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 курсов  от 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 курсов  от 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 курсов  4 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 курсов  от 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 курсов  1 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:  магнитотерапия  дарсонваль  динамическая 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 год  1четверг 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 год  Январь  Февраль  Март  Апрель  Май  Июнь  Июль  Август  Сентябрь  Октябрь  Ноябрь  Декабрь | | | Шерер Т.Ю. |
|  | Совместные мероприятия со студенческими волонтерскими организациями города и района:  - проведение спортивных мероприятий;  - проведение культурно – досуговых мероприятий | 2023 год  1 раз в квартал  ежемесячно | | | 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 год  сентябрь  октябрь  декабрь | | | 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 неделю  1 раз в месяц  1 раз в месяц  1 раз в месяц  1 раз в неделю  1 раз в месяц  1 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 | |