

ПРОГРАММЫ ПОДДЕРЖКИ АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ В НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ: ИХ РОЛЬ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ

Шипугин Иван Александрович

студент, Сибирский институт управления - филиал Российской академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, РФ, г. Новосибирск

Струкова Наталья Александровна

научный руководитель, Сибирский институт управления - филиал Российской академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, РФ, г. Новосибирск

ACTIVE LONGEVITY SUPPORT PROGRAMS IN THE NOVOSIBIRSK REGION: THEIR ROLE AND EFFECTIVENESS

Ivan Shipugin

Student, Siberian Institute of Management - branch of the Russian Academy of National Economy and Public Administration under the President of the Russian Federation, Russia, Novosibirsk

Natalia Strukova

Scientific adviser, Siberian Institute of Management - branch of the Russian Academy of National Economy and Public Administration under the President of the Russian Federation, Russia, Novosibirsk

Аннотация. статья рассматривает программы поддержки активного долголетия в Новосибирской области. Она описывает основные задачи этих программ, такие как обеспечение стабильного дохода, медицинского обслуживания и социальной активности пенсионеров. Также статья подчеркивает эффективность данных программ, которая подтверждена положительными результатами и отзывами участников. В конце статьи подчеркивается важность развития и усовершенствования программ поддержки активного долголетия для обеспечения достойных условий жизни пожилым гражданам.

Abstract. The article discusses the programs of active longevity support in the Novosibirsk region. It describes the main tasks of these programs, such as ensuring stable income, medical services, and social activity for pensioners. The article also emphasizes the effectiveness of these programs, which is confirmed by positive results and feedback from participants. The importance of developing and improving programs of active longevity support to provide decent living conditions and support to the elderly citizens is highlighted at the end of the article.

Ключевые слова: поддержка активного долголетия, Новосибирская область, пожилые люди, программа, стабильный доход, медицинское обслуживание, социальная активность, эффективность, качество жизни, усовершенствование.

Keywords: active longevity support, Novosibirsk region, elderly people, program, stable income, medical services, social activity, effectiveness, quality of life, improvement.

В Новосибирской области программы поддержки активного долголетия, реализуемые Министерством труда и социального развития РФ в рамках национального проекта "Демография", направлены на продление периода активного долголетия, укрепление здоровья и повышение благосостояния пожилых жителей региона. Демографический состав региона, насчитывающий более 650 000 человек пенсионного возраста, предъявляет повышенный спрос на специализированные инновационные услуги для удовлетворения разнообразных потребностей стареющего населения [1]. Эти программы действуют в рамках социально-демографического контекста, характеризующегося значительной долей социально активных пожилых людей, что требует реализации системного подхода к удовлетворению меняющихся требований к здоровью и благополучию.

Геронтологический центр, основанный в 1994 году, является комплексным и специализированным учреждением, вносящим весомый вклад в реализацию социального проекта "Активное долголетие" на территории Новосибирской области. Работая в формате полустационарного дневного пребывания, центр накопил богатый опыт оказания социальных услуг активной и самодостаточной группе пожилых людей. За время своей работы учреждение претерпело значительные изменения, примером которых является создание в 2016 году школы-студии "Золотые вехи" [2]. Эта образовательная инициатива, реализуемая на базе центра, объединяет клубную и творческую деятельность, направленную на содействие творческому самовыражению пожилых людей. Объединение услуг подчеркивает стремление центра всесторонне удовлетворять потребности пожилых людей. Учреждение стало местом разработки и реализации различных программ, предназначенных для пожилых людей. Среди них следует отметить социальную и оздоровительную программу, начатую в 2015 году, в рамках которой пенсионерам предлагается индивидуальный режим, направленный на укрепление физического и психического здоровья. Одновременно с этим школа-студия "Золотые вехи" за время своего существования провела более 350 занятий, обогатив жизнь более 3 000 участников [2].

В соответствии с меняющимся демографическим ландшафтом и потребностью в инновационных услугах центр взял курс на активную адаптацию. В 2022 году стартовал многопрофильный проект "Серебряный возраст", стратегически направленный на содействие активному долголетию и повышение качества жизни пожилых людей. Этот проект предлагает целый ряд программ, направленных на стимулирование умственных способностей и развитие навыков в когнитивной сфере [3]. Среди них - обучение компьютерной грамотности и работе со смартфонами, литературные гостиные, способствующие интеллектуальным дискуссиям, социальный туризм, направленный на налаживание связей между людьми, и шахматные клубы, развивающие стратегическое мышление [4]. В сфере физического здоровья проводится целый ряд мероприятий, направленных на укрепление физиологической устойчивости и функционального мастерства. Семинары по физиотерапии направлены на укрепление здоровья опорно-двигательного аппарата, а психологические клубы способствуют развитию эмоциональной устойчивости. Терапевтическая эффективность арт-терапии используется для смягчения психологического дистресса и укрепления механизмов преодоления.

Примечательно, что эти программы ориентированы на участников, предлагая широкий выбор, чтобы удовлетворить индивидуальные пристрастия и склонности. Их достоинство заключается в необязательном характере, обеспечивающем участникам автономию и гибкость в определении траектории развития. Кроме того, принцип непрерывности подчеркивает стремление программ к постоянному участию и развитию.

Анализ эффективности программ поддержки активного долголетия в Новосибирской области требует тщательного изучения различных аспектов, включающих вовлеченность участников, результаты программы и анкетные данные. Изначально оценка эффективности программы зависит от удовлетворенности участников и ощущаемой пользы от участия в программе. Проведение тщательного анкетного опроса среди 100 участников прояснило нюансы эффективности программы. Статистический анализ выявил значительную корреляцию между

участием в программе и ощутимым повышением жизненного тонуса, психоэмоционального благополучия и интереса к жизни. Примечательно, что результаты опроса выявили значительный рост жизненных сил, о котором сообщили 72 % участников после шести месяцев участия в программе. Этот всплеск жизненных сил означает ощутимое улучшение физического здоровья и функциональных возможностей, что подтверждает реабилитационную и оздоровительную направленность программ. Кроме того, 28 % участников сообщили об улучшении психоэмоционального состояния, что свидетельствует о благотворном влиянии программ на устойчивость психического здоровья и механизмы преодоления трудностей. Дальнейший анализ позволил изучить демографические нюансы и выявить различия в воздействии программ в разных возрастных группах. Примечательно, что участники в возрасте 70–79 лет оказались самыми активными участниками программы, демонстрируя устойчивую вовлеченность и выраженную восприимчивость к предложениям программы. Эта демографическая тенденция подчеркивает эффективность программ в обслуживании различных возрастных групп, адаптируя мероприятия к различным потребностям и предпочтениям. Помимо субъективных оценок, для определения эффективности программ использовались объективные показатели, в том числе проводимые раз в два года оценки гериатров и психологов. Эти оценки позволили всесторонне оценить влияние программы на психоэмоциональное и физическое благополучие, подтвердив субъективные отзывы клиническими наблюдениями. Были зафиксированы значительные улучшения в двигательной функции, остроте когнитивных способностей и эмоциональной устойчивости, что свидетельствует о целостном эффекте, полученном в результате участия в программе.

Более того, институционализация структурированной системы оценки эффективности способствовала тщательному анализу результатов программы, что позволило получить представление о масштабируемости и воспроизводимости программных моделей. Полученные результаты подчеркивают устойчивую актуальность и социальную значимость программ поддержки активного долголетия, свидетельствуя об их способности способствовать позитивному старению и продлению активного долголетия [5].

В заключение следует отметить, что проведенный анализ подчеркивает многогранность преимуществ и ощутимых результатов, которые дают программы поддержки активного долголетия в Новосибирской области. От повышения жизненного тонуса и психоэмоциональной устойчивости до улучшения целостного благополучия - программы олицетворяют сдвиг парадигмы в сторону проактивного старения и оптимизации качества жизни. Дальнейшее совершенствование и расширение программ, основанных на эмпирических данных и отзывах участников, необходимо для поддержания динамики развития инициатив по позитивному старению в регионе.

Список литературы:

1. Демографическое старение населения: региональные российские тренды / О. Д. Воробьева, А. В. Топилин, Г. В. Ниорадзе, Т. С. Хроленко // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2022. – Т. 30, № 6. – С. 1230-1235. – DOI 10.32687/0869-866X-2022-30-6-1230-1235. – EDN SASNTX.
2. Новосибирский областной геронтологический центр: [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nogc.narod.ru/novo.html>. (дата обращения: 28.01.2024).
3. Социальный портал города Новосибирск. Центр серебряного волонтерства: [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://socialnsk.ru>. (дата обращения: 28.01.2024).
4. Лауцювене, Б. Интернет и основы компьютерной грамотности для пожилых людей в библиотеке / Б. Лауцювене // Научные и технические библиотеки. – 2007. – № 3. – С. 12. – EDN IAYWGT.
5. Колосницына М.Г., М.А. Герасименко (2014). Экономическая активность в пожилом возрасте и политика государства // Вопросы государственного и муниципального управления.

C. 47-68.