



Государственное бюджетное учреждение  
«Комплексный центр социального обслуживания населения»  
Кашинского городского округа

# Университет третьего возраста.

Кашин 2024 г.





## *Цель:*

Повышение качества жизни граждан пожилого возраста путем содействия в сохранении и укреплении психического и физического состояния, повышении уровня активности граждан пожилого возраста.

## *Задачи:*

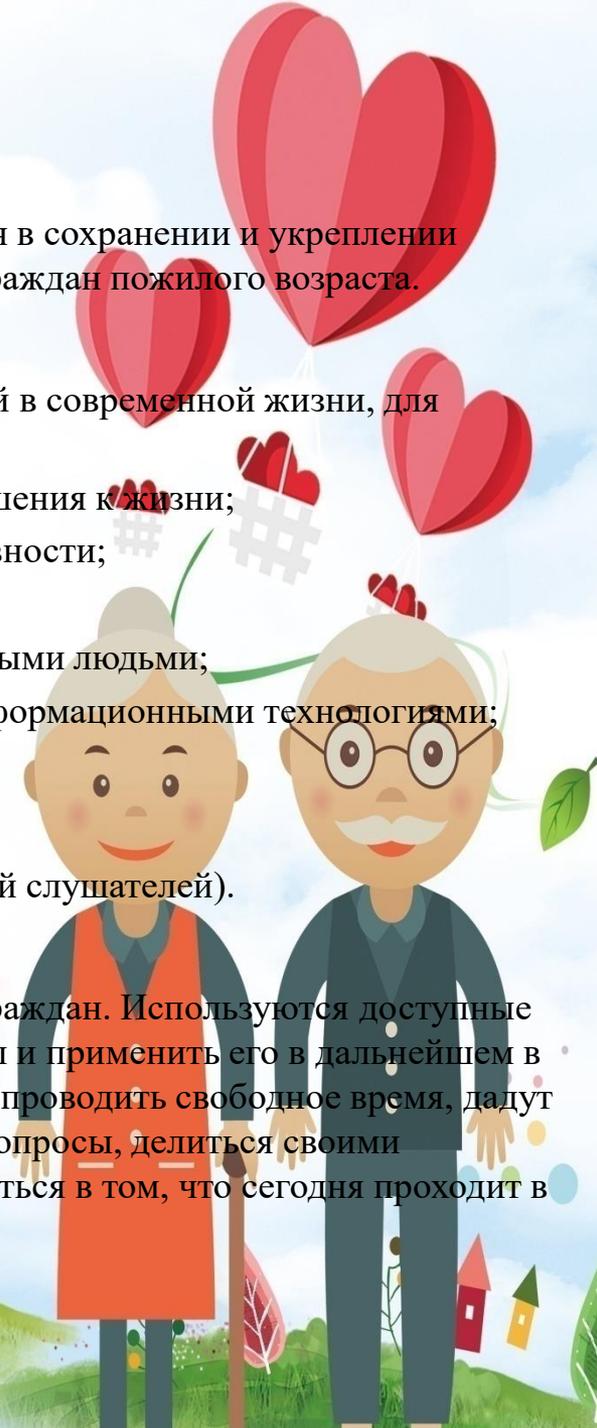
- создание благоприятных условий для успешной адаптации пожилых людей в современной жизни, для Самообразования и самосовершенствования;
- формирование и развитие среды общения и сохранения позитивного отношения к жизни;
- пропаганда здорового образа жизни, повышение уровня физической активности;
- повышение уровня коммуникативных навыков пожилых людей;
- снижение социально – психологической напряженности в семьях с пожилыми людьми;
- содействие пожилым людям в овладении современными средствами и информационными технологиями;
- организация свободного времени людей старшего возраста.

## *Формы работы:*

групповые, индивидуальные, он-лайн ( исходя из возможностей и желаний слушателей).

## *Методы работы:*

Обучение в Университете проводится с учетом возможностей пожилых граждан. Используются доступные методы и приемы, которые помогут им в полном объеме освоить материал и применить его в дальнейшем в практике. Предлагаемые методы позволят пожилым гражданам с пользой проводить свободное время, дадут возможность общаться, обмениваться мнениями, обсуждать актуальные вопросы, делиться своими знаниями, расширять круг общения и интересов, а также помогут разобраться в том, что сегодня происходит в нашей стремительной жизни.





*Университет осуществляет свою деятельность с 2021 года.*

*В 2023 году обучение проводилось на следующих факультетах:*

- **Факультет «Психология»** (занятия по тренировке памяти, серия практических занятий с психологом);
- **Факультет «Здоровье и физическая активность»** (практические занятия по обучению скандинавской ходьбе);
- **Факультет «Цифровизация»** (курсы по обучению компьютерной грамотности, практикум работы с современными гаджетами);
- **Факультет «Краеведение»** (цикл краеведческих бесед и практических- поисковых занятий на базе Краеведческого музея);
- **Факультет «Библиотерапия»** (чтения и обсуждение литературных произведений, знакомство с новыми авторами и книгами, встречи с интересными людьми на базе библиотеки детского и семейного чтения);
- **Факультет «Православная культура»** (цикл историко-культурных бесед).





*В Университете третьего возраста прошли обучение:*



**2021**  
год

• 54 человека

**2022**  
год

• 65 человек

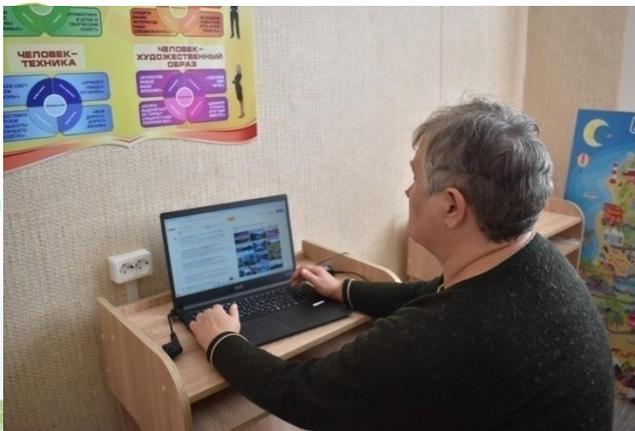
**2023**  
год

• 76 человек





# Факультет «Цифровизация»





# Факультет «Физическая активность и здоровье»





# Факультет «Психология»



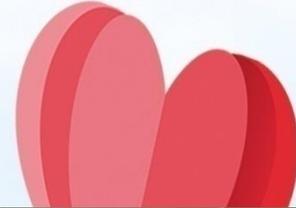


# Факультет «Краеведение»





# Факультет библиотерапии «Душевные встречи»





# Факультет «Православная культура»





*Учиться нам не скучно!  
Праздники в Университете третьего возраста*





*Лето проводим с пользой для ума!*

