



**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ  
СЕВЕРНОГО ОКРУГА»**



**V ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРСНЫЙ ОТБОР «ЖЕНЩИНЫ ЗА ЗДОРОВОЕ ОБЩЕСТВО»**

**Программа  
сохранения профессионального  
долголетия социальных работников  
из малых сел**



**САМАРСКАЯ ОБЛАСТЬ**

# ПРОБЛЕМА

**60%**

СОЦИАЛЬНЫХ  
РАБОТНИКОВ В ВОЗРАСТЕ  
50 лет и старше

В среднем **12**  
ПОЖИЛЫХ  
обслуживает  
1 соцработник

**В 2-х и 3-х**

населенных пунктах  
участок обслуживания  
у более 100  
соцработников

**70**

СОЦИАЛЬНЫХ  
РАБОТНИКОВ  
ежегодно  
увольняется

# ПИЛОТНЫЙ ПРОЕКТ ПРОГРАММА «УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ РАБОТАЮЩИХ»



Профилактическое скрининг-обследование  
сотрудников



Первенство по снижению веса  
«ЖивиЛегче»



Лыжная эстафета «Лыжня России»



Сеанс релаксации для сотрудников



# РЕАЛИЗАЦИЯ

## Модуль «Мы за знания!»

### Обучение социальных работников оздоровительным технологиям



Выездной обучающий семинар  
медицинского колледжа



Мастер - класс  
по оздоровительной и северной ходьбе



Практическое занятие  
по оказанию первой помощи



Обсуждение основных принципов  
здорового образа жизни

# РЕАЛИЗАЦИЯ

## Модуль «Мы за ЗОЖ!»

Организация и проведение с социальными работниками оздоровительных мероприятий



Лесные прогулки  
с палками для северной ходьбы



Мастер-класс  
по северной ходьбе



Спортивное мероприятие



Пешая прогулка по большой Самарской тропе

# РЕАЛИЗАЦИЯ

## Модуль «Мы в ресурсе!»

### Организация и проведение мероприятий по профилактике профессионального выгорания



Психологический мастер - класс «Зарядись позитивом»



Тренинг по профилактике эмоционального выгорания



Семинар «Кинезиология. От стресса к гармонии»



Мастер класс по арт-терапии

# РЕАЛИЗАЦИЯ

## Модуль «Мы Вместе!»

Развитие корпоративного добровольчества для повышения социальной активности социальных работников



Участие корпоративных добровольцев  
в изготовлении окопных свечей



Проориентационные выезды

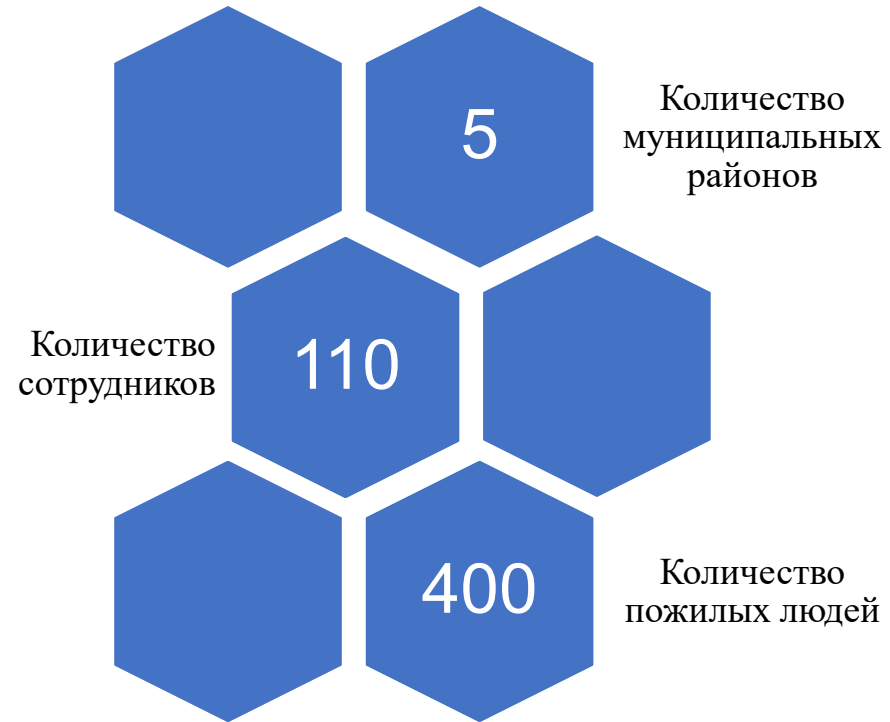


Корпоративное мероприятие для добровольцев  
«Пикник для здоровья!»



Участие добровольцев  
в благотворительной акции

# КЕЙС: СОЦИАЛЬНЫЙ РАБОТНИК - ИНСТРУКТОР ПО СЕВЕРНОЙ ХОДЬБЕ - ЧЛЕН КОМАНДЫ СОЦИАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ



# ДОСТИЖЕНИЯ ПРОГРАММЫ

## Победители Всероссийского отбора лучших практик активного долголетия в номинации «Образование и занятость»



## Награждение в Правительстве Российской Федерации

ОБРАЗОВАНИЕ И ЗАНЯТОСТЬ

### Программа сохранения профессионального долголетия социальных работников в возрасте 50+ из малых сел

**ПРАКТИКА-ПОБЕДИТЕЛЬ**

Как создать систему поддержки для соцработников старшего возраста в отдаленных селах?

#Волонтерство #МентальноеЗдоровье

ЦЕЛЬ ПРАКТИКИ  
Создать устойчивую систему поддержки и мотивации для социальных работников старше 50 лет, направленную на продолжение их трудовой деятельности в малых селах.

**ЗАДАЧИ**

- Сохранить и укрепить физическое и ментальное здоровье социальных работников.
- Поддерживать эмоциональное благополучие и социальную активность социальных работников.
- Повысить профессиональные компетенции социальных работников.

Галина Рейко, директор АНО «ЦСОН Северного округа»

В селах забота о старших ложится преимущественно на плечи социальных работников. Со временем их ресурсы истощаются, что повышает риск эмоционального выгорания. Наш проект направлен на поддержку соцработников. Благодаря мероприятиям практики они укрепляют здоровье, распространяют идеи ЗОЖ в своих семьях и мотивируют на активную жизнь подопечных.

**МЕХАНИКА**

Социальные работники АНО «ЦСОН Северного округа» — это сельские женщины, которые работают в условиях слаборазвитой инфраструктуры малых сел и отсутствия транспортного сообщения. Их ежедневный труд заключается в поддержке старшего поколения и людей с ОВЗ, которым приходится сталкиваться с тяжелыми жизненными ситуациями и эмоциональными переживаниями. В селе трудно сохранить анонимность — социальные работники находятся у всех на виду и не могут оградить от подопечных свою личную и профессиональную жизнь.

Программа практики включает 4 модуля:

- «Мы за знания» — обучение соцработников **оздоровительным технологиям работы со старшим поколением**. Специалисты повышают квалификацию по программам: «Социальная работа. Сахарный диабет», «Социальная работа. Деменция. Основы геронтологии и гериатрии». Благодаря полученным знаниям соцработники сохраняют и укрепляют собственное здоровье, проводят на дому с подопечными оздоровительные занятия по адаптивной физкультуре, дыхательной гимнастике, образовательной кинезиологии.

На малых территориях жизнь старшего поколения нередко зависит от помощи соцработников. Проект комплексно поддерживает этих специалистов, чтобы они как можно дольше сохраняли профессиональное долголетие, получали удовольствие от работы и заботились о своих подопечных.

**ОРГАНИЗАТОР**  
Автономная некоммерческая организация «Центр социального обслуживания населения Северного округа»

**ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА**  
Социальные работники старше 50 лет

### Программа сохранения профессионального долголетия социальных работников в возрасте 50+ из малых сел

ЛУЧШИЕ ПРАКТИКИ АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ 2024

### ДИПЛОМ ПОБЕДИТЕЛЯ

В Всероссийском отборе лучших практик активного долголетия в номинации «Образование и занятость»

АНО «Центр социального обслуживания населения Северного округа»

Практика «Программа сохранения профессионального долголетия социальных работников в возрасте 50+ из малых сел»

С. Власов  
Исполнительный директор АНО «Центр социального обслуживания населения Северного округа»

ЛУЧШИЕ ПРАКТИКИ АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ 2024 / НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ПРИОРИТЕТЫ

### СЕРТИФИКАТ ПОБЕДИТЕЛЯ

ПОТОГО ВСЕРОССИЙСКОГО ОТБОРА ЛУЧШИХ ПРАКТИК АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

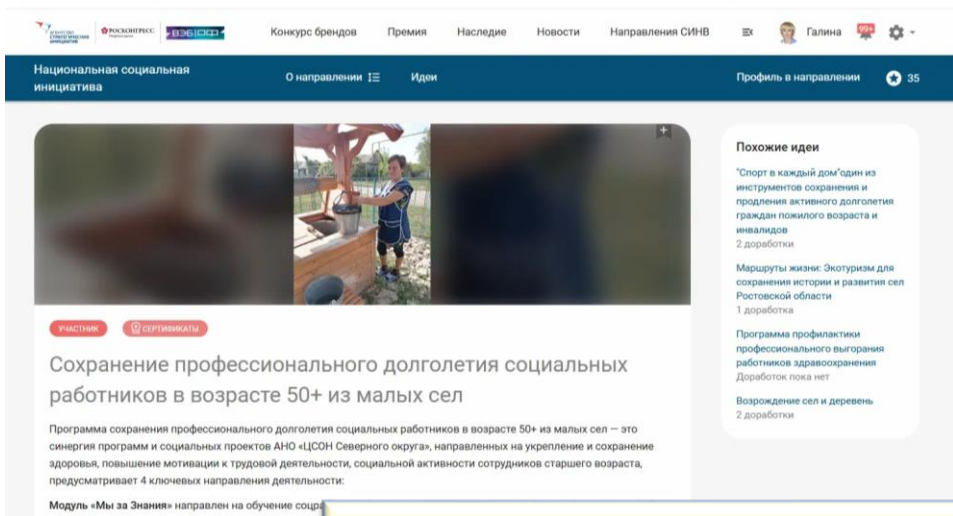
Практика «Программа сохранения профессионального долголетия социальных работников в возрасте 50+ из малых сел»

## 500 000 РУБЛЕЙ

Генеральный директор АНО «Центр социального обслуживания населения Северного округа»  
С. Власов

# ДОСТИЖЕНИЯ ПРОГРАММЫ

**Форум «Сильные идеи для нового времени»  
организаторы:  
Агентство стратегических инициатив  
(АСИ) и Фонд Росконгресс**



**Программа  
сохранения профессионального  
долголетия социальных работников  
в возрасте 50+ из малых сел**



**Награждение в Москве**

# ДОСТИЖЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Победа в Конкурсе на соискание грантов  
Федерации профсоюзов Самарской  
области



Молодежный проект  
«Команда мечты»



Награждение в Федерации  
Профсоюзов Самарской области



# РЕЗУЛЬТАТЫ

---

100%

сотрудников -  
участники  
программы

95%

повысили  
информированность  
о ЗОЖ и показателях  
здоровья

35%

самостоятельно  
занимаются  
оздоровительными  
практиками

67%

улучшили  
эмоциональное  
благополучие

# КОМАНДА ПРОЕКТА

Руководители структурных подразделений

Психологи

Региональные эксперты



# ПАРТНЕРСКАЯ ПОДДЕРЖКА

Региональные и районные учреждения здравоохранения и социальной сферы

Самарский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики

СМИ

# СТРАТЕГИЯ РАЗВИТИЯ

➤ Создание новой формы просветительской работы по направлению здорового образа жизни с сотрудниками и получателями социальных услуг «Ярмарки здоровья»

➤ Создание «паспортов профессионального долголетия» для каждого сотрудника с динамическим наблюдением

➤ Масштабирование и тиражирование для распространения успешного опыта на другие регионы для организаций с сотрудниками «помогающих профессий»



**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ СЕВЕРНОГО ОКРУГА»**

**Программа  
сохранения профессионального долголетия социальных работников  
из малых сел**



*«Каждый день — шаг к здоровью»*



Официальный сайт организации

Страница в ВК