



Юбиляра поздравили сотрудники КЦСОН Кировского района.

Столетний юбилей

В пятницу, 2 ноября, ярославне Екатерине Павловне Буравлеву исполнилось 100 лет.

С юбилеем ее поздравили внук Сергей, правнуки, которых у юбиляриши пятеро, директор департамента по социальной поддержке населения Сергей Ивченко, работники МУ «КЦСОН Кировского района Ярославля», соседи и многие другие.

Среди эклеров и пирожных на праздничном столе Екатерины Павловны белоснежной доминантой красуется торт с надпи-

сью «100 лет». Гости в восхищении. Но волнуют их не сладости и яства, все как один спрашивают про рецепт долголетия.

— Работать больше! — отрезает Екатерина Павловна. — Я до 82 лет еще огород копала!

Среди других рекомендаций — не увлекаться таблетками и совсем отказаться от бытовой химии.

Сама юбиляриша этих правил придерживается строго. Хотя

ПОЗДРАВЛЯЕМ!



и опирается на палочку, в хорошую погоду выходит на улицу. А недавно с помощью своего соцработника Елены Бугровой даже дошла до банка.

Елена СОЛОНДАЕВА

Фото автора

КЦСОН

— таким лозунгом встречают гостей в Комплексном центре социального обслуживания населения Ленинского района Ярославля. В отделении дневного пребывания пожилые ярославцы могут поправить здоровье, найти новых друзей и отдохнуть, не покидая пределов родного города.

В здании на Фурманова, 1 чистота и порядок, каждого встречает и обслуживает радушный персонал. Бабушки и дедушки с улыбкой признаются, что ходят сюда с удовольствием. Здесь угощают кислородным коктейлем из сиропа шиповника и корня солодки. Говорят, одна такая порция заменяет два часа прогулки по сосновому лесу. Можно отведать и полезного травяного чая под названием «Царский» из мяты, Melissa, эхинацеи и родиолы розовой.

— Продолжительность одной смены составляет 15 дней. Это 3 недели по 5 рабочих дней, — рассказывает заведующая отделением Елена Замотина. — В группы мы набираем от 20 до 25 человек, и каждый желающий может воспользоваться нашими услугами два раза в год. Для пенсионеров, чей доход меньше 11 тысяч 814 рублей, услуги бесплатные. Максимальная же стоимость составляет 1 тысячу 412 рублей 98 копеек.

Об актуальности и высоком качестве услуг говорит тот факт, что люди приезжают сюда и из других районов, чаще всего Дзержинского и Заволжского, им удобно добираться на общественном транспорте. Приходят семейные пары. Причем есть и такие, что нашли друг друга именно в центре.

Занятия в центре длятся с 9.30 до 15.00. Каждый день распisan по минутам. Начинается он, как водится, с зарядки. В

Приходите в наш дом — наши двери открыты!



зале ЛФК есть все необходимое оборудование: гимнастические палки, степ-платформа, мячи — массажные и для фитбола. Медицинская сестра Ольга Кряжева ежедневно следит за состоянием здоровья посетителей, она же ведет кружок по скандинавской ходьбе. В комнате психологической разгрузки можно полистать журнал в уютном кресле-качалке. Особенно приятно заняться этим после обеда, ведь в центре предусмотрено и горячее питание.

Здесь каждый найдет занятие по душе.

— Мужчины у нас даже диспуты устраивают по военной истории. Сегодня вот заспорили о бабушке Махно, — рассказывает психолог Елена Дубочинская.

Инструктор по трудотерапии Ольга Коваленко поможет выбрать посетителям кружки по интересам: квиллинг, вязание, классическая живопись и живопись шерстью «Шерстяная акварель». Среди клиентов попадаются настоящие таланты. Вот, к примеру, Валерий Степанович Василенко. Ему 73 года, а он пишет стихи и увлекается каллиграфией. Есть у него и другое интересное хобби, благодаря которому он даже стал победителем городского конкурса «Ярославль мастеровой». Из

рыбных костей, плавников и ракушек он может сотворить что угодно: лебедя, балерину и даже самураю. Из мандариновой кожуры — фантастическое дерево, а из банановой — осьминога с головой из шоколадного яйца «Киндер-сюрприз».

Валерий Степанович — кандидат технических наук, доцент. Долгое время жил в Новом Уренгое, преподавал в Институте нефти и газа, а в Ярославль переехал в 2013 году из Тюмени.

Некоторые посещают группу с сопровождением. Инну Мечиславовну Прохорову в КЦСОН привел сын. Инна Мечиславовна тоже доцент и кандидат наук, долгое время работала на факультете биологии и экологии Демидовского университета. Страдает болезнью Альцгеймера. Попав в центр, женщина, что называется, ожила на глазах, в ней проснулся интерес к жизни. Особенно нравятся ей занятия по скандинавской ходьбе.

Отдельно хочется сказать о классе компьютерной грамотности, в котором ежегодно проходят обучение

порядка 120 посетителей центра. И вполне успешно. Так, 80-летняя Любовь Степановна Иванова приняла участие во всероссийском конкурсе «Спасибо Интернету-2017».

Все началось с того, что дети и внуки подарили Любове Степановне на юбилей смартфон. Пройдя курсы, пенсионерка сама зарегистрировалась на портале госуслуг, мединфо-яр, в социальных сетях и создала свой ящик электронной почты. Теперь у нее появился еще и ноутбук — женщина активно общается по скайпу с родственниками. А еще ей нравится отыскивать в Интернете интересные кулинарные рецепты, советы



по поддержанию здоровья, совершать виртуальные путешествия по разным странам, читать электронные книги, особенно романы.

В штате центра есть также культурный организатор. Алиса Золотцева проводит различные конкурсы, устраивает экскурсии в библиотеки и музеи. Нередко в самом центре выступают самодельные артисты и коллективы.

Действует в КЦСОН и отделение специализированного социального обслуживания на дому. В штате 6 медсестер и 12 соцработников. И, что немаловажно, дефицита кадров не наблюдается.

— Когда зарплату соцработникам подняли, сейчас она в среднем составляет 26 тысяч рублей в месяц, к нам стали устраиваться на работу те, кому от 30 до 50 лет, мобильные, со своими автомобилями. К тому же с 2015 года ввели стандарты предоставления соцслужб, где прописаны все нормы. Так, максимальный вес всех покупок может составлять не более 7 кг, а магазин и аптека должны находиться в шаговой доступности — не более 500 метров от дома клиента, — рассказала директор КЦСОН Ленинского района Ирина Дашкова.

В настоящее время на базе КЦСОН Ленинского района началась реализация проекта «Школа серебряного добровольчества», автором которого и является Ирина Борисовна. В его рамках разработан мини-проект «Пожилые — пожилым».

— Суть в том, что среди людей «серебряного возраста» 55+ есть те, кто готов помогать другим. А у социальных работников зачастую нет ни сил, ни времени на душевные беседы. И «серебряные волонтеры» будут с удовольствием выполнять эти функции. Мы проводили опрос, желающие есть. Думаем, после обучения волонтеров начнем реализацию проекта, — пояснила Ирина Дашкова.

Анастасия СОЛОВЬЕВА

Фото Ирины ШТОЛЬБА