**Обоснование практики**

Старение человека часто связано с появлением различных хронических заболеваний, проблем со здоровьем, утратой прежней активности, а также с необходимостью в помощи и уходе. И в этом случае человек нуждается в заботе окружающих о нем. Принято выделять три уровня заботы, которые различаются по степени формальности:

* первый уровень — формальная (государственная) забота;
* второй уровень — неформальная забота (забота со стороны семьи, соседей);
* третий уровень — забота, исходящая от некоммерческих и волонтерских организаций, объединений.

Наш проект направлен на оказание помощи наиболее уязвимым людям старшего возраста. Помощь необходима для того, чтобы закрыть все главные потребности старших и тем самым улучшить качество их жизни. Ключевые компоненты качества жизни — востребованность в обществе, крепкое здоровье, возможность учиться новому, сохранение физической активности.

Качество жизни старшего поколения во многом зависит от умения окружающих с ними общаться, знания особенностей ухода, способности обеспечить психологическую поддержку, организовать активный досуг, рациональное питание, а также обустроить жилище с учетом потребностей.

Наш проект помогает людям продлить активные годы и почувствовать свою значимость для общества.

Работа социальных служб представляет собой систему помощи, которая оказывается маломобильным пенсионерам и инвалидам как непосредственно (например, психологическая поддержка или обучение элементам адаптивной гимнастики), так и опосредованно — через организацию правильного ухода, обучая ближайшее окружение, в том числе социальных работников.

По статистическим данным, доля людей зрелого возраста в России растет. Так, на 2024 год она составляет около 27%. Молодые люди уезжают из малых городов в поисках стабильного заработка, оставляя своих престарелых родственников без должного попечения на длительное время. Это приводит к возникновению актуальной проблемы — одиночества, которое проявляется в отсутствии внимания, недостатке ухода и эмоциональном напряжении.

По этой причине мы планируем продолжать работу в рамках проекта «Справимся вместе», привлекая социальных партнеров. Из-за нехватки квалифицированной помощи старшие нередко ограничены в передвижении даже в пределах своего дома или квартиры. При этом мы отмечаем недостаточный уровень подготовки как медицинских и социальных работников, так и родственников и соседей, ухаживающих за старшими и тяжелобольными людьми.

Проект «Справимся вместе» поможет каждому родственнику человека старшего возраста или с инвалидностью получить базовые навыки ухода.