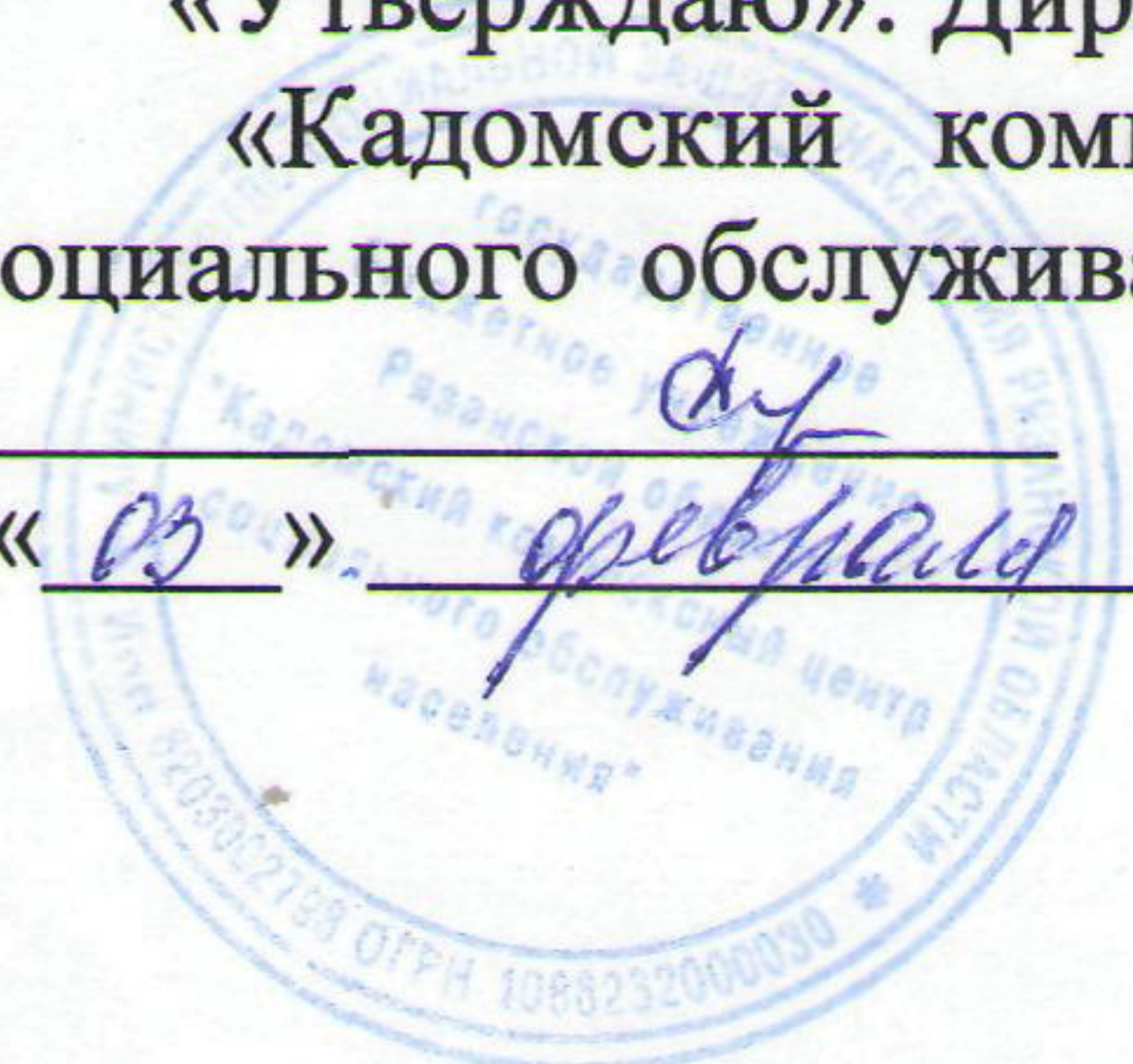


«Утверждаю»: Директор ГБУ РО
«Кадамский комплексный центр
социального обслуживания населения»
Н.Н. Дергунова
« 05 » февраля 2014 г.



Положение о «Школе активного здоровья и долголетия»

1. Общие положения.

1.1. «Школа активного здоровья и долголетия» (в дальнейшем «Школа») организуется для проведения обучения граждан пожилого возраста, проживающих на территории Кадамского района, принципам, методам и формам продления активной жизни до глубокой старости.

1.2. «Школа» создана на базе государственного бюджетного учреждения Рязанской области «Кадамский комплексный центр социального обслуживания населения» приказом директора учреждения.

1.3. Контроль за деятельностью «Школы» осуществляется директором учреждения.

1.4. Приказом директора назначается лицо, ответственное за организацию работы «Школы».

1.5 «Школа» осуществляет свою деятельность на основании настоящего Положения, тематических планов занятия, утвержденных руководителем учреждения.

2. Основные цели и задачи «Школы».

2.1. Целью создания «Школы» является повышение информированности населения об особенностях жизни в пожилом возрасте и факторах, влияющих на продолжительность жизни;

2.2. Укрепление и сохранение физического здоровья, поддержание активного образа жизни граждан пожилого возраста.

2.3. Задачи Школы:

- ознакомление с принципами и особенностями питания, режимом двигательной активности в пожилом возрасте.

- обучение практическим методам оздоровления организма и профилактики заболеваний;

3. Организация деятельности «Школы».

3.1. Слушателями «Школы» являются граждане пожилого возраста и инвалиды (женщины старше 55 лет, мужчины старше 60 лет, инвалиды старше 18 лет).

3.2. Занятия с приглашенными проводятся в соответствии с тематическими планами, утвержденными директором ГБУ РО «ККЦСОН».

3.3. К проведению занятий привлекаются специалисты отделения совместно с учреждением здравоохранения (врачи, средний медицинский персонал), специалисты спортивных организаций.

3.4. Занятия проводятся в форме бесед (лекций) с активным участием обучаемых.

3.5. Материал по обучению излагается доступным языком, сопровождается демонстрацией плакатов, раздачей памяток и т.п.

3.6. Занятия с гражданами пожилого возраста проводятся на базе учреждения.

3.7. Лицо, ответственное за работу «Школы», ведет учетно-отчетную документацию.

4. Основные тематики занятий

«Школы активного здоровья и долголетия»

1. Основные принципы питания в пожилом возрасте.
2. Психическое здоровье пожилого человека.
3. Двигательная активность для людей пожилого возраста.
4. Избыточная масса тела. Профилактика ожирения.
5. Понятие здоровья и здорового образа жизни. Закаливание в пожилом возрасте.
6. Травматизм в пожилом возрасте, профилактика травматизма.