



ОГОРОД НА ОКНЕ

АЛЕНА ПАВЛОВА,

социальный работник специализированного отделения социально-медицинского обслуживания на дому муниципального бюджетного учреждения «Комплексный центр социального обслуживания населения города Лесосибирска»

Концепция активного долголетия, разрабатываемая Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ), приобретает особую актуальность в работе с пожилыми гражданами и инвалидами, выступая фактором оптимизации их физических возможностей и участия в жизни общества. Сделать жизнь пожилых людей более интересной и насыщенной призваны и многие проекты, действующие в учреждениях социального обслуживания населения края. Некоторые из них инициированы и подготовлены социальными работниками. Пример тому – проект «Терапия занятостью», который второй год успешно реализуется в МБУ КЦСОН г. Лесосибирска.

Основная идея проекта «Терапия занятостью» – повышение качества жизни пожилых людей, находящихся на надомном обслуживании. Большинство из них имеют слабое здоровье, ведут малоподвижный образ жизни, редко выходят из дома и, как результат, утрачивают социальные связи, теряют трудовые навыки, испытывают чувство изолированности. Эти особенности, а также потребности, желания и увлечения получателей социальных услуг учитывались при разработке проекта. Площадкой для его реализации стали квартиры наших подопечных, что для них не только удобно, но и позволяет осознать – в любом возрасте и в любых обстоятельствах можно занять себя интересным делом.

Первыми участниками проекта «Терапия занятостью», который стартовал в марте 2017 года, стали 12 человек, находящиеся у меня на обслуживании. На тот момент самому молодому из них было 50 лет, самому пожилому – 93 года.

Начали с мероприятия «Огород на окне», которое и сегодня пользуется огромной популярностью у бабушек и дедушек. Многие из них в прошлом дачники, и садоводческая деятельность для них ассоциируется со временем, когда они были молоды, полны сил, могли часами заниматься любимым делом. Посев семян, выращивание рассады, уход за растениями дает им возможность возобновить утраченные навыки, а с



покупкой необходимых материалов, поливом зелени и цветов помогают социальные работники. Так, 94-летняя Вера Трофимовна, инвалид 2-й группы, очень гордится своим садом-огородом на окне. «У меня с детства особое отношение к растениям, – вспоминает пенсионерка, – в войну они спасали нас от голода, потом тоже приходилось много работать на земле. Сейчас, несмотря на то, что сил совсем уже нет, я заставляю себя двигаться, высаживаю лук, петрушку, редиску, укроп. Мой балкон для меня как дача, и все лето я кушаю свою зелень. А цветы – вообще мои собеседники. Люблю поговорить с ними, никогда не ругаю, они меня слышат, понимают и отвечают цветением, радуя глаз».



Уход за растениями создает нашим подопечным благоприятный эмоциональный настрой, дарит ощущение собственной значимости и востребованности, что вызывает психологический комфорт. Подтверждением тому может послужить история 80-летней Эльвиры Ивановны, инвалида 3-й группы, окна квартиры которой выходили на заброшенный участок земли. По предложению и при помощи социального работника пенсионерка облагородила пустырь, обустроила клумбу, посадила цветы. «В этом году, – рассказывает Эльвира Ивановна, – я снова продолжила начатое. Выгляну в окно, полюбуюсь клумбой – и так становится хорошо и приятно, чувствую, что не совсем еще я бесполезная».

Со временем к проекту присоединилось еще шесть социальных работников МБУ КЦСОН г. Лесосибирска со своими подопечными, а перечень мероприятий расширился. Так как большинство людей, находящихся на надомном обслуживании, испытывают потребность в общении, желание поделиться опытом с подрастающим поколением, в качестве партнеров были привлечены школьники, кадеты, студенты и волонтеры. Теперь они стали активными участниками наших тематических и праздничных встреч, мастер-классов, творческих гостиных. Для пожилых людей каждое такое мероприятие – значимое событие, которое стимулирует их умственную и физическую активность, поднимает настроение. Пенсионеры готовятся к встрече гостей, украшают квартиру, наряжаются сами, обязательно пекут что-нибудь вкусное к чаю, иногда даже репетируют речь.

Тем, кто нуждается в восстановлении и поддержании физического и психического здоровья, в рамках «Терапии занятостью» оказывается помощь – применяются формы работы, способствующие профилактике деменции, привитию навыков самообслуживания, бытовой ориентации. Сюда можно отнести библиотерапию, квесты реабилитационного характера и многое другое. Нередко занятие, предложенное пенсионеру социаль-



ным работником, становится серьезным увлечением. Пример тому – «Огород на окне».

Сегодня проект «Терапия занятостью» и его мероприятия по-прежнему актуальны, востребованы и набирают обороты. Его ряды пополняются новыми участниками и партнерами, что меня, как автора идеи, очень радует, как и достижение цели проекта – сделать жизнь пожилых людей активнее и разнообразнее, чтобы старость была не обузой, а в радость.

*Фотографии предоставлены
МБУ КЦСОН г. Лесосибирска*

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВА-
НИЯ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА ЛЕСОСИБИРСКА»**

ДИРЕКТОР Тихонова Марина Леонидовна
Тел.: 8 (39145) 6-12-27
lsibsz.ucoz.ru