

ЖИТЬ АКТИВНО И С ПОЛЬЗОЙ

ЕЛЕНА ШАУРА,

культурорганизатор краевого государственного бюджетного учреждения социального обслуживания «Комплексный центр социального обслуживания населения «Назаровский»

Комплексный центр социального обслуживания населения «Назаровский» активно внедряет в работу с получателями услуг всех возрастов современные методики и технологии. И не удивительно, что несколько лет назад именно здесь сформировалось движение «серебряных» волонтеров, объединившее ранее разрозненных активных пенсионеров города.

Первые «серебряные» волонтеры появились в Назарово шесть лет назад. В большинстве своем это были слушатели филиала краевого народного университета «Активное долголетие», а началом их добровольческой деятельности принято считать покраску мостов в Березовой роще к 70-летию Великой Победы. Они же потом взяли шефство над этой территорией, регулярно организуя субботники. В том же, 2015 году пожилые активисты подготовили и провели праздничное мероприятие «Новогодний переполох в Березовой роще», которое стало ежегодным.

Такая добровольческая деятельность является важной составляющей социализации людей старшего поколения, способствует повышению их самооценки, укреплению физического и психического здоровья, устойчивости к стрессам и прочим вызовам времени. И с каждым годом популярность идеи волонтерства среди пенсионеров города растет. Если сначала ряды «серебряных» волонтеров насчитывали чуть более полусотни человек, действовавших спонтанно, без системы, то в 2018 году, объявленном Президентом России Годом волонтера, ситуация кардинально поменялась. Добровольцы, посеребрённые сединами, объединились на базе Комплексного центра социального обслуживания населения «Назаровский» (далее – Центр). Здесь при поддержке специалистов сформировалось городское движе-

ние «Серебряные» волонтеры», были разработаны основные документы (положение, соглашение о добровольном сотрудничестве, другие). За это время численность участников выросла почти втрое и сегодня составляет 156 человек. Все они с энтузиазмом включились в общественную деятельность, забыв про житейские проблемы и даже болезни.

Работа ведется по нескольким направлениям. Самое популярное и многочисленное – эковолонтерство. Пожилые люди участвуют в общегородских мероприятиях, иницируют собственные. Например, в 2019 году они плечом к плечу с молодежью Назарово очищали берег реки Чулым и по количеству собранного мусора заняли 3-е место.

Также на протяжении 2019 и 2020 годов волонтеры – получатели услуг, посещающие местный филиал краевого народного университета «Активное долголетие», участвовали в акции «Крышка в дело». Средства, вырученные от сбора 13 килограммов крышек от ПЭТ-бутылок, пенсионеры перечислили в благотворительный фонд помощи детям города Назарово «Поделись добром». Таким образом, «серебряные» волонтеры и окружающую среду очистили от вредного пластика, и смогли финансово помочь больным детям.

Летом 2019 года наши добровольцы с удовольствием включились в экологический десант «Цветущий оазис» в рамках проекта «Мы – дети Земли»



и вместе с детьми благоустраивали площадку для игр на территории детского летнего модуля «Поверь в себя», высаживали деревья. Впрочем, это лишь малая часть добрых дел пожилых эковолонтеров. Благодаря их стараниям несколько десятков дубков, выращенных из желудей, прописались в Березовой роще, на улицах Назарово и района. Украсили город также кусты сирени, а возле одной из школ появилась целая аллея из кедров, лип, рябин, березок.

Другим очень значимым направлением движения стало социальное волонтерство. Пожилые добровольцы участвовали в ряде проектов, реализуемых Центром и другими учреждениями. Так, в рамках проекта «Горжусь Россией!» наши «серебряные» волонтеры помогали воспитанникам назаровского детского дома в организации мероприятий летней занятости, играли с ними, сопровождали во время поездок в музей, кино, на экскурсии.

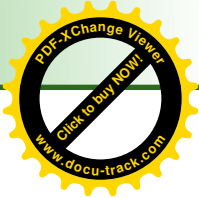
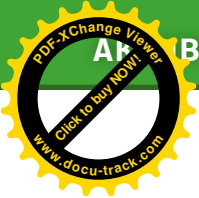
Проект «Мобильная швейная мастерская #Ниточка-иглочка» некоммерческого партнерства «Агентство поддержки медицинских учреждений» дал возможность пенсионерам освоить навыки кройки и шитья, а опытным рукодельницам – смастерить мягкие игрушки и бескаркасную мебель для многодетных и малообеспеченных семей, детских игровых комнат Центра и для семей, воспитывающих детей с особенностями развития. Стараниями возрастных волонтеров были пошиты галстуки для членов клуба путешествий «Ориентир» и скандинавской ходьбы «Сделай шаг», шторы для обновленной игровой комнаты, созданы предметы реквизита и костюмы для театральной студии «Праздник».



Социальные проекты местного общества инвалидов, реализованные при поддержке Фонда президентских грантов («Желтый чемоданчик», «Отражение», «Мастера и подмастерья»), позволили инициативным волонтерам выступить организаторами мастер-классов по изготовлению сувениров, интеллектуальных игр, конкурсов, весело и с пользой провести совместные путешествия в компании людей с ограниченными возможностями здоровья.

И третье популярное направление деятельности добровольцев «серебряного» возраста – зооволонтерство. Эта группа состоит из очень добросердечных людей, для которых защита животных – возможность помочь не только братьям нашим меньшим, но и себе самому. Ведь каждый спасенный щенок, пристроенный в хорошие руки котенок – это счастье, положительные эмоции, ощущение собственной значимости. Пожилые люди по мере возможности собирают корм, наполнители, средства ухода за хвостатыми и усатыми, участвуют в ежегодных акциях группы помощи бездомным животным города Назарово «Четыре лапы».

В условиях пандемии коронавируса большинство «серебряных» волонтеров в связи с преклонным возрастом оказались в группе риска, им пришлось уменьшить свою активность. Однако как только наступали периоды послабления карантинных мер, все с новыми силами возобновляли добровольческую деятельность. Осенью прошлого года они организовали несколько мероприятий (очистили берег реки Чулым, Каменную гору в местах отдыха, посадили желуди в Березовой роще), а также стали победителями в городской экологической акции «Кубок чистоты».



Не помешала сложная эпидемиологическая обстановка и социальным волонтерам. С июня по сентябрь пенсионеры организовали сбор излишков урожая для последующей передачи овощей и ягод нуждающимся жителям. Постоянно на связи друг с другом находились и защитники животных – зооволонтеры, которые также организовали несколько акций и мероприятий.

Для повышения мотивации и в знак благодарности за активную деятельность в сфере добровольчества наши «серебряные» волонтеры систематически награждаются благодарственными письмами главы города Назарово, руководителей различных общественных организаций многопрофильного молодежного центра «Бригантина». В качестве поощрения добровольцам старшего возраста регулярно выдаются пригласительные и льготные билеты на городские культурные мероприятия.

Время на самоизоляции наши волонтеры также используют с пользой, а именно: для самообразования (площадка онлайн-университета социальных наук «Добро. Университет» и онлайн-курсы Ассоциации волонтерских центров «Серебряное волонтерство: ключевые аспекты развития» на странице «Университет «Третий возраст»).

Практика показывает, что волонтерская деятельность помогает пожилым получателям социальных услуг Центра решить свои психологические проблемы, связанные с кризисом выхода на пенсию, расширить кругозор и круг общения, выбрать для себя наиболее интересное направление дальнейшего развития жизни. Они объединены социально полезным делом и кроме совместного труда часто общаются, проводят праздники, а еще помогают специалистам Центра в организации досуга и обслуживании своих маломобильных сверстников.

*Фотографии предоставлены
КГБУ СО «КЦСОН «Назаровский»*

Надежда Величкина, 69 лет, «серебряный» волонтер г. Назарово:

– Скучно жить однообразно и только для себя. Именно поэтому наше поколение охотно откликается на приглашение принять участие в том или ином мероприятии, ведь это проверка себя: что еще я могу в моем «седом возрасте»?

Чаще всего принимаю участие в экодесантах. К сожалению, порядок нужно наводить не только в окружающей среде, но и в головах людей, живущих по принципу «после меня хоть потоп!». Но нас, равнодушных, не так уж мало!

Памятным стал городской осенний десант «Кубок чистоты», где наша команда заняла I место. Не скрою, приятно гулять потом по чистой роще.

А еще запомнилась работа с детками в летнем лагере. Вот уж когда мы забыли о своем возрасте: нам было интересно с ними играть, участвовать в конкурсах, полезных делах. Рискну сказать, что это было взаимное тяготение. Ребята делились с нами секретами, чем-то личным, очень любили держать за руку. Я это общение назвала бы «ладошка в ладошке». Это так важно в наше время – усилить связь поколений!

Татьяна Королёва, 66 лет, «серебряный» волонтер г. Назарово:

– Волонтерство – это когда человек по зову сердца и по призванию, бесплатно и добровольно делится своим опытом, знаниями, навыками и оказывает помощь нуждающимся. Категория «серебряных» волонтеров отличается большим жизненным опытом по воспитанию детей и внуков, а также опытом общения с людьми, нуждающимися в помощи. Общение с детьми с особенностями развития и инвалидами требует милосердия, любви и терпения. Оно необходимо и детям, и волонтерам, которые чувствуют себя нужными.

Я общалась с такими детьми, видела их радостные лица и счастливые глаза, когда они бегут навстречу с раскрытыми для объятий руками. Это дорогого стоит. Хотелось бы, чтобы движение «серебряных» волонтеров процветало и наши ряды пополнялись добрыми, равнодушными и душевными людьми.

**КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ «КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ «НАЗАРОВСКИЙ»**

**ДИРЕКТОР Голикова Людмила Васильевна
Тел. 8 (39155) 5-96-82
cso24.ru**