



 vk.com/publichealth67

 smolcmp67.ru

 t.me/publichealth67

 8 (481) 265-11-56

«СМОЛЕНСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»

Проект Центра общественного здоровья и медицинской профилактики ОГАУЗ
«Смоленский областной врачебно-физкультурный диспансер»





Проект «Смоленское долголетие»



Крупнейший

образовательный,
оздоровительный
и досуговый проект
для старшего поколения



Цель:

увеличение периода
активного долголетия и
продолжительности
здоровой жизни



Целевая аудитория

Граждане, имеющие место жительства в Смоленске:



Мужчины 60+



Женщины 55+



Досрочно вышедшие на пенсию по
выслуге лет

Потенциальная аудитория:

~235 тыс. пенсионеров в Смоленской
области
(на 1.07 2022 г.)



Проект способствует реализации задач национального проекта «Демография»



Организация обучения
и переобучения
предпенсионеров
и пенсионеров



Организация занятий
физической культурой
граждан пожилого
возраста



Улучшение качества жизни
граждан старшего поколения



Формирование
позитивного
и уважительного
отношения к людям
старшего поколения



Развитие
благотворительности
и добровольческой
деятельности

Основные задачи проекта

- 1** **Расширение позитивного представления** о возможностях организации жизни в старшем возрасте
- 2** **Повышение удовлетворенности** граждан старшего поколения городской средой
- 3** **Вовлечение старшего поколения** в социальную жизнь города
- 4** **Формирование узнаваемого смоленского стандарта** активного образа жизни для граждан старшего поколения
- 5** **Создание равномерно** распределенной сети бесплатного активного досуга
- 6** **Популяризация активного образа жизни** для старшего поколения



Социально-экономическая миссия проекта «Смоленское долголетие»

РАЗВИТИЕ НОВОГО СЕКТОРА РЫНКА

- Старшее поколение – новая большая целевая аудитория
- Максимально прозрачный и равный механизм стимулирования бизнеса, НКО и госучреждений

ФОРМИРОВАНИЕ НОВОЙ КАТЕГОРИИ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ

- Создание нового формата жизни в старшем возрасте
- Социальная активность, новые интересы и экономические потребности
- Сферы, которые пользовались популярностью только у людей молодого и среднего возраста, привлекают все больше старших

(компьютеры и смартфоны, спортивный инвентарь, индустрия красоты и т.д.)

СНИЖЕНИЕ НАГРУЗКИ НА СИСТЕМУ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ И РОСТ ДОХОДОВ

- Оздоровительный эффект проекта
- Снижение затрат на медицинское обслуживание
- Повышение трудоспособности и автономности старших москвичей
- Продолжение занятости на пенсии
- Рост личных доходов людей старшего возраста



Психоэмоциональная миссия проекта «Смоленское долголетие»

СОЦИАЛИЗАЦИЯ СТАРШЕГО
ПОКОЛЕНИЯ, ПРЕОДОЛЕНИЕ
ИЗОЛИРОВАННОСТИ
И **ОДИНОЧЕСТВА**

ФОРМИРОВАНИЕ
ПОЗИТИВНОГО
И **УВАЖИТЕЛЬНОГО**
ОТНОШЕНИЯ К ЛЮДЯМ
СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ

УКРЕПЛЕНИЕ **ОТНОШЕНИЙ** В СЕМЬЕ

- Появление общих интересов и активностей у членов семьи разного возраста
- Взрослые дети меньше переживают, если не могут проводить много времени с родителями, когда те заняты интересным делом
- Достижения старших родителей становятся предметом гордости всей семьи

РАЗВИТИЕ **МЕЖПОКОЛЕНЧЕСКОГО**
ДИАЛОГА

Форматы работы проекта



**Офлайн-занятия
на свежем
воздухе**

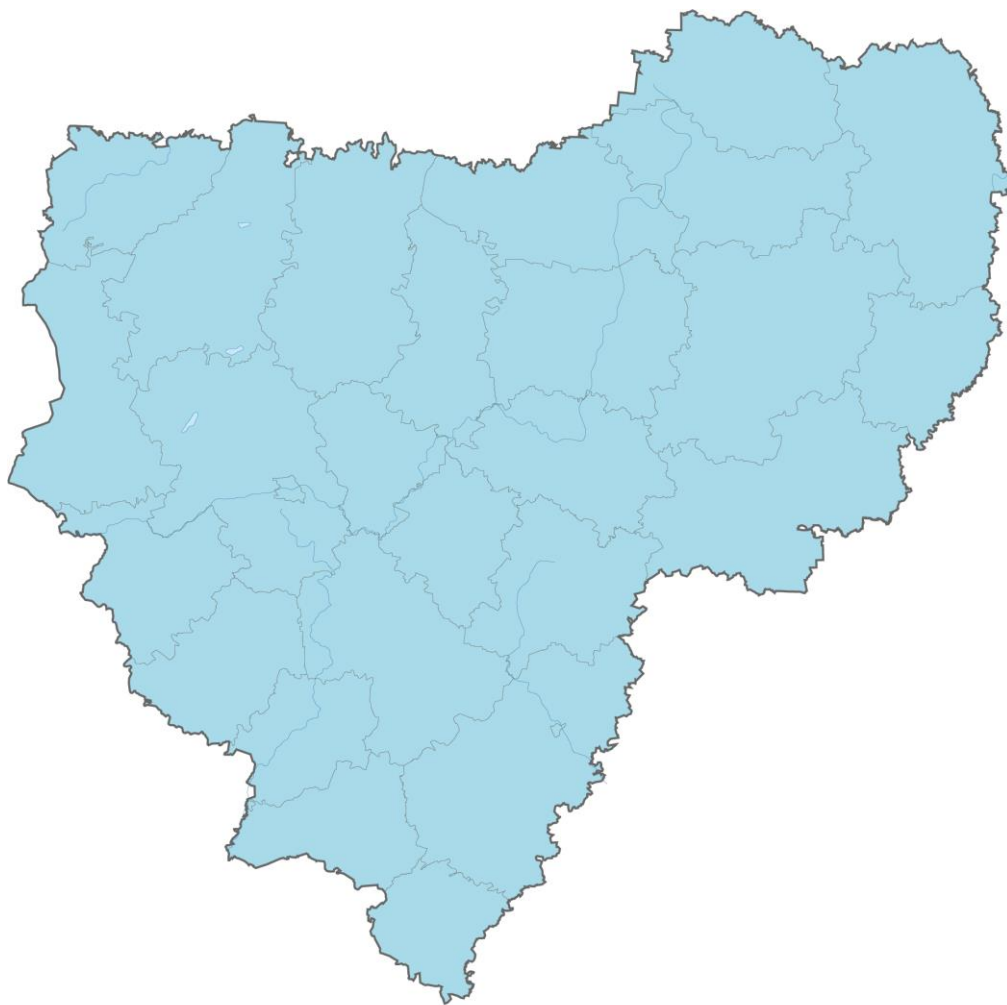


**Офлайн-занятия
в помещениях**

Комплексные центры
социального обслуживания
населения.



Городская инфраструктура, задействованная в реализации проекта



ПОЛИКЛИНИКИ

- ТОЧКИ ИНФОРМИРОВАНИЯ
- ТОЧКИ ЗАПИСИ В ПРОЕКТ

ПАРКОВЫЕ ТЕРРИТОРИИ

- ПОЛЬЗА ЗАНЯТИЙ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ
- НАЛИЧИЕ СПОРТИВНОЙ ИНФРАСТРУКТУРЫ
- ПЛОЩАДКА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ





Направления занятий проекта

Для тела

Скандинавская ходьба



Зарядка



Формируем ответственное отношение к своему здоровью – лечим движением, а не таблетками

7 ВЕСКИХ ПРИЧИН ХОДИТЬ БОЛЬШЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ

- 1 Способствует укреплению сердечно-сосудистой системы, всех групп мышц, нормализации давления и обмена веществ.
- 2 Снижается риск хронических заболеваний.
- 3 Улучшает вентиляцию легких и всего дыхательного аппарата.
- 4 Повышается качество сна
- 5 Благоприятно влияет на сердце, кровеносные сосуды и нервную систему, улучшает обмен веществ, улучшает настроение.
- 6 Улучшается психоэмоциональное состояние, укрепляется физическая форма, иммунитет.
- 7 **Обретение долголетия.**



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

- 1 Укрепить здоровье детей, научить соблюдать правила личной гигиены, режим дня, внедрить в режим утреннюю зарядку, овладеть основными понятиями о здоровом образе жизни;
- 2 Улучшить социально-психологический климат в лагере;
- 3 Воспитать негативное отношение к вредным привычкам;
- 4 Укрепить дружбу и сотрудничество между детьми разных возрастов;
- 5 Сформировать умения, навыки, действий поведения в экстремальных ситуациях (сплавы, походы); обеспечить творческое развитие в кружках и секциях, мастер-классах, индивидуальное и коллективное творчество, коллективно-творческую деятельность.
- 6 Создать благоприятные условия для оздоровления детей, их эстетического, патриотического и нравственного воспитания.

СМОЛЕНСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ



vk.com/publichealth67



smolcmp67.ru



t.me/publichealth67



[vk.com/
publichealth67](https://vk.com/publichealth67)

