



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ «Комплексный центр
социального обслуживания населения»

Н.В. Шевчук

« 28 » *августа* 2022г.

**Муниципальное бюджетное учреждение
«Комплексный центр социального обслуживания
населения»**

**Программа занятий
в отделении дневного пребывания граждан
пожилого возраста и инвалидов
со старческой астенией
(по системе долговременного ухода)**

г. Губкин
2022г.

Цель программы: обеспечение каждого человека, не полностью справляющегося с самостоятельным уходом, системой поддержки самого высокого качества жизни с максимально возможным уровнем независимости, автономии, участия в деятельности, самореализации и человеческого достоинства.

Задачи программы:

- формирование навыков логического мышления, а также их тренировка, развитие коммуникативных навыков, развитие креативных (творческих) способностей;
- поддержание функций памяти, внимания и мышления, улучшение скорости реакции, повышение эмоционального фона настроения и др.;
- воспитание творческого отношения ко всем сферам жизни;
- оказание физкультурно-оздоровительной реабилитации;
- оказание психологической помощи гражданам пожилого возраста и инвалидам, путем проведения психологических тренингов, бесед и др.;
- оказание юридической помощи гражданам пожилого возраста и инвалидам.

Целевая аудитория:

- граждане пожилого возраста и инвалиды, нуждающиеся в реабилитации по системе долговременного ухода.

Формы работы:

- полустационарная на базе отделения дневного пребывания Комплексного центра социального обслуживания населения (групповые и индивидуальные занятия).

Специалисты, осуществляющие деятельность за гражданами пожилого возраста и инвалидами:

- ✓ заведующий отделением дневного пребывания граждан пожилого возраста и инвалидов;
- ✓ специалисты по социальной работе отделения дневного пребывания граждан пожилого возраста и инвалидов;
- ✓ психолог отделения социального сопровождения и оказания консультативной помощи;
- ✓ юрисконсульт Комплексного центра;
- ✓ медицинская сестра по массажу отделения дневного пребывания граждан пожилого возраста и инвалидов;
- ✓ медицинская сестра процедурная отделения дневного пребывания граждан пожилого возраста и инвалидов;

- ✓ диетическая медицинская сестра отделения дневного пребывания граждан пожилого возраста и инвалидов;
- ✓ инструктор ЛФК отделения дневного пребывания граждан пожилого возраста и инвалидов;
- ✓ медицинская сестра физиотерапевтического кабинета отделения дневного пребывания граждан пожилого возраста и инвалидов.

**Программа работы
в отделении дневного пребывания граждан пожилого возраста и
инвалидов со старческой астенией.**

№ п/п	Наименование	Время, минут	Ответственный исполнитель
1.	Измерение температуры тела, артериального давления, пульса (в соответствии с медицинскими рекомендациями).	15-20	Врач-невролог
2.	Помощь в соблюдении медицинских рекомендаций, включая ведение дневника исполнения назначения.	10-15	Специалисты по социальной работе
3.	Практические занятия для поддержания когнитивных функций.		
3.1	<p>Нейробика для ума - «зарядка» для мозга. Такая разминка не только стимулирует работу мозга, но и создает определенный положительный эмоциональный фон, без которого эффективное усвоение знаний невозможно. Упражнения выполняются по двум направлениям:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Для синхронизации полушарий головного мозга • Для развития правого полушария мозга. <p>Основная часть занятия включает в себя упражнения и задания для тренировки памяти, внимания, мышления и воображения.</p>	25-30	Медицинские работники
3.2	<p>Су-Джок - воздействуя на точки тренажером, происходит оздоравливание всего организма и развитие мелкой моторики рук. Развивая мелкую моторику, активизируются соседние зоны мозга, отвечающие за речь. А формирование речи способствует развитию мышления.</p>	25-30	Медицинские работники
3.3	<p>Дыхательная гимнастика по методу А. Стрельниковой - способствует усилению газообмена в легких. Ее техники помогают насытить организм кислородом, препятствуют формированию фиброза в легочной ткани, укрепляют дыхательные мышцы.</p>	25-30	Медицинские работники
3.4	<p>Самомассаж- обучение навыкам самомассажа с помощью специальных тренажеров (игольчатых мячей,</p>	25-30	Медицинские работники

	массажных роликов и других).		
3.5	<i>Массаж ушных раковин</i> – для активизации работы памяти.	25-30	Медицинские работники
3.6	<i>Японская пальчиковая гимнастика</i> - применяется для стимуляции работы мозга.	25-30	Медицинские работники
3.7	<i>Шишкотерапия</i> – для развития мелкой моторики рук.	25-30	Медицинские работники
3.8	<i>Гимнастика для глаз</i>	10-15	Медицинские работники
3.9	<i>Упражнение для рук с использованием карандашей</i>	25-30	Медицинские работники
4.	Помощь в поддержании активной социальной активности.		
4.1	Играем вместе в <i>настольные игры "Угадай предмет", "Мемо", "Мемори", "Пазлы", "Головоломка пятнашки", "Дидактические лабиринты", "Ассоциативные карты"</i> - способствующие развитию и сохранению внимания, памяти, мышления, обогащению знаниями, поддержанию общения, досуговой активности.	25-30	Специалисты по социальной работе
4.2	Играем вместе в <i>развивающие игры "Лото", "Шашки", "Шахматы", Кольцеброс", "Падающая башня", "Тактильное домино", "Игра-головоломка тетрис"</i> - способствующие развитию и сохранению внимания, памяти, мышления, обогащению знаниями, поддержанию общения, досуговой активности.	25-30	Специалисты по социальной работе
4.3	Проведение <i>арт-терапии (аппликации из цветной бумаги, лепка из пластилина, фрески, гравюры, сортировка фасоли и гороха, шнуровки)</i> – для развития мелкой моторики рук и тренировки мозговой деятельности получателей услуг.	25-30	Специалисты по социальной работе
5.	Поддержание активной физической активности.		
5.1	Обучение общеукрепляющему комплексу изотермических упражнений.	25-30	Инструктор ЛФК
5.2	Занятие на медицинском тренажере – стол для механотерапии «Я могу!».	25-30	Инструктор ЛФК
5.3	Лечебная гимнастика для верхнего отдела позвоночника по методу Бутейко	25-30	Инструктор ЛФК
5.4	Занятие на медицинском тренажере для механотерапии «ОРТОРЕНТ».	25-30	Инструктор ЛФК
6.	Помощь в поддержании когнитивных функций. Проведение		

арт-терапевтических техник.			
6.1	Проведение специальных практик <i>арт-терапии: музыкотерапия, смехотерапия, цветотерапия, сказкотерапия, театротерапия, песочная терапия</i> - для коррекции поведения пожилых людей, направленных на улучшение сна, духовного состояния.	25-30	психолог
6.2	Проведение индивидуальных психологических консультаций.	25-30	психолог
7.	Оказание юридической помощи гражданам пожилого возраста и инвалидам.		
7.1	Правовая и финансовая грамотность.	25-30	юрисконсульт
7.2	Оказание помощи в оформлении и восстановлении документов получателей социальных услуг.	25-30	юрисконсульт

Подготовил:
Чуркина Ю.А.