

Краткая аннотация проекта

Здоровье – ни с чем несравнимая ценность. Каждому человеку присуще желание быть сильным и здоровым. Состояние здоровья конкретного человека никогда не бывает постоянным, оно меняется медленно или резко, в сторону улучшения или ухудшения, в зависимости от мероприятий, которые он предпринимает для его сохранения. Здоровый образ жизни, это не только отсутствие у человека вредных привычек: алкоголизма, табакокурения, наркомании и других. Это целый комплекс факторов, благоприятно отражающихся на здоровье и качестве жизни в целом: рациональное питание, чередование труда и отдыха, соблюдение биоритмов, оптимальная двигательная активность и тд. Заставить человека вести здоровый образ жизни нельзя, это должно быть внутреннее стремление, осознанная мотивация на сохранение и укрепление здоровья.

В отделении социального обслуживания на дому по Старомайнскому району обслуживаются граждане пожилого возраста и инвалиды частично или полностью утратившие способность к самообслуживанию, которым в силу возраста и имеющихся заболеваний становится всё труднее самостоятельно проводить мероприятия, направленные на восстановление и укрепление здоровья. В настоящее время 42% (45 чел.) получателей социальных услуг в возрасте старше 80 лет, 45% (48 чел.) - имеют инвалидность, 82% (87 чел.) - различные хронические заболевания. Вопросы поддержания здоровья для них особенно актуальны.

В проекте «Путь к исцелению» реализуется комплексный подход к вопросам реабилитации получателей социальных услуг как утративших своё здоровье, так и желающих сохранить его как можно дольше.

Основными направлениями проекта является:

- просветительская работа – пропаганда среди получателей социальных услуг здорового образа жизни;



- осуществление систематического контроля за основными показателями здоровья получателей социальных услуг (артериальным давлением, уровнем сахара крови, холестерина, весом и тд.),

- побуждение к проведению регулярных скрининговых исследований состояния здоровья (в соответствии с рекомендациями врачей), оказание помощи в прохождении диспансеризации;

- оказание помощи в организации диетического питания (приготовление диетических блюд социальными работниками и сиделками (помощниками по уходу) совместно с получателями социальных услуг);



- проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий (организация совместных прогулок на свежем воздухе, разучивание и оказание помощи в выполнении различных комплексов упражнений, поддерживающих двигательную активность, дыхательной гимнастики и др.);

- оказание помощи получателям социальных услуг, имеющим инвалидность в проведении социально-реабилитационных мероприятий.



По каждому направлению проводятся мероприятия,

способствующие сохранению и поддержанию здоровья получателей социальных услуг отделения, улучшению качества их жизни и продлению активного долголетия.

Цель проекта: улучшение качества жизни получателей социальных услуг отделения социального обслуживания на дому в привычной социальной среде, путем укрепления и сохранения здоровья.

Задачи проекта:

- обучение принципам здорового питания в пожилом возрасте;
- поддержание двигательной активности с учетом индивидуальных особенностей здоровья получателей социальных услуг;
- обучение приемам самомассажа и другим оздоровительным методикам;
- привлечение внимания получателей социальных услуг к вопросам контроля за основными показателями своего здоровья.

Целевая аудитория проекта получатели социальных услуг отделения социального обслуживания на дому по Старомайнскому району ОГБУСО КЦСО «Доверие».

Сроки реализации проекта Проект разработан на 1 года. Сроки его реализации с 01.06.2023 года по 31.05.2024 года

Основные этапы проекта

Проект реализуется заведующим отделением, социальными работниками и помощниками по уходу отделения социального обслуживания на дому по Старомайнскому району ОГБУСО КЦСО «Доверие» в г. Димитровграде. К реализации проекта привлекаются психологи, специалист по занятию адаптивной физической культурой, участковые терапевты, лечащие врачи, фельдшера ФАПов (по Соглашению о сотрудничестве в сфере здравоохранения).

На первом этапе реализации проекта социальные работники провели опрос получателей социальных услуг отделения, в ходе которого получена информация о том, кто какими направлениями проекта заинтересовался, захотел получить знания и практические навыки (Приложение 1). Участковый врач оказывает социальным работникам и помощникам по уходу консультативно-методическую помощь по вопросам состояния здоровья получателей услуг. В свою очередь, помощники по уходу, совместно с лечащим врачом, выявляют имеющийся потенциал собственных возможностей к самообслуживанию у получателей социальных услуг, последующей индивидуальной работы с ними.

Второй (основной) этап реализации проекта предусматривает индивидуальные систематические занятия социальных работников и помощников по уходу с получателями социальных услуг (индивидуальные беседы – 1 раз в неделю, мастер-классы – 2 раза в месяц, занятия физическими упражнениями, дыхательной гимнастикой, самомассажем – от 2 до 5 раз в неделю, контроль за основными параметрами здоровья — от 2 до 5 раз в неделю, помощь в прохождении медицинских обследований – при необходимости и др.). С каждым получателем социальных услуг желающим принять участие в мероприятиях проекта, согласован индивидуальный план занятий на определенный период (квартал или год) (Приложение 2).

Третий этап – проведение собеседований с участниками проектных мероприятий и подведение итогов реализации проекта. Вопросы для собеседования представлены в Приложении 3.

Проект тиражирован на площадках отделений социального обслуживания на дому ОГБУСО КЦСО «Доверие», выпущены буклеты, памятки о работе проекта. Публикации в социальных сетях: <https://www.dim-doverie73.ru/index.php/novosti-tsentra-doverie/2483-put-k-istseleniyu>, https://vk.com/wall-150871686_5737 .
<https://ok.ru/group/70000001025128/topic/156303501892968>