

## «С планшетом на Ты!»

В настоящее время для пожилых людей стали доступны такие цифровые устройства как планшет или смартфон. Программное обеспечение и приемы работы на них существенно отличаются от тех, которые используются на компьютере или ноутбуке. В этой связи возникла необходимость в организации курса продолженного обучения компьютерной грамотности для граждан пожилого возраста «Мир на ладони», где представители старшего поколения осваивают навыки работы с данными цифровыми устройствами.

Обучение по данному курсу началось в декабре 2017 года и сразу же стало очень популярно среди граждан пожилого возраста. На данный момент курс обучения прошли 89 человек.



В процессе обучения рассматриваются основные функции мобильных устройств, осваивается операционная система и ее характеристики. В целом тематика занятий охватывает широкий круг практических приемов работы с планшетом, демонстрирует разнообразие возможностей использования мобильных устройств.

При разработке методики преподавания и обеспечении организационных условий обучения учитывались психологические особенности пожилых граждан и основы теории когнитивной перегрузки. Несмотря на информативную насыщенность и явную полезность материала, он не перегружает мозг слушателя, каждый элемент курса обучения лёгок для восприятия и усваивания. Для обеспечения этих условий используется прием дробного предметного обучения: содержимое курса разделено на более мелкие уроки, стимулирующие обучаемых двигаться только вперед по курсу, до полного усвоения материала, не перегружая их оперативную память.

Все слушатели курсов обеспечиваются учебным пособием, в котором пошагово описываются алгоритмы действий, и также они продублированы иллюстрациями. Это помогает им повторять занятия дома самостоятельно и тем самым

отрабатывать практические навыки.

Процесс обучения включает и интерактивные формы такие, как: квесты, конкурсы, мастер-классы, тематические мероприятия. Это позволяет не просто отрабатывать практические навыки работы на планшете и смартфоне, а также демонстрировать положительные эффекты использования цифровых и информационных технологий в повседневной жизни, обеспечивающих улучшение качества жизни старшего поколения.

В 2018 году курс «Мир на ладони» получил финансовую поддержку Благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко. В результате этого была расширена аудитория класса (с 6 до 10 человек), приобретено дополнительное оборудование (стилусы, наушники), позволяющее демонстрировать дополнительные возможности использования планшетов, и проведен ряд мероприятий информационно-познавательного характера: семинар «Выбор планшетов и смартфонов, подбор аксессуаров»; квест-игра «В поисках золотого веретена»; конкурс селфи-фотографий «Следуй за мной»; мастер-классы «Сбербанк-онлайн» и «Электронные платежи. Безопасность денежных онлайн-переводов»; лекторий «Финансовое мошенничество – кибермошенничество».



Активное освоение смартфонов и планшетов пожилыми людьми в рамках прохождения курса расширяет их возможности в сфере интеллектуального развития, самосовершенствования, коммуникативного потенциала, организации собственного досуга и использования ресурсов сети Интернет в повседневной жизни.

Пожилые люди получают доступ к различным интернет-сервисам, что приводит к улучшению процессов социальной адаптации и интеграции их в современное информационное общество.

**ОБУСО «Ивановский КЦСОН»**

## «Красота вне возраста!»

Стремление хорошо выглядеть естественно для человека в любом возрасте. Люди, регулярно ухаживающие за собой в молодости, как правило, делают это до глубокой старости. Сейчас в России постепенно формируется тренд продления молодости и регулярного ухода за собой, и многие люди регулярно пользуются как услугами салонов красоты, так и услугами мастеров в области эстетической медицины. Но в России специализированных салонов красоты для пожилых людей нет ни в одном регионе.

Целью проекта «Салон красоты «Глория Стар» является создание сервиса для пожилых граждан, ориентированного на доступность косметических и парикмахерских услуг, а также направленного на обучение граждан старшего поколения основным профессиональным навыкам работы парикмахера и современным технологиям косметологии.

Задачи проекта: обучение пожилых граждан навыкам работы парикмахера, технологиям по уходу за своей внешностью; создание условий для применения гражданами старшего поколения собственной трудовой активности; обеспечение доступности для пожилых граждан лечебно-оздоровительных процедур для лица и рук, парикмахерских услуг; повышение самооценки граждан старшего поколения, создание позитивного образа собственного «Я»; экономия материальных средств граждан старшего поколения.



Получив навыки парикмахерского искусства, граждане старшего поколения самостоятельно оказывают услуги пожилым людям в рамках работы салона.

Посетителями салона являются жители Специального дома для одиноких престарелых и отделения временного проживания ОБУСО «Родниковский КЦСОН».

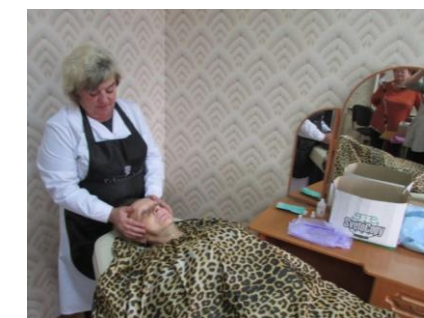
По окончании проекта обученные ветераны – парикмахеры и косметологи вошли в состав специалистов службы «Автопоезд «Милосердие», предназначенной для оказания бытовых услуг гражданам, проживающим в отдаленной сельской местности.

К реализации проекта в части проведения обучающих занятий привлечены специалисты салонов красоты, а так же медицинская сестра.

Всего за время реализации проекта проведено 72 занятия по трем направлениям.



Парикмахер научила пожилых граждан правильному уходу за волосами, правилам выбора и навыкам нанесения краски на волосы, рассказала о питательных масках для волос, познакомила с азами парикмахерского искусства. Косметолог помогла освоить пожилым женщинам основы ухода за кожей лица, дневного и вечернего макияжа. Медицинский работник рассказала о правилах нанесения кремов по массажным линиям лица, приготовлении и нанесении масок для лица для различных видов кожи с использованием различных технологий.



Социальная значимость результатов реализации проекта состоит в том, что расширился спектр оказания социально-бытовых услуг гражданам пожилого возраста по модели «ветеран – ветерану», обеспечилась доступность косметических и парикмахерских услуг, появилась возможность обучения граждан старшего поколения основным профессиональным навыкам работы парикмахера и современным технологиям в косметике и косметологии.

**ОБУСО «Родниковский КЦСОН»**