

«Движение - жизнь!»



*«Жизнь – как движение велосипеда. Чтобы сохранить равновесие, ты должен двигаться.»
А. Эйнштейн.*

17 июля 2019 года Автономная некоммерческая организация «**Центр социального обслуживания населения Северного округа**» провела открытое мероприятие в рамках выигранного конкурса социально значимых проектов на территории муниципального района Красноярский в 2019 году проекта «**Движение - жизнь!**»

В мероприятии принимали участие партнеры АНО «**Центр социального обслуживания населения Северного округа**» по проекту - заместитель главы муниципального района Красноярский по социальным вопросам **Балясова С.А.**, руководитель управления по работе с общественными организациями администрации муниципального района Красноярский **Спигина Елена Евгеньевна**, представители ГКУ СО «Комплексный центр социального обслуживания населения Северного округа», председатель РОО СОО Общероссийской общественной организации «Всероссийское общество инвалидов» **Никонова Н.З.**, председатель

Красноярской районной общественной организации ветеранов (пенсионеров) войны, труда, Вооруженных сил и правоохранительных органов **Ваганов А. И.**, «волонтеры серебряного возраста».

Деятельность по проекту будет направлена на максимальное восстановление здоровья и способностей к самообслуживанию людей пожилого возраста с помощью занятий адаптивной физической культурой в привычных для них домашних условиях. Адаптивной физкультуре для пожилых будут обучены социальные работники, которые в свою очередь обучат волонтеров «серебряного возраста». На первом этапе будет проведено тестирование граждан пожилого возраста, стоящих на социальном обслуживании по психологической методике САН (самочувствие, активность, настроение): оценка возможности выполнения элементарной деятельности и сложных действий. Совместно с центральными районными больницами (в масштабах округа) в рамках заключенных соглашений о взаимодействии с учетом состояния здоровья граждан пожилого возраста, уровнем их физической подготовленности будет подобран двигательный режим и

индивидуальный комплекс упражнений.

На мероприятии гостям и участникам были вручены буклеты, посвященные проекту «**Движение – жизнь!**», здоровому образу жизни, адаптивной физкультуре.

Социальный эффект проекта «**Движение – жизнь!**» - это прежде всего улучшение состояния здоровья, восстановление социальных функций, корректировка психологического состояния, повышение качества жизни лиц пожилого возраста и инвалидов. Проект распространяется и развивается также благодаря волонтерскому движению. Большое значение имеет распространение «серебряного волонтерства». Наряду с этим немаловажное значение имеет активизация работы с гражданами пожилого возраста и инвалидами в области физической культуры, что способствует гуманизации самого общества, изменению его отношения к людям с ограниченными физическими возможностями. А самое главное, поможет конкретному человеку как можно дольше быть здоровым и активным! Мероприятие завершило флешмоб, посвященный старту проекта «**Движение - жизнь!**»

Галина ПЕЙЛЬ. Фото автора.