

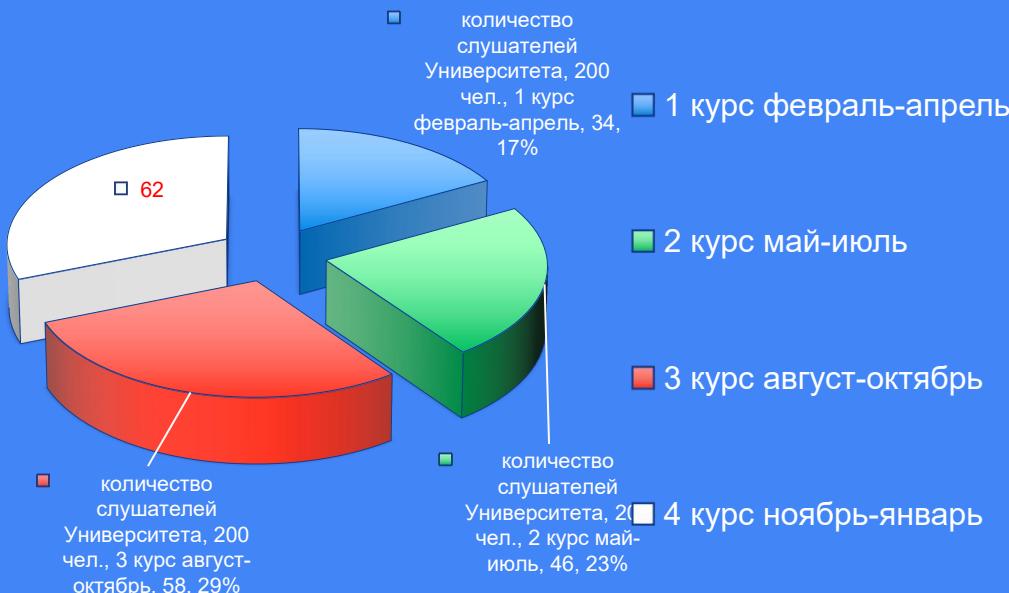
«Университет старшего поколения»

Иновационная форма социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов, предусматривающая получение образовательных услуг, способствующих раскрытию внутренних возможностей и потребностей граждан с целью их активизации и самореализации, а также успешной адаптации в обществе.



Целевая аудитория:
граждане пожилого возраста и инвалиды

количество слушателей Университета, 200 чел.



ЦЕЛЬ УНИВЕРСИТЕТА

- ✓ повышение качества жизни и социальной активности граждан старшего поколения;
- ✓ формирование и развитие среды общения;
- ✓ укрепление физического и душевного здоровья.



Задачи



- создание благоприятных условий для успешной адаптации граждан старшего поколения в современной жизни, для самообразования и самосовершенствования;
- организация культурно-просветительской и социально - досуговой работы с гражданами старшего поколения;
- повышение компьютерной грамотности пожилых людей и инвалидов;
- снижение социально – психологической напряженности в семьях с гражданами старшего поколения;
- раскрытие внутренних и внешних ресурсов граждан пожилого возраста и инвалидов с целью поддержания психического здоровья и адаптации в современном обществе.

Проблемы пожилых людей и инвалидов

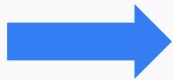
- Снижение адаптационных возможностей;
- Неприятие старения;
- Обрыв привычных, социальных и психологических связей;
- Физическое и психологическое одиночество;
- Утрата прежних социальных ролей;
- Утрата социальной активности;
- Пожилые люди и инвалиды владеют опытом, знанием, однако им не достаёт силы, здоровья, адаптационных способностей и инновационных стремлений;

Решение проблемы

Работа «Университета старшего поколения» даёт возможность:

- создать условия для повышения качества жизни граждан пожилого возраста и инвалидов, тех, кто оказался в трудной жизненной ситуации, на основе обеспечения доступности образовательных, культурно-досуговых и спортивно - массовых мероприятий, внедрения новых форм социального взаимодействия и активного участия пенсионеров и инвалидов в жизни общества.
- объединять людей различного социального и материального статуса, различных профессий.

Реализация практики «Университет старшего поколения»



- Университет работает на базе отделения дневного пребывания ГБУ «ЦСОГПВИИ Вачского района».
- Занятия на факультетах осуществляются согласно учебно - тематическому плану.
- Продолжительность учебного курса 3 месяца.
- Группа слушателей на каждом факультете составляет 10 человек.
- Занятия проходят 1 раз в неделю.
- Включает: лекции, практические занятия, тренинги, экскурсии и другие формы обучения.
- Обучение проводится на безвозмездной основе;
- Университет включает в себя 5 факультетов.

«Университет»
осуществляет деятельность по нескольким
направлениям



Факультет
«Психология»

Факультет
«Социальный
туризм»

Факультет
«Здоровье
и
долголетие»

Факультет
«Декоративн
о-прикладное
искусство»

Факультет
«Основы
компьютерной
Грамотности»



Факультет «Психология»



Ориентирован на укрепление духовного и психического здоровья

· слушателей, где проходят лекции, тренинги, на темы:

-Методы оптимизации психического состояния «Кто я, какой я»;

-«Не насильтвенное общение.

Приобретение навыков коммуникации.»

-«Коррекция негативных убеждений» . «Методы позитивизации прошлого»;

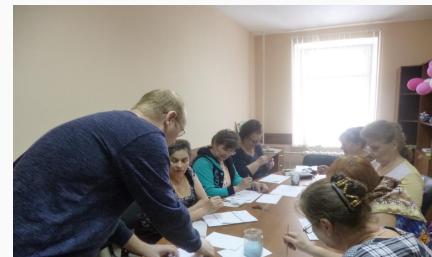
-«Асертивность, норма жизни»;

-Треугольник Карпмана. «Общение это здорово, не насильтвенная коммуникация» и др.;

Занятия проводятся психологом, имеющим соответствующее образование согласно утвержденного плана.

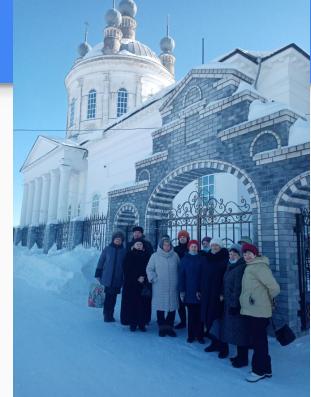


Проведение лекций



Правополушарное рисование

Факультет «Социальный туризм»



Создан для реализации духовных и культурных потребностей лиц пожилого возраста и инвалидов путем формирования и сохранения мотивации к познавательной деятельности и активному образу жизни.

Занятия на факультете подразумевают проведение тематических лекций, направленных на изучение достопримечательностей, исторических событий Вачского района.

В курс занятий входят пешие прогулки по музеям, и другим памятным местам р.п. Вача. Разработаны экскурсионные маршруты на роднико^{Экскурсия в г. Ворсма}, интересные места и святыни Вачского района и за его пределами.

Занятия на факультете проводятся культурорганизатором, имеющим опыт в экскурсионной работе, ведущим большую краеведческую работу по изучению и пропаганде красоты и культурного наследия Вачского района.



Ювелирный музей с Казаково Вачского района

Факультет «Здоровье и долголетие»



Создан для укрепления здоровья и продление активного долголетия людей старше трудоспособного возраста и инвалидов с использованием методов лечебной физкультуры и проведение лекций, направленных на здоровый образ жизни.

Инструктором по лечебной физкультуре проводятся занятия по профилактике шейного остеохондроза. Слушатели узнают кому противопоказано заниматься ЛФК, получают знания об упражнениях для поддержания осанки и попробуют их на практике, узнают о пользе скандинавской ходьбы.



Проведение лекций



Занятия гимнастикой



Занятия по скандинавской ходьбе



Занятия на тренажерах

Факультет «Декоративно-прикладное искусство»



Создан для духовного и эмоционального развития, развития воображения, чувства красоты и гармонии.

Инструктор по трудотерапии помогает каждому выбрать «творчество по душе». В плане занятий есть и шитье, и изготовление поделок из подручных материалов, и вязание спицами, и изготовление цветов из фоамирана, и многое другое.



Изготовление салфеток на рамке

Мастер- класс по изготовлению бумажных пакетов для книг



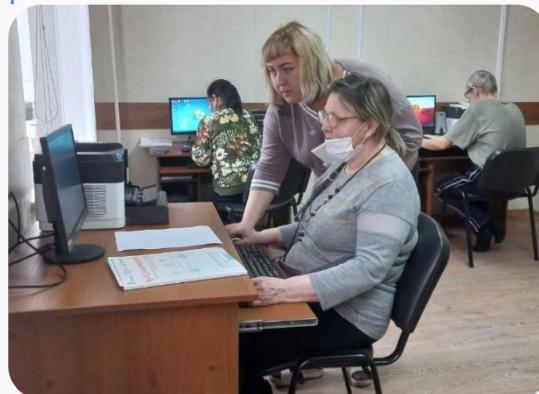
Изготовление декоративных ваз из бумажных трубочек

Факультет

«Основы компьютерной грамотности»



Ориентирован на обучение граждан пожилого возраста основам компьютерной грамотности и формирование у людей новых, современных представлений о роли информации и информационных процессов в природе, чтобы они могли ориентироваться в огромном океане информации, и помочь усвоить правила работы с самой разнообразной информацией.



Овладение компьютерной грамотностью

- 1. Устройство компьютера.
Хранение и удаление информации.**
- 2. Работа с текстовым документом.**
- 3. Работа в программе Microsoft Office Power Point.**
- 4. Знакомство с сетью Интернет.
Поиск информации в Интернете.**
- 5. Изучение возможностей при использовании Единого портала государственных услуг (ЕПГУ).**

«Университет старшего поколения»

улучшается качество жизни пожилых людей и инвалидов путем разнообразия их досуга, повышается социальная значимость, наполнение жизни новыми ценностями, снижение социальной изоляции путем расширения социальных связей

увеличение физической активности и привлечение к здоровому образу жизни

Результаты внедрения практики

стабилизируется психологическое состояние, появляется мотивация к активной жизни

умение работать с современными средствами коммуникации (компьютером и Интернетом) и получать необходимую информацию

Подводя итоги работы, можно сделать вывод, что реализация практики «Университет старшего поколения» повышает качество жизни граждан пожилого возраста и инвалидов, создает благоприятные условия для самообразования, совершенствования, активизирует творческий потенциал и сохраняет позитивное отношение к жизни.

Тиражирование возможно в учреждениях социального обслуживания, с учетом возможностей материально-технической базы.

Положительный результат внедрения практики «Университет старшего поколения» отражается в отзывах слушателей Университета

Когда мы пришли на курс факультета «Основы компьютерной грамотности», у нас уже были некоторые навыки работы с компьютером, поэтому мы посещали занятия, чтобы, в первую очередь, их усовершенствовать. Мы не знали, как выполнять некоторые операции, например, не умея пользоваться функциями текстового редактора «Microsoft Word», а здесь мы этому учимся. Кроме того, нам хотелось полностью освоить современные средства общения: соцсети, мессенджеры и т.д. И научиться сканировать из интернета музыку, искать тексты песен, рецепты и т.д.

Материал на занятиях преподает понятно и квалифицированно. После уроков я изучаем многое из того, что требуется в наше время. После уроков я стараюсь повторять дома, на своем компьютере всё, что мы узнали. Думаю, что именно так можно лучше всего запомнить и освоить новый материал. Пока выполню задания дома, возникнут вопросы, которые я задам на новых уроках.

Хотим поблагодарить преподавателя Елену Васильевну Дорожкову за ее труд в этом проекте, за то терпение, которое она проявляла, объясняя темы, расширяясь... можем общаться по компьютеру, читать, находить нужную информацию, находить новых друзей. Спасибо!!!

Долотова Надежда Владимировна
Слюсникова Валентина Алексеевна

Долгово -
Синег.

Задорожные, не сложна структура
Своих лекций. Все то в моем возрасте есть
в реальном мире этого, передавая информацию
стара. И если удастся, увидеть естественно
своего инчука, его надо еще раз вспомнить
ондесколько более привычного. Важного предмета, который
составляет основу университетской педагогики.
Мы получаем доступ к различным Сайтам, книжкам

Также,

Саму педагогическую базу, занимательные

Университетские, научные журналы.

Мы даже знако и смысла в том, о чем, о его
изданных сорока, передаваемых рецензиях,
о рецензиях, один ученый описывает,
иу и, конечно, о большинстве из них

о научных журналах и курсах

Недорогими экскурсиями в Академической

Храме Пречистой Богородицы, Бирюзовом

Энергии в Библиотеке губисполкома.

На срочке Докторская программа

Библиотека-запасная. Все это рождает

из гордости! Чудеса обучения рождаются

тут!... для себя и для других

личина — в школе, где изучают
прикладные предметы и делают полезные
дела для общества.

А еще мы получаем доступ к различным
Сайтам, делаем рецензии, пишем
беседы, рецензии и т.д.

Мы это, спасибо преподавателю

Софийской Светлане Петровне.

Как преподаватель очень интересный,
привлекательный, увлекающий.
Преподает здешних первокурсников.

Благодарю ее за работу!

С уважением

Илья
Маркова и Ольга
Вилькова.

Благодарю за
занятие № 25 по разделу "Информационные
технологии". Учебник очень удобен, а содержание
также. Но главное, что учат как есть, а не как хотят.
Спасибо за занятие и за рецензии.

На занятии я узнал о том, что такое
"Библиотека-запасная". Я раньше не знал
о существовании подобных библиотек, потому что
они не имеют доступа к интернету, но они
имеют доступ к базам данных, которые
имеют доступ к интернету.

Библиотека-запасная имеет
огромное количество информации, которую
можно использовать для написания рецензий
и рецензий на рецензии. Благодарю за
занятие, я узнал много нового.

С уважением,

О.Л. Шанькова
Н.Г. Сургина
К.И. Башкирова

Большое спасибо нашему
Марине Ильине Романовой
Учебному центру за предоставленную
нами возможность изучения
и практики различных
технологий. Было интересно изучить
различные виды технологий
и получить практический
опыт. Благодарю за помощь!

Это занятие показало мне различные
технологии, которые можно использовать
в работе. Было интересно изучить
различные виды технологий
и получить практический
опыт. Благодарю за помощь!

С уважением
Петрович Татьяна