

Перечень проектов и программы полустационарного отделения.

1. Программа «За здоровьем – на тренажёр!» по реабилитации и абилитации инвалидов и граждан пожилого возраста средствами адаптивной физической культуры. Адаптивная гимнастика тесно связана с лечебно-образовательным процессом, она вырабатывает у занимающихся сознательное отношение к использованию физических упражнений, требует исполнения гигиенических процедур, предусматривает активное участие человека в регулировании своего общего режима, в частности режима движений, стимулирует занимающихся к закаливанию естественными факторами природы, поддерживает трудоспособность, правильное отношение к жизни и поведение в обществе.
2. Программа упражнений для восстановления двигательной активности для граждан, перенёсших инсульт «Движение – жизнь». Данная программа разработана с целью ускорения процесса восстановления после инсульта. Ежедневные занятия улучшают кровообращение, не дают крови застаиваться, способствуют восстановлению мышечной памяти, снижают тонус мышц, предупреждают развитие контрактур, атрофии и спазмов, устраняют произвольные движения конечности. Физические нагрузки приводят к положительным изменениям в организме: улучшается работа сердечно-сосудистой системы; нормализуется дыхание; стимулируются обменные процессы; улучшается эмоциональное состояние. Упражнения после инсульта включают компенсаторные механизмы для восстановления функций. Многократные повторения упражнений способствуют возникновению новых условно-рефлекторных связей.
3. Программа социально-реабилитационных мероприятий для получателей социальных услуг с нарушениями здоровья после перенесённого инсульта «Сохранение и восстановление мелкой моторики рук после перенесенного инсульта». Дополнительные мероприятия по стимуляции работы мелкой моторики рук позволяют поддерживать качество жизни человека в быту, ускорить процессы овладения новыми навыками, развить свои способности к практической самореализации в различных сферах жизни. В коррекционных и реабилитационных мероприятиях, направленных на восстановление функций центральной нервной системы и костно-мышечного аппарата, занятия, задействующие мелкую моторику, являются мощным стимулятором улучшения психического здоровья лиц возрастной группы и инвалидов, перенесших черепно-мозговые травмы, инсульты и травмы позвоночника. Для решения проблемы развития мелкой моторики необходимо выполнять упражнения в комплексе, а не отдельными элементами. Кроме того, немаловажно желание и настрой для этого, т.к. положительный результат напрямую

зависит от настроения и эмоций, испытываемых по мере выполнения упражнений.

4. Общеразвивающая программа «Социализация и адаптация людей с ограниченными возможностями здоровья средствами изобразительного искусства и изобразительной деятельности». Адаптационные возможности искусства по отношению к человеку с ограниченными возможностями здоровья связаны с тем, что оно является источником новых позитивных переживаний, содействует реализации его творческих потребностей, предоставляет ему неограниченные возможности для самовыражения и самореализации как в процессе творчества, так и в процессе познания своего «Я». Создание продуктов художественной деятельности облегчает процесс его коммуникации и установления отношений с окружающими. Художественное творчество пробуждает интерес к искусству, любовь и уважение к культуре своего народа, мировой культуре и изучению народных традиций.
5. Проект «Кислородотерапия». Оксигенотерапия представляет собой эффективный метод лечения кислородом, который подходит как пожилому населению, так и молодому. Оксигенотерапия назначается тем, кто страдает гипоксией, нехваткой кислорода, которая чаще всего диагностируется у людей, живущий в больших городах, наполненных газами. Кислород нужен для нормального функционирования организма. Если же его не хватает в организме, тогда и назначается оксигенотерапия, эффективность которой была доказано ещё много лет назад.
6. Программа работы школы интеллектуального и творческого развития для лиц

с ограниченными возможностями здоровья «Бригантина» направлена на социальную реабилитацию людей с ограниченными возможностями посредством проведения социокультурных мероприятий. Культурно-досуговые мероприятия: тематические вечера, встречи с интересными людьми, экскурсии, благотворительные акции, выставки творческих работ.

7. Программа социально-реабилитационных мероприятий «Веселое рисование» для получателей социальных услуг, имеющих ментальные, когнитивные нарушения здоровья, и проходящие восстановление после перенесённого инсульта.

8. Цикл упражнений «Гимнастика для мозга» помогает развивать умственные способности личности через выполнение определенного рода заданий; помогает сбалансировано развивать оба полушария головного мозга. Гимнастика состоит из ряда несложных для выполнения упражнений, поэтому ее можно смело включать в режим дня. Проводить тренировки можно практически в любое время без привязки к месту. Этот комплекс упражнений направлен на усиление взаимодействия полушарий головного мозга.

9. Программа упражнений для восстановления двигательной активности для граждан, перенёсших инсульт «Движение – жизнь». Данная программа разработана с целью ускорения процесса восстановления после инсульта. Ежедневные занятия улучшают кровообращение, не дают крови застаиваться, способствуют восстановлению мышечной памяти, снижают тонус мышц, предупреждают развитие контрактур, атрофии и спазмов, устраняют произвольные движения конечности.

Физические нагрузки приводят к положительным изменениям в организме: улучшается работа сердечно-сосудистой системы; нормализуется дыхание; стимулируются обменные процессы; улучшается эмоциональное состояние.

10. Общеразвивающая программа «Декоративно – прикладное творчество как средство социализации людей с ограниченными возможностями здоровья с использованием информационных технологий». Направлена на формирование гармоничной творческой личности через формирование эстетического отношения к окружающему миру средствами изобразительного и декоративно-прикладного искусства.

11. Комплекс упражнений для мелкой моторики рук позволяют поддерживать качество жизни человека в быту, ускорить процессы овладения новыми навыками, развить свои способности к практической самореализации в различных сферах жизни. В коррекционных и реабилитационных мероприятиях, направленных на восстановление функций центральной нервной системы и костно-мышечного аппарата, занятия, задействующие мелкую моторику, являются мощным стимулятором улучшения психического здоровья лиц возрастной группы и инвалидов, перенесших черепно-мозговые травмы, инсульты и травмы позвоночника.

12. Программа « За здоровьем - на тренажёр!» по реабилитации и абилитации инвалидов и граждан пожилого возраста средствами адаптивной физической культуры и спорта. Данная программа предусматривает комплексный подход в решении психофизиологических задач на занятиях путем целенаправленного воздействия на сердечно-сосудистую, дыхательную системы, опорно-двигательный аппарат и мыслительные процессы во время занятий.

Совместные занятия в группе способствуют повышению самооценки, а также физической, психической и социальной адаптации.

13. Программа «Здоровье на кончиках пальцев» - комплекс оздоровительных мероприятий, способствующий восстановлению подвижности верхних конечностей у граждан пожилого возраста и инвалидов, с использованием методик, развивающих мелкую моторику пальцев рук: пальчиковая гимнастика, мудры, крупотерапия, а также применения специализированных массажеров.

14. «Янтарная комната звука». Расположена в рефлексивном блоке учреждения. Реабилитация ведется одновременно по 3 направлениям: звукотерапия (билотерапия), видеорелакс, цветотерапия. Комната оформлена в желто-оранжевых тонах. Оборудована: мягкими креслами, кушетками, соляными лампами, проектором, экраном который визуализирует пескографию, в сопровождении звука плоских колоколов.

15. Программа «Кукольный театр» подразумевает создание инклюзивного театра с организацией занятий по театральному мастерству, подготовкой и показом тематических спектаклей, концертной деятельностью, участием в различных фестивалях и конкурсах. Занятия в театре проводят квалифицированные специалисты, которые делают их понятными каждому. Основная задача - обучать пожилых людей и людей с ОВЗ различным техникам изготовления театральных кукол, декораций и реквизита из различных материалов.

16. Программа занятий для больных наркоманией с целью их социализации, организации их досуга и формирования у них новых интересов «Мы выбираем жизнь!» разработана для наркозависимых граждан в целях их социализации, организации их досуга, формирования у них новых интересов, а также для развития коммуникационных навыков.

17. Программа социально-реабилитационных мероприятий «Разноцветный мир» по декоративно-прикладному творчеству художественной направленности разработана в рамках системы долговременного ухода и предлагает на выбор большое количество различных техник декоративно-прикладного искусства.

18. Программа практических занятий по зеркальной терапии для социальной реабилитации людей с когнитивными и ментальными нарушениями. Цель данной программы вовлечение людей с когнитивными и ментальными нарушениями в процесс личностной интеграции и роста с помощью зеркального отражения, работой над своим образом. Задачи заключается в том, чтобы помочь участникам: по возможности избавиться от внутренней напряженности, скованности и телесного дискомфорта, ограниченности в движениях; стать более открытыми в общении с другими людьми; открыть новые внутренние ресурсы; укрепить уверенность в себе и в своих силах.

19. Программа «Тренинговые занятия для укрепления когнитивных и социальных навыков». Данная программа предполагает занятия с ПСУ ОДП в течении трёх месяцев, по одному занятию в неделю. Ролевые игры, инсценировки, короткие театрализованные миниатюры на заданную тему, дискуссии, лекции и мини-лекции, психологические упражнения различной направленности. Продолжительность каждого занятия - 1 час.

20. Программа «Я могу» (для школы сопровождения инвалидов с ментальными нарушениями, нуждающихся в адаптации к самостоятельной жизни) позволяет формировать социально-бытовые

компетентности, расширяет знания о разнообразных сферах жизни и деятельности человека, позволяет приобрести практические умения для успешной адаптации в быту и социальной среде.

Программа разработана в виде модели социально-бытовой адаптации и состоит из четырех модулей:

Первый модуль: Начальный базовый. В него входят вводное занятие и следующие циклы занятий: «Личная гигиена», «Одежда и обувь».

Второй модуль: Социальный расширенный. В него входят циклы занятий «Культура поведения», «Транспорт».

Третий модуль: Хозяйственный. В него входят цикл «Бюджет», «Жилище», «Организация питания», «Правильное питание», «Кулинария».

Четвертый модуль: Самостоятельный. «Самопрезентация и технология самостоятельного трудоустройства», «Правовые нормы социального общежития».

21. Программа «Социально-психологическая реабилитация участников СВО и членов их семей». Направлена на социализацию бывшего участника СВО в условиях мирной жизни. Разработан алгоритм работы с участником СВО, диагностические и психотерапевтические методы его сопровождения с целью комплексной помощи участнику СВО и его ближайшим родственникам.

22. Программа обучения компьютерной грамотности для пожилых людей «Современная реальность».

23. Программа практических занятий в сенсорной комнате направлена на активизацию ослабленных сенсорных функций (зрение, осязание, слух и др.) за счет обогащенной мультисенсорной среды; развитие и поддержание познавательной сферы, здесь происходит обучение способам развития внимания, памяти, речи, мышления; обучение приемам релаксации и саморегуляции для снятия мышечного и психоэмоционального напряжения; развитие психофизического компонента, т.е. обучение навыкам дыхания, стимулирующим и расслабляющим упражнениям, кинезиологическим упражнениям (перекрестные движения), самомассажу, обучение навыкам саморегуляции; профилактику и коррекцию угасания мыслительных процессов. Проводятся занятия с использованием настольных игр, направленных на развитие умения передавать свои ощущения в речи.

24. Цикл упражнений «Гимнастика для мозга» помогает развивать умственные способности личности через выполнение определенного рода заданий; помогает сбалансировано развивать оба полушария головного мозга. Гимнастика состоит из ряда несложных для выполнения упражнений, поэтому ее можно смело включать в режим дня. Проводить тренировки можно практически в любое время без привязки к месту. Этот комплекс упражнений направлен на усиление взаимодействия полушарий головного мозга. Развитие интеллектуальных способностей и творческого начала происходит при помощи выполнения определенных движений, именно в этом и состоит суть гимнастики для мозга.

25. Проект «Стабилотренажер». Стабилотренажер – это лечебный кинезиотренажер для реабилитации нарушений функции равновесия и двигательного-координаторных нарушений, основанный на методе биологической обратной связи. Тренажер позволяет проводить диагностику: зрительного анализатора, вестибулярного аппарата, проприорецепции (ощущение положения частей собственного тела относительно друг друга и в пространстве), способности к удержанию равновесия, характера ассиметрии и т.д. Как это работает? Человек стоит на платформе, в которую встроены датчики, у человека определяется центр тяжести, он меняет позу, чтобы управлять курсором или героем на экране. Человек видит, куда движется его персонаж и это помогает ему корректировать свои действия. Платформа очень чуткая, фиксирует даже движения глаз и головы, оценивая, как при этом изменяется поза тела. Умение правильно перемещать центр тяжести, балансировать им, лежит в основе любого активного движения; занятия на стабилотренажере активно задействуют опорно-двигательную систему и высшие психические функции.

26. Проект «Кедропластовая кабина» - это помещение малого объема, несущая основа и ложемент (топчан) которого изготовлены из древесины сибирского кедра. На несущей основе закреплены прямоугольные пластины из кедропласта - шелухи кедровой шишки и скорлупы кедрового ореха, запрессованных при высокой температуре в смоле кедра (живице). Применяется кедропластовая кабина при хроническом умственном и физическом утомлении, астенических состояниях, нейроциркуляторной дистонии, функциональных нарушениях органов и систем. Внутри кабины образуется повышенная концентрация фитонцидов, флавоноидов, борнилацетата, а также других ароматических масел и смол. Процедура сопровождается расслабляющей музыкой.

27. Программа «Арт-терапия для пожилых. Виды занятий и польза» (музыкотерапия, кинотерапия, вокалотерапия, смехотерапия, танцетерапия). Дословно арт-терапия переводится как «лечение искусством», что полностью отражает его принцип действия. И в первую очередь, когда мы говорим о лечении искусством, то создаем условия не только для самовыражения через творчество, но и помогаем личности прийти в состояние гармонии с собой и окружающим миром. Другими словами, арт-терапия призвана скорректировать психоэмоциональное состояние человека, стабилизировать его настроение и поведение в целом. Именно тот факт, что процесс творчества способен сбалансировать эмоциональный уровень, побудил психологов активно использовать арт-терапию при работе с пожилыми людьми. Занимаясь арт-терапией, люди преклонного возраста могут не только раскрыть в себе новые творческие способности, но также: избавиться от стресса, лишнего нервного напряжения и депрессии; развить свой кругозор; повысить коммуникативные навыки; решить эмоциональные проблемы через их выражение в рисунках; побороть проблемы социальной изоляции от общества; увеличить физическую активность. К тому же, занятия

творчеством – это действенный безмедикаментозный метод борьбы с деменцией и болезнью Альцгеймера.

28. Альцгеймер-кафе «Незабудка». Это признанный во всем мире формат закрытых семейных мероприятий, где раз в месяц семьи с пожилыми родственниками с деменцией собираются в общественном месте (кафе, клуб), общаются, танцуют, поют, играют в настольные игры, участвуют в мастер-классах, слушают старые песни, хорошо проводят время вместе.

Мировая практика доказала, что формат альцгеймер-кафе – это эффективный инструмент социализации и эмоциональной поддержки пожилых с деменцией и их близких.

29. Проект "Студия инклюзивного танца" - это вид хореографического искусства, в котором наравне со здоровыми участвуют люди с особенностями развития. Они объединяют профессиональных танцоров, хореографов, любителей танца, педагогов, дефектологов, волонтеров, людей с инвалидностью, их близких и друзей. Инклюзивные танцы благотворно влияют на здоровье, помогают вернуться к полноценной жизни людям с различными видами нарушений (опорно-двигательными, интеллектуальными, сенсорными, коммуникативными), позволяют раскрыть потенциал человека, способствуют развитию коммуникативных навыков.

30. Лин-проект «Оптимизация рабочего времени специалиста по социальной работе при приеме и оформлении документов ПСУ полустационарных отделений». В 2023 году разработан и внедрен в работу лин-проект «Оптимизация рабочего времени социального работника, специалиста по социальной работе при внесении данных в кассовый аппарат», что позволило сократить время на оплату услуг с 15 минут до 6 минут, что является удобным как для сотрудников учреждения, так и для получателей социальных услуг.

31. Клубная деятельность. Программа разработана для работы 3х клубных объединений по интересам: "Осенний бриз" - музыкально-театральный, "Бригантина" - творческий для лиц имеющих ОВЗ, "Папирус" - литературно-поэтический.