

МЕТОДИЧЕСКИЙ ЛИСТОК

1 октября

Международный День пожилых людей

Ежегодно 1 октября отмечается Международный день пожилых людей. Одной из приоритетных задач нашего общества является повышение качества жизни пожилых людей, оказание им всесторонней помощи и поддержки: мы в неоплатном долгу перед старшим поколением за их самоотверженный труд, силу духа, любовь к своим детям. наших родителей, дедушек и бабушек следует окружить заботой и вниманием!

Сегодня старение людей является крупной проблемой современности, требует переоценки роли пожилых людей и коренного изменения отношения к ним. Средний возраст населения увеличивается. По прогнозам ООН, к 2025 году (при общей численности народонаселения 8,5 млрд. человек) 1,2 млрд. человек перешагнут шестидесятилетний рубеж.

Правительство РФ подготовило проект стратегии развития пенсионной системы до 2030 года. В центре внимания находятся интересы малообеспеченных пожилых граждан, одиноких пенсионеров и инвалидов пожилого возраста, вопросы оказания им материальной, социально-бытовой и других видов помощи.

Согласно классификационной модели ООН, государство считается «старым», если доля лиц старше 65 лет превышает 7%. В нашей стране уже с 1996 года доля людей, перешагнувших этот возрастной рубеж, составляла 12,2%, что лишь немного ниже показателей западных стран. Сегодня разница в продолжительности жизни между мужчинами и женщинами в России самая существенная среди стран, публикующих статистику смертности.

Увеличение численности пожилых людей и ранний выход на пенсию способствовали тому, что старость стала восприниматься как социальная проблема. Возникает образ «исчерпанного человека, не могущего стать другим». Старики воспринимались как угасающие, а не меняющие образ

жизни. Возраст создает ситуации, в которых люди не способны в полной степени осуществлять свои желания и потребности, возраст меняет угол обзора на все происходящее. Понимая все это, напрашивается вопрос: почему же мы так часто невнимательно и предвзято относимся к пожилым людям? Почему часто обижаемся на них из-за их неловких движений и постоянных наставлений? Разве такими мы не будем?..

Правильный уход за пожилыми людьми требует не только искреннего желания помочь, но также специальных знаний и большого количества свободного времени. Для этого необходимо создавать проекты, программы, которые помогут в реализации этих непростых задач.

Правительство РФ от 5 февраля 2016 г. утвердило Стратегию действий в интересах граждан старшего поколения в РФ до 2025 г., где прописано, что основными направлениями государственной поддержки граждан старшего возраста станут:

- ✓ создание условий для культурно-досуговой деятельности;
- ✓ создание клубов по интересам;
- ✓ вовлечение старшего поколения граждан в различные виды деятельности: художественного и прикладного творчества;
- ✓ наличие межведомственной системы социального туризма;
- ✓ усиление понимания и значимости роли семьи;
- ✓ социализация пожилых людей через активное участие в общественную жизнь и вовлечение в нее;
- ✓ усиление адресного общения с людьми пожилого возраста посредством родственников;
- ✓ создание благоприятного климата для физиологического старения каждого гражданина РФ.

Уход за престарелыми людьми – занятие, требующее специальных знаний, причем не только в медицине, в психологии, но и в досуговой деятельности, ибо хорошее настроение человека, его расположение духа – в руках работников культуры. Но далеко не у каждого из нас есть

возможность пойти на спецкурсы или нанять сиделку с профессиональным образованием. Однако если нам необходимо заботиться о пожилых людях, все же необходимо знать, с какими особенностями поведения придется столкнуться.

Постараемся же следовать простым советам:

- ✓ не позволять пожилому человеку замыкаться в себе, но в тоже время не стоит навязывать свое общение, если на данный момент человек этого не хочет;
- ✓ найти для пожилого человека какое-либо интересное занятие, поддерживать его интерес к хобби, если таковое имеется;
- ✓ важно, чтобы пожилые люди побольше гуляли на свежем воздухе, пребывание в четырех стенах вряд ли добавит положительных эмоций.

Уважаемые коллеги, безусловно, что мы не можем решить все проблемы, связанные с взрослением и старением человека, его недугами, но сделать досуг уже немолодого человека ярким, праздничным, по-настоящему добрым и спокойным, – в наших силах.

В рамках Международного дня пожилых людей в КДУ, центрах культуры необходимо проводить:

- благотворительные концерты, спектакли, киносеансы,
- вечера отдыха,
- конкурсы художественной самодеятельности,
- спортивные соревнования среди пожилых людей.

Разные мероприятия традиционно могут быть приурочены к Дню пожилых людей:

- чествование долгожителей, а также супружеских пар со стажем 50 лет и более;
- проведение персональных выставок художественных работ ветеранов и др.

В каждом городе нашей республики есть центры для социальной защиты, в Махачкале – Республиканский Дом-интернат для престарелых и

инвалидов «Ветеран», и наша задача совместно с волонтерами и сектором «Наследники» отметить этот день по-настоящему ярко и празднично. Это могут быть следующие мероприятия:

- вечер-встреча с любимым композитором и поэтом;
- вечер памяти «Как молоды мы были...» с участием самих ветеранов;
- концерт по заявкам ветеранов «Споемте, друзья...»;
- выставка агитплакатов на территории своего КДУ, центра культуры и

др.

Быть стариками – не простая штука.

Не все умеют стариками быть.

Дожить до старости – ещё не вся наука,

Куда трудней достоинство хранить.

Не опуститься, не поддаться хвори,

Болячками другим не докучать,

Уметь остановиться в разговоре,

Поменьше наставлять и поучать,

Не требовать излишнего вниманья,

Обид, претензий к близким не копить

До старческого не дойти брюзжанья;

Совсем не просто стариками быть...

Андрей Дементьев

Подготовлено РДНТ МК РД