



Мероприятия

Профилактика деменции становится доступной на дому.

[15.06.2026 admin Редактировать](#)

В АНО «ЦСОН «Сызранский», директор Наталья Киреева, продолжают индивидуальные занятия по профилактике деменции для пожилых граждан, находящихся на обслуживании на дому. Мероприятия проводятся в рамках проекта «Долголетие с заботой о себе и близких», который направлен на сохранение когнитивного здоровья и активного долголетия людей старшего возраста.



Каждый получатель социальных услуг на дому самостоятельно занимается по специально разработанной программе профилактики деменции, предложенной пожилым гражданам в рамках проекта. Основой для занятий служат:

- «Чемоданчик здоровья» — комплект методических материалов и инструментов для тренировки памяти, внимания и мышления;
- Рабочая тетрадь «Как сохранить твёрдый ум и ясную память» — пособие с упражнениями, адаптированными для пожилых людей с учётом их возрастных особенностей.

Индивидуальные занятия с «Чемоданчиком здоровья» и по тетради проходят под наблюдением социальных работников, которые выступают в роли волонтёров-наставников. Они помогают пожилым людям правильно выполнять задания, объясняют сложные моменты, подбадривают и поддерживают,

что особенно важно для людей старшего возраста, которые могут испытывать неуверенность в своих силах.

Социальные работники не просто контролируют процесс, а становятся партнёрами в тренировке когнитивных функций: вместе решают головоломки, выполняют упражнения на запоминание, обсуждают прочитанное. Такой подход способствует не только развитию памяти и мышления, но и сохранению социальных контактов, что является важным фактором профилактики деменции.

Уже сегодня можно говорить о положительных результатах внедрения программы. Пожилые граждане, регулярно занимающиеся по методике проекта, отмечают:

- улучшение концентрации внимания;
- снижение забывчивости;
- появление интереса к новым знаниям и активной деятельности;
- улучшение эмоционального фона, снижение тревожности.

Социальные работники, в свою очередь, фиксируют, что подопечные стали более активными, охотнее идут на контакт, легче адаптируются к изменениям в привычном укладе жизни.

Проект «Долголетие с заботой о себе и близких» продолжается. Его реализация позволяет пожилым людям, находящимся на надомном обслуживании, сохранять ясность ума и твёрдую память, а значит — оставаться активными и полноценными участниками жизни своего района и города.

Марина Гусенкова,

начальник ООМР