



ПРАКТИКА «ДЖЕНТЕЛЬМЕН- КЛУБ 60+»

Санкт-Петербургское государственное бюджетное
учреждение «Комплексный центр социального
обслуживания населения Московского района»

Описание практики:

Интересную и активную жизнь должны вести люди всех возрастов. Особое внимание следует уделять **мужчинам старшего возраста**, которые, согласно данным последних исследований, в меньшей степени склонны к социальной активности.

Цель практики – поддержание активного долголетия у мужчин старшего возраста через формирование межструктурного клубного объединения.

Работа Клуба ведется по **6 направлениям**.

Культурно-досуговый модуль:



Вокальные студии, хоры и ансамбли, обучение игре на гитаре, фортепиано и народных инструментах, танцевальные, театральные кружки и студии



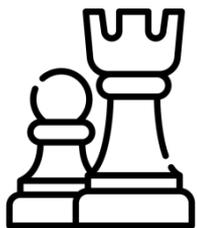
Спортивно-оздоровительный модуль:



Русский бильярд, скандинавская ходьба, терренкур, спортивные тренажеры, йога, айкуне, настольный теннис, шахматы



Интеллектуальный модуль:



Обучение компьютерной грамотности, работе на смартфоне и планшете, финансовая грамотность, клуб «Что? Где? Когда?», настольные игры, обучение иностранным языкам



Психологический модуль:



Дыхательная гимнастика, групповые тренинги и индивидуальные консультации психолога



Социальный туризм:



Автобусные и пешеходные экскурсии в Санкт-Петербурге и Ленинградской области, виртуальные экскурсии по России и миру



Волонтерское направление:



Геронтоволонтерство, экологическое волонтерство



Результаты внедрения практики:

- * Создание коммуникативной многогранной площадки, сообщества пенсионеров-мужчин и позволяющей им: общаться между собой, находить единомышленников, объединяться по интересам, вместе создавать социальные инициативы, повышать степень своей социальной активности.
- * Поддержание положительного эмоционального и психологического состояния.
- * Создание дополнительных условий для улучшения качества и продолжительности жизни через вовлечение в различные социальные и волонтерские проекты.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

Санкт-Петербургское государственное бюджетное
учреждение «Комплексный центр социального
обслуживания населения Московского района»