

ПРОЕКТ «НАМ ГОДА НЕ БЕДА»

Для конкурса «Ты в игре»

ОРГАНИЗАТОР ПРОЕКТА



- Территориальное общественное самоуправление Красноармейского микрорайона Железнодорожного района г. Барнаула
- Автор проекта
- Светлана Петровна Ганцова
- 89059856737, rus22@inbox.ru

ССЫЛКИ НА ПРОЕКТ

- Группа Вконтакте <https://vk.com/public202016246>
- Видео о проекте
- https://vk.com/public202016246?z=video-202016246_456239022%2Fc759f3b55b982d958c%2Fpl_wall_-202016246
- https://vk.com/public202016246?z=video-202016246_456239017%2Fc4efa661fe9bbd2b16%2Fpl_wall_-202016246

ОПИСАНИЕ ПРОЕКТА

- Одна из задач, поставленных президентом В.В. Путиным- решение вопросов демографии, увеличение продолжительности полноценной жизни людей, вышедших на пенсию. На территории Железнодорожного района есть несколько фитнес-залов, но экономическая несостоятельность пенсионеров не позволяет им достойно заниматься своим здоровьем, а также психологическое состояние , принятие себя в этом возрасте, низкая самооценка, вынуждает человека на пенсии сидеть дома и медленно стареть. Наш проект позволит решить эту проблему, создаст безопасное пространство здоровья граждан пенсионного возраста для занятий физической и умственной активностью, позволит расширить круг общения, найти единомышленников, узнать новейшие тенденции в исследовании здоровья и правильного питания.

ОПИСАНИЕ НКО

- Территориальное общественное самоуправление Красноармейского микрорайона Железнодорожного района г. Барнаула
 - (далее ТОС Красноармейского микрорайона) осуществляет свою деятельность с 21.02.2002г.
 - Совет организации состоит из 15 человек. Это и молодые люди- студенты и граждане пенсионного возраста. Работают в среднем раз в неделю постоянно, в работе Совета принимает участие более 400 волонтеров.

ОПЫТ ОРГАНИЗАЦИИ

Наименование организации, предоставившей грант	Наименование конкурса	Дата проведения	Наименование проекта	Реализованная сумма, руб.
Администрация Алтайского края	Мода на спорт	01.07.-30.10.2015г.	«Я выбираю спорт»	64000,00
Администрация города Барнаула	Мода на спорт	01.06.-30.10.2015г.	«Уличные тренажеры»	64553,00
Администрация города Барнаула	Патриотическое воспитание	01.06-30.10.2016г.	«Молодежная доска почета Железнодорожного района»	99850,00
Администрация города Барнаула	Мода на спорт	5.06-30.10.2016г.	«Уютный двор»	134987,00
Благотворительный фонд Тимченко	Активное долголетие	01.07.-31.12.2017г.	«Хочу знать»	94885,00
Администрация города Барнаула	Патриотическое воспитание	01.06.-30.10.2019	«Готов к труду и подвигу»	60300,00


АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА

- Целевая направленность данного проекта адресована пожилым людям, а также людям с особенностями развития, т.е. инвалидам. Она заключается прежде всего в том, чтобы помочь человеку сформировать свое представление о старости, инвалидности, как о времени дальнейшего раскрытия творческих сил и способностей адаптироваться к социальным ролям, стилю и образу жизни. Проект предполагает создание открытого пространства для людей данной категории, где они могут поддержать свою физическую форму, здоровье, в том числе и эмоциональное.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

- **Цель проекта** – оздоровление людей пенсионного возраста, людей с особенностями развития и пропаганда здорового образа жизни.
- **Задачи проекта :**
 - Приобщение к занятиям активными видами спорта (боулинг, «северная» ходьба, настольный теннис);
 - Просвещение(лекции о здоровом образе жизни, беседы);
 - Проведение занятий, направленных на умственную активность (шахматы. настольные игры, дартс);
 - Проведение спартакиады под девизом : «Пусть сердце старости не знает».

ОПИСАНИЕ ПРОЕКТА

- 
- Проект предполагает создание открытого пространства для людей пенсионного возраста, где они могут поддержать свою физическую форму, здоровье, в том числе и эмоциональное. За время проекта планируется проведение лекций по темам здоровья, которые определяют жители в результате анкетирования. Всего будет проведено семь лекций, раз в месяц, проводить будут врачи высшей категории- доктора и кандидаты медицинских наук на безвозмездной основе в качестве волонтеров.

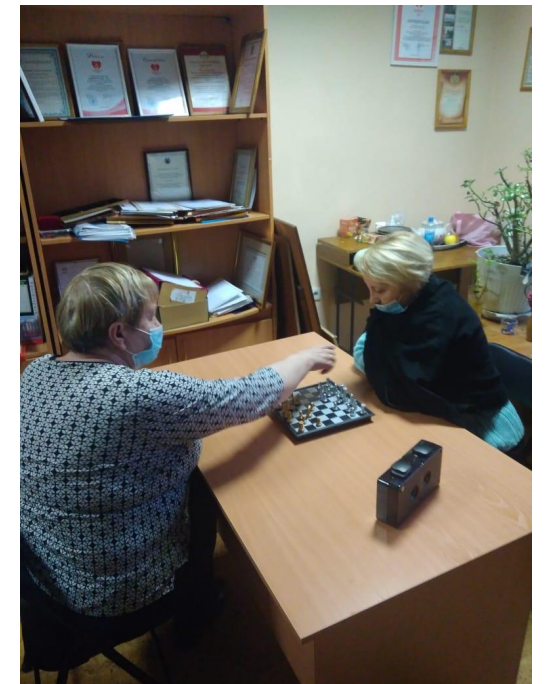
ОПИСАНИЕ ПРОЕКТА

- Также один раз в неделю планируется проводить тренировки и соревнования по боулингу. В настоящее время боулинг один из интересных и востребованных, наиболее важная причина популярности(как показал мониторинг)-это его гибкость и простота игры, обеспечивает нагрузку на мышцы, повышает активность комплекса сердечных мышц человека. Это эффективная форма релаксации, это хорошее время препровождения со своими единомышленниками.




ОПИСАНИЕ ПРОЕКТА

- Для поддержания умственной деятельности предполагается игра в шахматы в помещении ТОС в любое время. Шахматы издавна считались игрой королей, можно уверенно утверждать, что эта игра служит замечательным стимулятором для улучшения умственной деятельности. Шахматы уменьшают вероятность болезни Альцгеймера, улучшают память, это доказывают исследования ученых с мировым именем.



ОПИСАНИЕ ПРОЕКТА

- 
- В нашем микрорайоне большую популярность обрела «шведская» ходьба. Медики давно доказали, что пешие прогулки гораздо полезнее и безопаснее для организма. Эти прогулки, особенно на природе, обогащают кровь кислородом, укрепляют сосуды и сердечные мышцы, а также иммунитет, создают хорошее настроение и позитив. А главная идея этих прогулок на свежем воздухе – это отличный пример для подражания жителям города, пропаганда ЗОЖ
 - Ресурсное обеспечение (кадровое обеспечение, материально-технические средства, информационное сопровождение).

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- **Качественные:** снимется напряженность по причине получения новых впечатлений, новых знаний, которые можно передать своим соседям, друзьям, поделится новым опытом, укрепить здоровье, участвуя с спортивных мероприятиях, возможно этот опыт станет привычным образом жизни, не будет много времени, чтобы посещать врачей, получить возможность самовыражения в творческой деятельности, осознать, что с выходом на пенсию-жизнь не заканчивается. Реализация данного проекта позволит объединить общим делом, которое усилит мотивацию к формированию соседских, дружеских отношений между людьми, появится возможность и место для интересных и полезных для сохранения своего здоровья занятий. Планируется привлечь к реализации проекта более 500 человек. Методы оценки результатов проекта будет: анкетирование участников проекта беседы для выявления уровня полученных знаний, отзывы целевой группы.
- В долгосрочной перспективе мероприятия проекта продолжится на постоянной основе за счет собственных средств, грантов, различных конкурсов, помощь предпринимателей, партнеров проекта. Будем надеяться, что участники проекта приведут на занятия своих знакомых и единомышленников, что позволит продолжить проект, используя закупленное оборудование.



ФОТО ПРОЕКТА





БЛАГОДАРИМ ЗА ВНИМАНИЕ!

