Калейдоскоп интересных дел

Выпуск № 3 (28) Издаётся с 2011 года Дата выпуска: сентябрь 2018 года

Ежеквартальная корпоративная газета
бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа - Югры
«Сургутский районный комплексный центр
социального обслуживания населения»

В этом выпуске:

«Хорошее настроение – это настроение молодости!» 2

«Сенсорная комната для получателей социальных услуг» 3

«Человек жив, пока жива память о нем…» 4

«Единый день исторических знаний «Югре-900!» 5

«Милосердие» 6

«Мое призвание – социальная работа» 7

Уважаемые граждане старшего поколения, ветераны войны и труда!

Мы выражаем искреннюю любовь и безграничное уважение нашим родителям, ветеранам войны и труда, наставникам и старшим товарищам, благодарим их за терпение, сердечность, умение дать мудрый совет и поддержать в трудную минуту. Забота о пожилых людях – долг каждого из нас! В наших силах сделать так, чтобы вы не чувствовали себя одинокими, всегда были окружены вниманием и теплом. От всей души желаю вам крепкого здоровья на долгие годы, душевного равновесия, неугасающего интереса к жизни, тепла, любви и уважения

С уважением,
Бибалаева Умайра Насруллаевна,
директор

«Хорошее настроение – это настроение молодости!»

Забота о пожилых - первый долг каждого из нас, забыть о котором нельзя. Ведь это люди, чьим трудом строилось и развивалось наше государство, чьим мужеством завоевывалась его независимость.

Чтобы дать возможность гражданам старшего поколения получать знания, умения и навыки в области психологии, здоровья, культуры и искусствоведения, правовых знаний и финансовой грамотности, в социально-реабилитационном отделении г.п. Белый Яр реализуется программа обучения граждан старшего поколения «Университет третьего возраста».

Программа включает в себя занятия по различным направлениям – факультетам. Всего в программе 11 факультетов. Занятия помогают вести активный образ жизни, укреплять свое здоровье и продолжить долголетие. Это и возможность общаться с новыми людьми, обмениваться мнениями, обсуждать актуальные вопросы, познать новое, делиться своими знаниями, расширять круг общения.

На факультете «Здоровье и физическая активность» граждане узнают об особенностях здоровья своего возраста, о профилактических мероприятиях по предупреждению социально-значимых заболеваний, как поддержать свою физическую форму, остаться как можно дольше активным и здоровым. В филиале г.п. Белый Яр факультет является самым популярным. В текущем году его регулярно посещали 14 граждан.

Каждое занятие включает в себя комплекс профилактических мероприятий и упражнений – на укрепление мышечной системы, развитие мелкой моторики рук, гибкость, а также силовые и дыхательные.

Все упражнения подобраны с учетом уровня физической подготовки каждого пенсионера. Имеющиеся заболевания и возрастные особенности также не остаются без внимания.

На занятия приглашается врач-терапевт поликлиники г.п. Белый Яр Кузьменко Ольга Анатольевна, которая с примерами из жизни и личного профессионального опыта делится секретами здорового образа жизни.

В ходе занятий граждане пенсионного возраста и инвалиды получают полезную информацию о профилактике разных заболеваний, о закаливании, о личной гигиене, о правильном рациональном питании при помощи лекций, бесед и видеороликов.

Будьте здоровы и активны!

Верхоглядова Л.И.
специалист по реабилитации инвалидов
социально-реабилитационного отделения
для граждан пожилого возраста и инвалидов
филиала в г.п. Белый Яр

«Сенсорная комната для получателей социальных услуг»

«Люди, умеющие расслабляться,
обладают не только большей гибкостью
мышления, но и лучше приспособлены
к борьбе со стрессами».
Р. Коуплан

Телесную усталость мы замечаем сразу, а вот на психическую и умственную не обращаем внимания, так как мы привыкли жить в постоянном нервном напряжении.

Если бывает сложно сконцентрировать свое внимание на выполняемом действии, если замучила сонливость, раздражительность - значит, мозг и психика требуют отдыха. Необходимо прислушиваться к своему организму, и своевременно помочь ему.

А как это сделать?

Есть такой механизм, который называется релаксацией.

Релаксация - это умиротворённое, спокойное состояние организма, связанное с частичным или полным расслаблением мышц.

Возможности механизма релаксации безграничны:

- снятие мышечных спазмов, сопровождаемых болью, скованностью движений;
- восстановление энергетического баланса в организме;
- восстановление психоэмоционального равновесия;
- общее оздоровление и многое другое.

Получателям социальных услуг: гражданам пожилого возраста и инвалидам филиала в г.п. Белый Яр, давно знаком данный механизм релаксации, который проходит под непосредственным наблюдением психолога в сенсорной комнате.

Сенсорная комната – это специально оборудованное помещение, наполненное различными стимуляторами (света и цвета, звуков (музыки), запахов, а также тактильных ощущений), предназначенные для релаксации и снятия напряжения.

Совокупность всех вышеперечисленных действий релаксации избавляет организм от хронического напряжения, запускает скрытые резервы для самовосстановления.

Это действенное средство борьбы со стрессами, психосоматическими заболеваниями и просто обладающее общим оздоровительным эффектом.

Всем, кому интересен данный метод оздоровления, мы приглашаем посетить филиал по адресу: г.п. Белый Яр, ул. Лесная, д.20/1.

Иванова Н.К.
психолог социально-реабилитационного отделения
для граждан пожилого возраста и инвалидов
филиала в г.п. Белый Яр

«Человек жив, пока жива память о нем…»

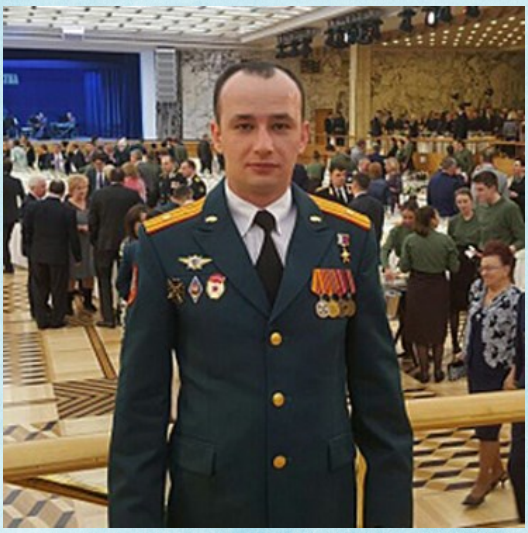
Герой — это человек,
который в решительный момент делает то,
что нужно делать в интересах человеческого
общества.
Юлиус Фучик

14 сентября в г.п. Федоровский традиционно была проведена акция древонасаждения. На территории филиала была высажена аллея, посвященная памяти Героя Российской Федерации Тулпара Оздемировича Мусалаева.

Профессиональный военный Тулпар Мусалаев был участником боевых действий в Чеченской и Осетинской войнах. После участия в секретной операции Тулпару Оздемировичу было присвоено звание «Герой России».

Тулпар погиб 19 мая 2016 года, а 25 мая 2016 года пришло письмо семье о присвоении ему звания подполковника. С сентября он должен был принять командование полком в Новочеркасске…

Красивый статный парень – Тулпар Мусалаев был гордостью родителей, Дагестана, любящим сыном и семьянином (у него остались вдова и четверо малолетних детей).



С болью в сердце приняли участие в мероприятии, посвященном их сыну, родители Героя России: Оздемир Абакарович и Рукият Джалавутдиновна. Вместе с родителями высаживали саженцы сирени, яблонь и рябины председатель первичной ветеранской организацией г.п. Федоровский Рычкова Вера Александровна, член Попечительского Совета Гаибов Хасан Тухтабаевич, волонтеры «серебряного» возраста, сотрудники учреждения.

За время службы в Российской Армии Тулпар Оздемирович Мусалаев был награжден медалями «Участник боевых действий на Северном Кавказе», «За воинскую доблесть», «За отличие в воинской службе», нагрудным знаком «За отличную стрельбу», крестом «За службу на Кавказе» и знаком особого отличия медалью «Золотая Звезда» Героя Российской Федерации под № 1033 от «25» декабря 2014 года.

Комарова Ж.С.
заведующий социально-реабилитационным отделением
для граждан пожилого возраста и инвалидов
филиала в г.п. Федоровский

«Единый день исторических знаний «Югре-900!»

«Югра же – это люди с языком непонятным, и соседствуют они с самоядью в северных странах», так было отмечено в рассказе о походе новгородцев в «земли неведомые» в далеком 1118 году. Эти «земли неведомые» и есть наши Югорские земли, которым в этом году исполняется 900 лет с момента первого упоминания в русских исторических летописях. По сути - это точка отсчета официальной истории нашего края. Именно 900-летию посвящен большой просветительский проект «Югра многовековая», который успешно реализуется при поддержке губернатора Натальи Комаровой. Этот проект объединил многие события. И одно из них стало Единым днем исторических знаний «Югре-900!».

В рамках соглашения между учреждениями наши получатели социальных услуг филиала в г. Лянтор, а именно граждане пожилого возраста в этот день были приглашены в Городскую библиотеку №2, где и прошел информационный час, посвященный многовековой истории Югры. Сотрудники библиотеки рассказали о древней истории родного края, а также продемонстрировали видеофильм о нашей малой Родине. Наши получатели социальных услуг также делились своими воспоминаниями о страницах биографии, которые зарождались в поселке Пим (г. Лянтор) в далекие 70-80 годы прошлого века.

Особенно запомнилось выступление Галины Тимофеевны Зайцевой, которая приехала в поселок сразу после окончания педагогического училища и стала одним из первых педагогов поселка. Много интересных событий, связанных с приездом в поселок, поведала и Эльвина Николаевна Дебелая.

Из ее рассказа для нас, современных жителей Лянтора, удивительным фактом стало то, что у всех пимчан в те годы был один адрес прописки - поселок Пим, без названия улиц и номера домов.

А самобытные поэты Югры - Валентина Робертовна Ефросинина и Наталия Николаевна Нечаева порадовали всех замечательными стихами, посвященными нашему родному Лянтору и нашей любимой Югре.

По окончании мероприятия все присутствующие поздравили Югру с 900-летием стихами Валентины Павловны Жилинской, записав на мобильный телефон коллективную видеооткрытку:

«Я люблю тебя, малая Родина,
Мой сибирский, Югорский край.
Здесь мой дом, здесь вся жизнь пройдена,
Процветай же мой край - Югра!
Становясь с каждым годом все старше,
Хорошеешь у всех на глазах.
Нефтью, газом, грибами с морошкой,
Всем богата твоя земля.
И живут на земле этой люди,
Всей душою тебя полюбив.
Край - Югра - наша малая родина,
Мы, тобою Югра, дорожим!»

Дорош М.
культорганизатор социально-реабилитационного отделения для граждан пожилого возраста и инвалидов филиала в г.Лянтор

«Милосердие»

Старость - самое неожиданное, что поджидает нас в жизни.
Лев Троцкий

Когда молод, не особо задумываешься о старости, но рассчитываешь, что обязательно встретишь ее в кругу заботливых детей и внуков. Однако, в жизни так получается не всегда: даже если дети есть – они могут предать и бросить. Пожилым людям остро необходима искренняя забота дорогих и близких им людей. Но, к величайшему сожалению, не всегда так бывает – довольно часто старики и инвалиды оказываются в глубоком одиночестве.

В настоящее время наблюдается повсеместная тенденция: все моложе становятся лица, посвящающие себя уходу за пожилыми людьми и работе с ними. С этих позиций, уход за пожилыми людьми – это, прежде всего встреча разных поколений, уважение к возрасту со стороны молодых сотрудников, терпимость их к принципам и сложившимся убеждениям старого человека, его жизненным установкам и ценностям.

Уход за пожилыми людьми - это внимательное и заботливое наблюдение за другими, умение войти в мир их переживаний с одновременным восприятием и перепроверкой собственных ощущений. Это - прежде всего умение воспринимать людей такими, какие они есть.

Уход за пожилыми людьми - это тактичные, запланированные действия, доверие и помощь в процессах адаптирования человека к изменившимся жизненным условиям.

Только восприняв эти положения и положив их в основу профессионализма, можно выдержать все психологические и физические нагрузки, связанные с уходом за пожилыми людьми.

Важно понять еще один момент, характерный для старого человека: в нем мы видим его сегодняшний облик и практически не можем представить себе его ребенком, мужчиной или женщиной в расцвете лет, красивых, сильных и самоуверенных, или, наоборот, мягких, великодушных, устремленных в будущее. А между тем важно, видя перед собой старого и больного, а зачастую и дементного (слабоумного) человека, представить или воссоздать перед собой его облик, вспомнить, что он несет в себе детство и свою юность, молодость и зрелость.

Нередко некоторые аспекты поведения пожилых людей, которые вызывают неприятие и удивление у молодых людей, кажутся им необычными или аморальными, на самом деле находятся в рамках культурной нормы прошлого поколения и не свидетельствуют об ухудшении умственных способностей человека. При столкновении с отрицательными сторонами старости есть опасность возникновения геронтофобии у молодых социальных работников, более того, они могут проникнуться выраженной фобией к своему собственному будущему старению.

Самым главным в социальной работе должно стать умение устанавливать контакты с самыми некоммуникабельными людьми. Социальные работники должны овладеть искусством общения с пожилым человеком, так как в противном случае возникают различные межличностные недоразумения, непонимание и даже открытая обоюдная враждебность.

По мнению самих пожилых людей, их требования к социальным работникам: прежде всего доброта и честность, бескорыстие и сострадание. Умение слушать - одно из главных качеств социального работника, а добросовестность, ответственность и требовательность к себе должны определять профессиональный статус социального сотрудника.

Овладение навыками общения с пожилыми людьми - непростая задача; помимо умения выслушать с пониманием его нужд, необходимо в это же время собрать и объективную информацию о нем, проанализировать и оценить ситуацию, в которой он находится, определить, где и в чем заключаются его объективные трудности, а что является результатом субъективных переживаний. Важно не дать пожилому человеку быть ведущим в беседе и в дальнейших контактах, очень доброжелательно и уважительно переключать беседу, направляя ее в нужное для социального работника русло.

Немаловажным является и умение достойно закончить беседу, не обидев пожилого человека и убедив его всем своим поведением, что все его проблемы будут учтены и по возможности удовлетворены.

Никогда не нужно категорически отказывать в просьбах или категорически утверждать, что все просьбы будут выполнены. Самым высоким показателем профессионализма социального работника является доверие человека, принятие советов, все усилия должны быть направлены на активизацию получателя социальных услуг, к побуждению его самостоятельно разрешить личные проблемы. Уважаемые коллеги давайте относиться к другому человеку, как к себе самому, точно также его уважайте - и тогда оказание услуги в учреждении и общение будут эффективными.

Г.Т. Нургалиева
старшая медицинская сестра
отделения – интерната малой вместимости
для граждан пожилого возраста
и инвалидов (30 койко-мест)

«Мое призвание – социальная работа»

Я работаю социальным работником уже много лет. За это время я поняла, что профессия социальный работник – это нелегкая ноша. И не каждый сможет посвятить себя этой работе.

В работе с получателями необходима собранность и внимание, умение понять человека. Я с удовольствием помогаю пожилым людям и словом и делом. Эта работа сделала меня человечнее и добрее, терпимее и выносливее, мой долг протянуть руку помощи. Я очень люблю свою работу, поэтому всегда по любой просьбе стараюсь прийти к своим получателям социальных услуг, которые нуждаются в моей помощи, заботе и внимании. За долгие годы работы они стали мне близкими и родными людьми. Я стремлюсь делать все необходимое для того, чтобы люди были счастливы, довольны своей жизнью.

Получатели рассчитывают на мою заботу и понимание, добросовестность, честность. А я в свою очередь учусь у них многому, а именно благородству, выносливости, умению решать жизненные трудные ситуации. Они дают полезные советы и многому учат, недаром говорят: век живи, век учись.

В общении с получателями создаётся атмосфера доверия. Особых секретов в моей работе нет, всегда улыбаться глазами, душой и сердцем. Главное искренне сопереживать и заботиться о своих получателях.

Есть много полезных профессий на свете, но трудно добрее найти, чем помощь оказывать старым и детям, заботу, тепло им нести!

А.В. Даньшина
Социальный работник отделения социального
обслуживания на дому граждан пожилого
возраста и инвалидов д. Лямина

Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Сургутский районный комплексный центр социального обслуживания населения»

Каждому гражданину - качественное социальное обслуживание

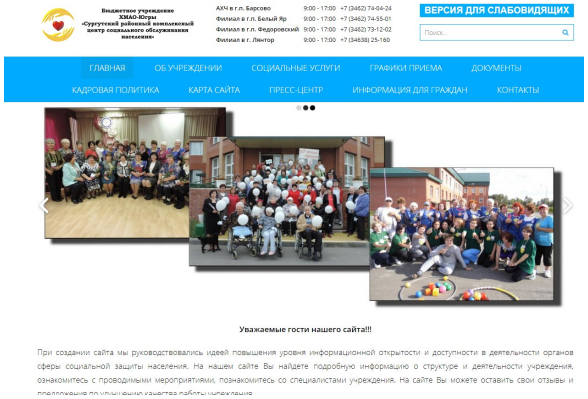
Именинникам 3 квартала

Уважаемые коллеги!
Администрация и сотрудники поздравляют Вас
с Днём Рождения!

День рождения — лучший праздник!
Поздравляем от души.
Желаем радости и счастья,
Добра, здоровья и любви.
Желаем море впечатлений,
Насыщенных и ярких дней.
Пусть сердце бьется от веселья,
Сегодня, завтра, каждый день!
Искрится на лице улыбка,
И светятся пускай глаза.

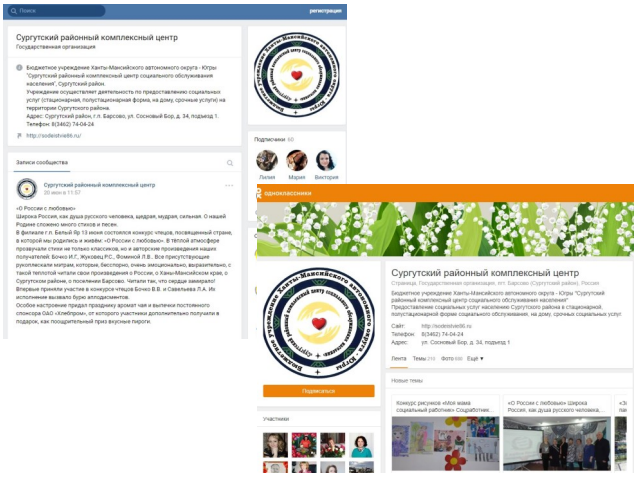
Добро пожаловать на сайт учреждения!

С 2012 года работает сайт учреждения
содействие86.рф
На сайте размещены все необходимые сведения о деятельности учреждения. В разделах сайта Вы найдёте сведения о руководстве учреждения, о структуре, филиалах и отделениях, о количестве свободных мест, планы и отчеты учреждения, как с нами связаться, задать вопросы и оставить отзывы о деятельности, пройти анонимное анкетирование.
Там же Вы найдете нормативно-правовые документы учреждения, буклеты по направлениям деятельности, все выпуски корпоративной газеты.
Для Вас размещены памятки и сведения о действиях в чрезвычайных ситуациях, телефоны службы «Помощь» и многое другое.



С 2017 года в сети интернет созданы официальные группы Вконтакте и Одноклассники, посвященные учреждению.
Подписывайтесь на наши группы и всегда узнавайте о самых актуальных новостях!
ВКонтакте: vk.com/kcsonsodeystvie

Одноклассники: ok.ru/groupsodeystvie86



1 января 2018 года в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре стартовал пилотный проект социальных инноваций в сфере социального обслуживания граждан .
Проект направлен на повышение качества и доступности наиболее востребованных социальных услуг таких как:
- уход за тяжелобольными гражданами,
- кратковременный присмотр за детьми,
- социальное такси.

Услуги Вы можете получить с использованием единой региональной информационной системы «Портал социальных услуг» (http://social86.ru/).

Адрес редакции: ул. Лермонтова, дом 3/1, г. Сургут, Ханты-Мансийский автономный округ Югра, Тюменская область, 628418
телефон: (3462) 32-92-50
E-mail: SurRKCSON@admhmao.ru

Главный редактор: У.Н. Бибалаева
Ответственные за выпуск: А.В. Ананьева, А.С. Мандрыгина
Подписано в тираж: сентябрь 2018 г. Тираж ограничен. Электронная версия на сайте учреждения содействие86.рф
Мнение авторов публикаций не обязательно отражает точку зрения редакции. Рукописи не рецензируются и не возвращаются.
Перепечатка материалов - только с разрешения редакции.
Газета распространяется бесплатно.