УТВЕРЖДАЮ

 директор ГБУСО

«Буденновский КЦСОН»

 \_\_\_\_\_\_\_\_Н.А.Парахина

«29» декабря 2022 г.

ПРОГРАММА

социально-оздоровительных мероприятий

«Активное долголетие» на 2023год

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование программы | Здорово быть здоровым! |
| Исполнитель программы | ГБУСО « Буденновский КЦСОН***»*** |
| Соисполнители программы | нет |
| Цель программы | формирование позитивного отношения к здоровому образу жизни, сохранение и укрепление здоровья пожилых людей, проживающих в Буденновском муниципальном округе. |
| Задачи программы | улучшение качества жизни пожилых граждан  |
| Срок реализации программы | 2023 год |
| Целевой индикатор и показатели решения задач программы | - уменьшение количества обращений за медицинской помощью – до 25%; - улучшение эмоционального состояния пожилых граждан – 85-100%;- увеличение количества пожилых граждан, ведущих активный образ жизни – до 25%;- восстановление коммуникативных способностей – до 10%;- сокращение гиподинамии – 25 %;- снижение лишнего веса – 5%;- сокращение употребления алкоголя и табака – до 10%; - частичное восстановление мелкой моторики – до 10%;- замедление возрастных изменений – до 10%;- снижение пользования техническими средствами реабилитации до 5%. |
| Кадровый состав специалистов, участвующих в реализации программы | -медицинская сестра по массажу (0,5 ставки) - массаж;-инструктор – методист АФК (0,25 ставки) – групповые и индивидуальные занятия по комплексу АФК, «Тропа здоровья», скандинавская ходьба. -инструктор по трудотерапии (0,5 ставки) – эрготерапия, арт-терапия, прикладное творчество. -культорганизатор (1,0 ставки) культурно - массовые мероприятия, экскурсии, волонтеры серебряного возраста, клубная работа.-психолог (1,0 ставки) - психологическое консультирование, психологическая коррекция, психологические тренинги, песочная терапия, дыхательные практики;-медицинская сестра по физиотерапии (0,5 ставки) грязелечение, физиотерапия;-медицинская сестра (0,5 ставки) наблюдение за состоянием здоровья, социально - медицинское просвещение. Медицинская сестра (3,0 ставки)- санаторий на дому;-социальный работник (0,5 ставки) оказание социально – бытовых услуг;-специалисты по социальной работе (3,0 ставки) мобильная бригада. |
| Используемое медицинское, физкультурно-оздоровительное оборудование | - Аппарат магнитотерапевтический бегущим импульсным полем малогабаритный «АЛМАГ-01»- Устройство теплового лечения придаточных пазух носа и гортани УЛТ-01 «ЕЛАТ»- Компрессорный небулайзер OMRON Comp Air- Аппарат для гальванизации и лекарственного электрофореза «ЭЛФОР - ПРОФ»- Термостат воздушный для обеспечения температурного режима термостатирования при грязелечении;- Электростимулятор чрезкожный для воздействия на БАЗ «Диа-Денс-Кардио» - Электростимулятор чрезкожный ДЭНАС-Остео- Апликатор магнитный «Очки Морфея»- Аппарат магнито – ИК –лазерный МИЛТА –Ф 8 -01- Аппарат ДЭНАС – Ви Дэнс-Массажер для ног «Yamaguchi»- ИС-112- Электрическая беговая до-рожка- Концентратор кислорода «Armed» 7F-3L- Дарсонваль AU-808- комплекс уличных тренажеров,- беговая дорожка,-тренажер степпер,- велотренажер настольный ,- палки для скандинавской ходьбы (10 комплектов), - комплект гантелей, - фитболы.- Сенсорная комната.Профилактические аппараты: ОСТЕО-ДЭНАС, Дарсонваль ДЕ-212 Карат, ДЭНАС-аппликатор, аппарат магнитотерапевтический «Алмаг-01», электрод выносной терапевтический параорбитальный ДЭНАС-очки, электрод выносной терапевтический для стоп ДЭНАС-рефлексо, аппарат для коррекции артериального давления Диадэнс-Кардио, электростимулятор, аппликатор «Ляпко», ионизатор серебра для воды НЕВОТОН ИС-112, рефлектор "Синяя лампа". |

Наименование и объем социально-оздоровительных услуг (процедур), предоставляемых в рамках программы

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование услуги (процедуры) | Объем |
| Социально-медицинские услуги, входящие в Перечень услуг, предоставляемых поставщиками социальных услуг в Ставропольском крае |
| 1 | Проведение оздоровительных мероприятий (социальная услуга предоставляется по мере возникновения потребности) | 10 услуг за курс для оздоровительных курсовот 8 до 12 услуг для ГДП |
| 2 | Систематическое наблюдение за получателями социальных услуг в целях выявления отклонений в состоянии их здоровья (социальная услуга предоставляется по мере необходимости) | 10 услуг за курс для оздоровительных курсовот 8 до 12 услуг для ГДП |
| 3 | Консультирование по социально-медицинским вопросам (поддержание и сохранение здоровья получателей социальных услуг, проведения оздоровительных мероприятий, наблюдение за получателями социальных услуг в целях выявления отклонений в состоянии их здоровья) (социальная услуга предоставляется по мере необходимости) | 1 услуга за курс для оздоровительных курсов) |
| 4 | Проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни (социальная услуга предоставляется один раз в неделю) | 2 услуги за курс для оздоровительных курсов4 услуги в месяц для ГДП |
| 5 | Проведение занятий по адаптивной физической культуре (социальная услуга предоставляется один раз в день, продолжительность курса указывается в индивидуальной программе занятий по адаптивной физической культуре) | 10 услуг за курс для оздоровительных курсовот 8 до 12 услуг для ГДП |
| 6 | Выполнение процедур, связанных с организацией ухода, наблюдением за состоянием здоровья получателей социальных услуг (измерение температуры тела, артериального давления, контроль за приемом лекарств и др.) | 10 услуг за курс санатория на дому. |
| Дополнительные платные социально-медицинские услуги |
| 1. | Массаж пояснично – крестцовой области | 10 услуг за курс |
| 2. | Сегментарный пояснично – крестцовый массаж | 10 услуг за курс |
| 4. | Массаж верхней конечности | 10 услуг за курс |
| 5. | Массаж воротниковой зоны | 10 услуг за курс |
| 6. | Аппликация лечебная грязевая  | 10 услуг за курс |
| 7. | Воздействие на сустав ультразвуковым терапевтическим аппаратом | 10 услуг за курс |
| 8. | Физиопроцедура аппаратом для гальванизации | 10 услуг за курс |
| 9. | Физиопроцедура аппаратом лазерной терапии | 10 услуг за курс |
| 10. | Прокат профилактических аппаратов Службы "Санаторий на дому" | 10 услуг за курс |
| Социально-педагогические услуги, входящие в Перечень услуг, предоставляемых поставщиками социальных услуг в Ставропольском крае |
| 1. | Формирование позитивных интересов (в том числе в сфере досуга) | 2 услуги за курс для оздоровительных курсов)4 услуги в месяц для ГДП |
| 2 | Организация досуга (праздники, экскурсии и другие культурные мероприятия)  | 2 услуги за курс для оздоровительных курсов)4 услуги в месяц для ГДП |
| 3. | Социально – педагогическая коррекция | От 8 до 12 услуг в месяц для ГДП |
| Социально-психологические услуги, входящие в Перечень услуг, предоставляемых поставщиками социальных услуг в Ставропольском крае |
| 1. | Психологические тренинги (социальная услуга предоставляется не более трех раз в неделю) | 4 услуги за курс для оздоровительных курсов)8 услуг в месяц для ГДП |
| 2. | Психологическая диагностика и обследование личности  | 1 услуга за курс для оздоровительных курсов1 услуга в месяц для ГДП |
| 3. | Психологическая коррекция  | 4 услуги за курс (в рамках проведения оздоровительных курсов)От 8 до 12 услуг в месяц для ГДП |
| 4. | Психопрофилактическая и психологическая работа, направленная на своевременное предупреждение возможных нарушений в становлении и развитии личности (социальная услуга предоставляется по мере необходимости, но не более пяти раз в неделю) |  8 услуг в месяц для ГДП |
| Социально-трудовые услуги, входящие в Перечень услуг, предоставляемых поставщиками социальных услуг в Ставропольском крае |
| 1. | Проведение мероприятий по использованию трудовых возможностей и обучению доступным профессиональным навыкам  | 4 услуги в месяц для посетителей ГДП |
| Услуги в целях повышения коммуникативного потенциала, входящие в Перечень услуг, предоставляемых поставщиками социальных услуг в Ставропольском крае |
| 1. | Обучение навыкам поведения в быту и общественных местах (социальная услуга предоставляется не более двух раз в неделю) | 2 услуги в месяц для посетителей ГДП |
| 2. | Оказание помощи в обучении навыкам компьютерной грамотности (социальная услуга предоставляется курсом не более двух раз в год) | 10 услуг за курс |
| 3. | Обучение получателя социальных услуг уходу за собой в рамках системы долговременного ухода (социальная услуга предоставляется по факту обращения) | 4 услуги в месяц для ГДП |
| Социально-бытовые услуги, входящие в Перечень услуг, предоставляемых поставщиками социальных услуг в Ставропольском крае |
| 1. | Сопровождение на прогулку лиц, имеющих ограничения к передвижению и самообслуживанию, а также требующих постоянного наблюдения | От 8 до 12 услуг для ГДП |
| 2. | Предоставление горячего питания (завтрак, обед и (или) полдник) в группах дневного пребывания граждан пожилого возраста и инвалидов, страдающих деменцией, в рамках системы долговременного ухода | От 8 до 12 услуг для ГДП |
| 3. | Сопровождение и содействие посещению театров, выставок и других культурных мероприятий в рамках системы долговременного ухода | 1 услуга в месяц для ГДП |
| 4. | Предоставление транспортных услуг в рамках системы долговременного ухода | От 8 до 12 услуг для ГДП |
| Социально-правовые услуги, входящие в Перечень услуг, предоставляемых поставщиками социальных услуг в Ставропольском крае |
| 4.1 | Оказание помощи в получении юридических услуг, в том числе бесплатно (социальная услуга предоставляется по факту обращения) | 1 услуга за курс |

Перечень социально-оздоровительных мероприятий программы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование мероприятия | Срок исполнения | Ответственный специалист |
| 1. | Проведение оздоровительных мероприятий |
|  | физиопроцедуры по назначению врача:магнитотерапиядарсонвальдинамическая электронейростимуляция:процедуры аппаратом «Диаденс – Кардио,процедура аппаратом ДЭНАС-Остео | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Медведева О.В. |
| 1.1 | массаж ручной (по назначению лечащего врача) | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Токало Э.Г. |
| 1.2 | массаж аппаратный (по назначению врача) | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Токало Э.Г. |
| 1.3 | массаж рефлекторный (Ляпко) | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Медведева О.В. |
| 1.4 | дыхательная гимнастика | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Лемешева Н.Г. |
| 1.5 | Оздоровительная гимнастика | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Морозова О.И. |
| 1.6 | Оксигенотерапия (кислородные ингаляции, кислородные коктейли) | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Медведева О.В. |
|  | Дополнительные платные социально-медицинские услуги |
| 5. | Физиопроцедуры: - Воздействие на сустав ультразвуковым терапевтическим аппаратом «УТЗ – 1.01.Ф»Арса»- Физиопроцедура аппаратом для гальванизации - Физиопроцедура аппаратом Милта-Ф-8РД-3  | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Медведева О.В. |
| 6. | Массаж ручной | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Токало Э.Г. |
| 7. | Массаж аппаратный | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Токало Э.Г |
| 8. | Грязевые аппликации | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Медведева О.В. |
| 2.1 | Занятия на тренажерах | 2022 год (ежедневно в рабочие дни) | Морозова О.И. |
| 2.2 | Скандинавская ходьба по территории парка им. И.Кочубея | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Морозова О.И. |
| 2.3 | Подвижные игры на территории социально – оздоровительного отделения | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Морозова О.И. |
| 2.4 | Занятия на оздоровительном комплексе «Тропа здоровья» | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) (сезонные занятия) | Морозова О.И. |
| 2.5 | Проведение занятий по адаптивной физкультуре | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Морозова О.И. |
| 2.6 |  Проведение занятий по методике В. Скакуна  | 2023 год ( ежедневно в рабочие дни)  | Морозова О.И. |
| 2.7 | Проведение занятий в оздоровительных группах (Часы здоровья)  | 2023 год (2 раза в неделю в рабочие дни)  |  Седых Т.А.  |
| 3 | Досуговое направление |
| 3.1 | Занятие по программе «Нейробика» | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Шерер Т.Ю. |
| 3.2 | Занятия по программе «Ретротерапия» (терапия воспоминаний - выставки старинных предметов быта, воспоминания по семейным фото-альбомам, прослушивание музыкальных произведений и др.) | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Шерер Т.Ю. |
| 3.3 | Занятия по программе «Музыкотерапия» (прослушивание музыкальных произведений) | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Шерер Т.Ю. |
| 3.4 | Занятия по программе «Виртуальный туризм» - просмотр документальных видеофильмов, презентаций о странах и городах, интересных местах планеты, редких животных и растениях. | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Шерер Т.Ю. |
| 3.5 | Занятия по программе «Пальчиковый кукольный театр» | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Шерер Т.Ю. |
| 4.1 | Организация паломнических, краеведческих, экологических, экскурсий; | 2023 год 1 раз в квартал  | Шерер Т.Ю. |
| 4.2 | - проведение «Литературных гостиных» с участием волонтеров «серебряного возраста»;- праздничные и тематические мероприятия посвященные календарным и православным праздникам, памятным датам Российской истории; | 2023 год 1 раз в неделю | Шерер Т.Ю. |
|  | - Клуб «Мастерица» - для любителей прикладного творчества. (проведение мастер – классов по вышивке лентами, картин из кожи, фоамирана, карвингу | 2023 год 3 четверг каждого месяца | Шерер Т.Ю. |
|  | - Клуб социального туризма «Зеленая тропа» - города КМВ, храмы и церкви г. Буденновска, эко-ферма с. Орловка, конезавод, пешие прогулки по памятным местам города, музеи г. Буденновска и Буденновского района, термальные источники ст. Суворовская. | 2023 год 2 четверг каждого месяца | Шерер Т.Ю. |
|  | - Клуб «Золотой возраст» -эстетическое, духовное просвещение граждан пожилого возраста – проведение литературных гостиных, встреч с самодеятельными поэтами Прикумья, членами поэтических клубов города и района. | 2023 год1четверг каждого месяца | Шерер Т.Ю. |
|  | Мероприятия с участием волонтеров «серебряного возраста» - проведение акций (посещение на дому маломобильных граждан), посвященных памятным датам и календарным праздникам:- «Рождественский свет»;- «Армия Родины»;- «Женское сердце»- «Светлая Пасха»;- «Подари день ветерану»;- «День независимости»-«Семья – волшебный символ жизни»- «Три летних Спаса»;- «Фестиваль национальных культур»;- «День нестареющих людей»;- «День матери»;- «Нет одиночеству». | 2023 годЯнварьФевральМартАпрельМайИюньИюльАвгустСентябрьОктябрьНоябрьДекабрь | Шерер Т.Ю. |
|  | Совместные мероприятия со студенческими волонтерскими организациями города и района:- проведение спортивных мероприятий;- проведение культурно – досуговых мероприятий | 2023 год 1 раз в кварталежемесячно | Шерер Т.Ю. |
|  | Организация и проведение выставок работ художественного творчества – в рамках проведения календарных праздников: - участия в празднике «День города»; - «День открытых дверей»- районном фестивале творчества инвалидов, в городском музее. | 2023 годсентябрьоктябрьдекабрь | Морозова О.И. |
|  | Занятие в «Университете третьего возраста на факультетах: - «Информационные технологии»- «Киноведение» - «Краеведение»- Основы психологии «Шаг в мир»- «Прикладное творчество»Лектории:- «Основы безопасности жизни» - «Основы православия»  | 2023 год 1 раз в неделю1 раз в месяц1 раз в месяц1 раз в месяц 1 раз в неделю1 раз в месяц1 раз в месяц | Морозова О.И. |
|  |  |  |  |
| 5. | Социально-психологическое направление |
| 5.1 | Занятия в ГДП по программе «сенсорная комната» | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Лемешева Н.Г. |
| 2.1 | Занятия в ГДП по программе «Нейроника»  | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Лемешева Н.Г. |
|  | Занятия в ГДП по программе «Эбру» | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Лемешева Н.Г. |
|  | Занятия по программе «Боди – Флэкс» | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Лемешева Н.Г. |
| 5 | Трудовая терапия |
| 5.1 | Занятия по программе «Эрготерапия» | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Бедоидзе С.П. |
| 5.2 | Проведение занятий по художественно – прикладному творчеству | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Бедоидзе С.П. |
| 6. | Социально – бытовое обслуживание  |
| 6.1 | Сопровождение на прогулку лиц, имеющих ограничения к передвижению и самообслуживанию В ГДП | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Родомская В.А. |
| 6.2 | Предоставление горячего питания в ГДП | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) | Морозова О.И. |
| 6.3 | Предоставление транспортных услуг в ГДП в рамках системы долговременного ухода | 2023 год (ежедневно в рабочие дни) |  Морозова О.И..  |
| 7. | Мобильные формы работы |
| 7.1 | «Социальный сервис» | 2023 год (2 раза в неделю в рабочие дни) | Седых Т.А |
| 7.2 | «Мобильная библиотека» | 2023 год (2 раза в неделю в рабочие дни) | Седых Т.А |
| 7.3 | «Мобильный компьютерный класс | 2023 год (2 раза в неделю в рабочие дни) | Седых Т.А |
| 7.4 | «Мобильный магазин» | 2023 год (1 раз в неделю в рабочие дни) | Акулова О.А. |
| 7.5 | «Мобильная бригада» | 2023 год (1 раз в неделю в рабочие дни и/или по необходимости) | Акулова О.А |
| 7.5 | «Поезд милосердия» | 2023 год (1 раз в неделю в рабочие дни ) | Акулова О.А |
| 7.6 | Организация диспансеризации, вакцинации для лиц старше 65 лет, проживающих в сельской местности. | 2023 год (еженедельно в рабочие дни) | Седых Т.А |