

Заречный оказался в числе лидеров среди российских муниципалитетов по практикам активного долголетия

Category: Общество

17.04.2025



Практика «Клуб активного долголетия «Серебряный луч», созданная в Заречном, попала в рейтинг 100 лучших практик активного долголетия России за 2024 год.

В телеграм-канале администрации закрытого города рассказывают, что практика началась в пандемию, когда пенсионеры поддерживали медиков, работав в колл-центрах. Позже они основали движение «серебряных» волонтеров, сейчас насчитывающее свыше 45 человек. Волонтеры звонят пожилым жителям, выясняют интересы и приглашают на мероприятия, формируя программу досуговых занятий. Ценность нашего подхода заключается в объединении усилий всех городских предприятий и учреждений, стремящихся создать условия для полноценной и радостной жизни людей старшего поколения. В рамках клуба ведется активное сотрудничество с различными городскими учреждениями:

Медицинские учреждения, такие как МСЧ-59, предлагают полезные лекции о здоровом образе жизни и профилактике болезней.

Спортивные клубы проводят занятия по оздоровительным видам спорта и гимнастики, поддерживая физическую активность наших подопечных.

Образовательные и культурные учреждения устраивают увлекательные мероприятия: мастер-классы, выставки, экскурсии, встречи с интересными людьми, а также специализированные курсы по освоению современных технологий и повышению финансовой грамотности.

Благодаря проекту «Серебряный луч»:

- в течение 2024 года состоялось почти 13 тысяч телефонных звонков, охвативших две трети пожилого населения Заречного;

- организованные мероприятия посетило порядка 30% представителей старшего поколения, то есть каждый третий пенсионер принял участие в наших событиях.

Эти цифры подтверждают эффективность и востребованность нашей инициативы, делая жизнь пожилых людей богаче и приятнее. Современные исследования доказывают: одиночество все чаще становится причиной преждевременной смертности. Социальная изоляция ускоряет «износ» мозга и других внутренних органов, а риск смерти увеличивается сразу на 50–70%.