граждан;
* Разработка и реализация комплекса мер, направленных на снижение социальной изоляции граждан пенсионного возраста;
* Реализация информационной стратегии, направленной на информирование жителей города Новосибирска о реализации проекта.

**Механика реализации проекта.**

Реализация проекта осуществляется на многофункциональной площадке МБУ «Городской центр активного долголетия, реабилитации» (далее- ГЦАДР, Учреждение), объединяющей в себе три филиала: «Социально-оздоровительные центры «Обские зори» и «Лунный камень» и «Центр помощи пожилым людям и инвалидам «Ветеран» (далее: "социально-оздоровительные центры" и "специальный дом").

В социально-оздоровительные центры пожилые граждане (60+) приезжают на восстановления сил и здоровья на 14 дней. В специальном доме пожилые одинокие (более 80%) люди (65+) живут на постоянной (в собственной квартире) или временной основах (арендованная квартира).

Получатели услуг всех трех филиалов Учреждения являются пожилые люди и инвалиды.

Одним из подразделений «ГЦАДР» является отдел ресурсного обеспечения добровольческой деятельности, созданный на базе Учреждения в январе 2024 года. И на основании передачи полномочий от другой организации социальной сферы города базой данного отдела стал, созданный в 2018 году, «Центр серебряного волонтерства» (далее- Центр). На текущий момент Центр насчитывает более трехсот участников. За время существования Центра налажены каналы привлечения волонтеров. Это презентации волонтерской деятельности в Комплексных центрах социального обслуживания населения города, которые проводят лидеры и наставники Центра из числа самих серебряных волонтеров. Обязательно: ведение социальных сетей Центра для освещения мероприятий, достижений волонтеров Центра.

Регулярно проходит обучение новых волонтеров и повышение квалификации уже действующих.

Основой мотивации для волонтеров стала сама добровольческая деятельность, которая способствует социальной активности представителей старшего поколения, их регулярному общению и значимости.

Для успешной интеграции Центра в решение проблем получателей услуг Учреждения стало создание проекта «Серебряные активисты». На предварительном этапе реализации проекта и уточнения проблематики, было проведено анкетирование получателей услуг Учреждения.

По результатам анкетирования выявлено, что:

66% респондентов после выхода на пенсию остро нуждаются в общении и среди желаемых собеседников особо отмечены были люди близкого им возраста;

63% респондентов отметили, что им хочется научиться чему-то новому.

Опираясь на данные анкетирования, серебряными волонтерами были разработаны три программы, способствующие решению проблемы целевой аудитории проекта. А именно:

* Программа «Арт-серебро»- организация и проведение творческих мастер-классов;
* Программа «Серебряный гид»- создание и проведение экскурсионных маршрутов по объектам города и области в онлайн и офлайн форматах;
* Программа «Здоровье в серебре»- разработка занятий для укрепления ментального здоровья старшего поколения с применением методики нейрогимнастики с использованием различных техник.

До конца 2024 года составлен график посещения серебряными волонтерами филиалов Учреждения. В соответствии с датами заездов запланированы мастер-классы, виртуальные экскурсии, занятия по нейрогимнастике.

Начиная с апреля 2024 и по настоящее время серебряные волонтеры проводят мастер-классы, виртуальные экскурсии, занятия по нейрогимнастике для пожилых граждан (60+) и инвалидов, получающих услугу стационарного обслуживании в социально-оздоровительных центрах Учреждения и пожилых граждан (65+) и инвалидов, получающих услугу постоянного или временного проживания в специальном доме.

Для достижения запланированного результата проводится регулярный опрос и анкетирование представителей целевой аудитории. Так, среди получателей услуг санаториев анкетирование проводится дважды, в начале и окончании отдыха. У проживающих специального дома обратная связь об их участии в проекте получается путем проведения бесед.

Опираясь на полученные результаты, проходит корректировка программ проекта. Так, в занятия нейрогимнастикой были добавлены различные игры на логику и внимание.

**Этапы реализации проекта.**

1. Подготовительный этап.

Январь 2024 года создание отдела содействия волонтерству в Учреждении.

Февраль 2024 – переуступка полномочий по «Центру серебряного волонтерства» (далее – Центр). Привлечение серебряных волонтеров к участию в проекте «Серебряные активисты».

Март 2024 проведение анкетирования среди получателей услуг филиалов Учреждения для выявления их проблем, желаний. Создание программ, направленных на укрепление физического, социального и ментального здоровья участников проекта.

2.Основной срок реализации проекта: апрель- декабрь 2024.

Проведение серебряными волонтерами мастер-классов, виртуальных экскурсий, занятий по нейрогимнастике для пожилых граждан (60+) и инвалидов, получающие услугу стационарного обслуживании в социально-оздоровительных центрах и пожилых граждан (65+) и инвалидов, получающие услугу постоянного или временного проживания в специальном доме.

3.Заключительный этап реализации проекта: декабрь 2024 с возможной пролонгацией сроков реализации проекта.

**Поученные результаты за 8 месяцев реализации практики:**

* Пожилые люди отметили улучшение настроения, повышение тонуса и желание «жить дальше» высказали более 85% опрошенных участников практики
* Утоление информационного голода через общение со сверстниками, получение новых навыков и знаний отметили 78% опрошенных участников практики;
* Регулярное общение также дало разнообразие эмоциональных переживаний, ведь помимо участие в занятиях, участники проекта просто общаются между собой, обсуждают событиях их жизни, делятся воспоминаниями.

**Дальнейшее развитие проекта.**

1. Создание новых направлений:

* Наставничество по технологии «Pro bono»;
* Создание творческих мастерских;
* Клубы по интересам («Клуб знакомств»; «Клуб кулинаров»; «Интеллектуальный клуб»);
* Дополнительные направления по укреплению физического здоровья «Серебряная лыжня», «Йога центр» и «Тропа здоровья».

2.Создание общего чата участников практики, в который войдут те, кто желает продолжить общение и совместную деятельность как в качестве участников занятий так и в качестве серебряных волонтеров и после окончания получения социальных услуг Учреждения;

3. Развитие межведомственного и межсекторного взаимодействия с организациями – партнерами, в том числе НКО и социально-ориентированным бизнесом;

4. Расширение охвата аудитории за счет привлечения дополнительных информационных партнеров.

**Ожидаемые резуьтаты.**

* Пожилым людям важна самореализация, передача их опыта, знаний, навыков. К сожалению, в нашем обществе большинство социальных дверей закрываются после достижения пенсионного возраста.
* Утоление информационного голода. Человек настроен на получение информации, и общение является главным ее поставщиком. Если кого-угодно поместить в комнату, в которую не попадает свет, звук и другая информация, то жертва такого жестокого эксперимента начнет сходить с ума;
* Разнообразие эмоциональных переживаний. Несмотря на развитие интернета, телевидения и других способов досуга, главным источником эмоций для человека остается общение.

**Ожидаемые результаты.**

* Реализация социальных проектов с участием волонтеров и получателей услуг Учреждения, направленных на укрепление физического, социального и ментального здоровья;
* Увеличение количества граждан пенсионного возраста, участвующих в проекте, направленных на приобретение новых знаний, компетенций, навыков и умений;
* Организация системной работы Центра и тиражирование модели работы в других учреждениях социальной сферы города Новосибирска;
* Информирование жителей города Новосибирска о реализации проекта.

**Информационные каналы распространения информации о проекте:**

Сайты:

<http://social.novo-sibirsk.ru/life/default.aspx>

<https://gcadr-nsk.ru/>

Социальные сети:

<https://vk.com/gcadr_nsk>

<https://ok.ru/profile/592440359884>

|  |  |
| --- | --- |
| **Количественные показатели за период 01.02- 31.10.2024** | |
| Общее количество «серебряных» волонтеров, принимающих участие в проекте «Серебряные активисты» | 26 |
| **Пожилые граждане (60+) и инвалиды, получающие услугу стационарного обслуживании** в социально-оздоровительных центрах Учреждения, приняли участие в творческих и обучающих мероприятиях проекта.  (Участники мероприятий проекта, отдыхающиев оздоровительных центрах Учреждения)  (Участники практики (за 8 мес.), отдыхающиев оздоровительных центрах Учреждения) | 2720 |
| **Пожилые граждане (65+) и инвалиды, получающие услугу постоянного или временного проживания в специальном доме Учреждения, при**няли участие в творческих и обучающих мероприятиях проекта.  (Участники практики (за 8 мес.), проживающие в специальном доме Учреждения) | 18 |
| Количество проектов, разработанных волонтерами «серебряного» возраста | 3 |
| Количество проведенных занятий за 8 мес. реализации проекта | 48 |
| Медийный охват аудитории | более 500 000 |