

**Информация о проекте, выполнении календарного плана мероприятий проекта,  
достижении целевых показателей проекта**

<b>Полное наименование организации (в соответствии с единым государственным реестром юридических лиц)</b>	ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ СЛОБОДСКОЕ РАЙОННОЕ ОБЩЕСТВО ИНВАЛИДОВ
<b>Основной государственный регистрационный номер (ОГРН)</b>	1024300009315
<b>Наименование проекта (в соответствии с договором о предоставлении гранта)</b>	Море зовет
<b>Номер договора о предоставлении гранта</b>	P43-23-1-000097

**Уровень достижения целевых показателей (ожидаемых количественных результатов) проекта:**

№	Наименование показателя	Ожидаемое значение	Достигнутое значение	Уровень выполнения (%)
1	Проведение суставной гимнастики в Термально - оздоровительном комплексе "Море - парк"	41	41	100,00
2	Участники группы для посещения "Море-парка"	20	20	100,00
3	Члены клуба "Активное долголетие"	30	40	133,33
4	Проведение тематических мероприятий в клубе "Активное долголетие"	6	7	116,67

**Уровень выполнения ключевых контрольных точек проекта:**

№	Наименование ключевой контрольной точки	Контрольная дата	Фактическая дата	Сведения о выполнении
<b>Этап 1. Начало этапа: 04.09.2023. Завершение этапа: 30.09.2023</b>				
1.1	На базе Слободской центральной районной библиотеки создан клуб "Активное долголетие", участниками которого стало не менее 30 пожилых людей с инвалидностью	10.09.2023	<b>18.09.2023</b>	исполнена
1.2	Не менее 20 человек – представителей целевой группы посетили одно занятие суставной гимнастикой и свободного плавания в термально-оздоровительном комплексе "Море - парк" в г. Кирове	30.09.2023	<b>28.09.2023</b>	исполнена
<b>Этап 2. Начало этапа: 01.10.2023. Завершение этапа: 31.12.2023</b>				
2.1	Для 20 представителей целевой группы проведено одно тематическое мероприятие в клубе "Активное долголетие" на тему "Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний"	24.10.2023	<b>23.10.2023</b>	исполнена

2.2	Для 20 представителей целевой группы проведено одно тематическое мероприятие в клубе "Активное долголетие" на тему "Профилактика простудных заболеваний"	14.12.2023	<b>04.12.2023</b>	исполнена
2.3	Не менее 20 человек – представителей целевой группы посетили 12 занятий суставной гимнастикой и свободного плавания в термально-оздоровительном комплексе "Море - парк" в г. Кирове	31.12.2023	<b>28.12.2023</b>	исполнена
<b>Этап 3. Начало этапа: 01.01.2024. Завершение этапа: 31.03.2024</b>				
3.1	Для 20 представителей целевой группы проведено одно тематическое мероприятие клуба "Активное долголетие" на тему " Дыхательная гимнастика Цигун"	18.02.2024	<b>18.02.2024</b>	исполнена
3.2	Не менее 20 человек – представителей целевой группы посетили 12 занятий суставной гимнастикой и свободного плавания в термально-оздоровительном комплексе "Море - парк" в г. Кирове	31.03.2024	<b>28.03.2024</b>	исполнена
<b>Этап 4. Начало этапа: 01.04.2024. Завершение этапа: 30.06.2024</b>				
4.1	Для 20 представителей целевой группы проведено одно тематическое мероприятие в клубе "Активное долголетие" на тему "Основы правильного питания в возрасте 60+"	26.04.2024	<b>25.04.2024</b>	исполнена
4.2	Для 20 представителей целевой группы проведено одно тематическое мероприятие в клубе "Активное долголетие" на тему "Лекарственные травы - сбор, хранение и применение"	28.06.2024	<b>20.06.2024</b>	исполнена
4.3	Не менее 20 человек – представителей целевой группы посетили 13 занятий суставной гимнастикой и свободного плавания в термально-оздоровительном комплексе "Море -	30.06.2024	<b>27.06.2024</b>	исполнена
	парк" в г. Кирове			
<b>Этап 5. Начало этапа: 01.07.2024. Завершение этапа: 31.08.2024</b>				
5.1	Для 20 представителей целевой группы проведено одно тематическое мероприятие в клубе "Активное долголетие" Тема " Профилактика заболеваний опорно - двигательного аппарата"	31.07.2024	<b>24.07.2024</b>	исполнена
5.2	Не менее 20 человек – представителей целевой группы посетили 3 занятия суставной гимнастикой и свободного плавания в термально-оздоровительном комплексе "Море - парк" в г. Кирове	25.08.2024	<b>17.07.2024</b>	исполнена

Объем средств, дополнительно привлеченных на реализацию проекта, включая примерную оценку труда добровольцев, безвозмездно полученных товаров, работ, услуг, имущественных прав в руб.: 344 502,50


Количество благополучателей проекта (чел.): 50

Количество добровольцев, участвовавших в реализации проекта (чел.): 4

### Информация о выполнении календарного плана мероприятий проекта на основании аналитических отчетов грантополучателя<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Информация размещается с сохранением орфографии и пунктуации грантополучателя


# 1 этап

Обзор (описание) проведенных за мероприятий (запланированные сроки (по приведенному в заявке календарному плану), фактические сроки выполнения, полученные результаты с указанием применимых количественных и (или) качественных показателей) 

№	Мероприятие	Запланированные сроки проведения	Фактические сроки проведения	Итог мероприятия (качественный результат)
1	Создание клуба "Активное долголетие" на базе Слободской центральной районной библиотеки	с 04.09.2023 по 10.09.2023	с 04.09.2023 по 18.09.2023	18 сентября в Слободской центральной районной библиотеке состоялось организационное собрание для участников проекта "Море зовет". Участники познакомились с программой реализуемого проекта, его целями и задачами. Результатом общения было открытие клуба "Активное долголетие". В него вошли благополучатели желающие посещать теоретические мероприятия и практические занятия. Подарком от сотрудников библиотеки для гостей был проведен полезный мастер-класс о том, как красиво завязать платок на шею. Тема мастер-класса была актуальна тем, что впереди непогода, похолодание, а защита своего здоровья должна идти в ногу с красотой! Благодаря проведенному мастер-классу они научились красиво завязывать платок (шарф, палантин) на шею. Мероприятие закончилось активным общением и вкусным чаепитием в ходе которого участники активного знакомились друг с другом. Делились впечатлениями и проводили время в хорошей компании.
	<p>По данным ссылкам размещена информация о проведении мероприятий по проекту.</p> <p><a href="https://vk.com/wall-75139820_7552">https://vk.com/wall-75139820_7552</a></p> <p><a href="https://vk.com/wall-86192424_1071">https://vk.com/wall-86192424_1071</a></p> <p><a href="https://vk.com/wall-183617680_243">https://vk.com/wall-183617680_243</a></p>			
2	Посещение термально-оздоровительного комплекса "Море - парк" в г. Кирове для проведения суставной гимнастики и свободного плавания для целевой аудитории	с 25.09.2023 по 25.08.2024	с 28.09.2023 по 30.09.2023	28 сентября в термально оздоровительном комплексе "Морепарк" г. Кирове состоялось первое занятие суставной аквагимнастикой. На первом занятии благополучатели познакомились с тренером. Научились правильно дышать во время занятий. Освоили первый комплекс упражнений. После аквагимнастики партнером проекта было предоставлено свободное плавание. Участники побывали в уличном бассейне. По пользовались гидромассажем и просто поплавали. Благодаря плаванию и занятиям укрепили свое здоровье, повысили эмоциональное состояние. С 11.09. - 22.09.2023г. все участники проекта для занятий аквагимнастикой посетили медика для проведение медицинского осмотра. Специалисты Слободской центральной районной больницы провели осмотр общего физического состояния благополучателей, а также на наличие противопоказаний.
	<a href="https://vk.com/wall-183617680_244">https://vk.com/wall-183617680_244</a>			
3	Организационное собрание для участников проекта. Состоится в Центральной районной библиотеке	с 04.09.2023	с 18.09.2023	18 сентября в Слободской центральной районной библиотеке состоялось организационное собрание для участников проекта "Море зовет". Участники познакомились с программой

				реализуемого проекта, его целями и задачами . Результатом общения было открытие клуба "Активное долголетие" . В него вошли благополучатели желающие посещать теоретические мероприятия и практические занятия
4	Проведение медицинского осмотра целевой группы для посещения бассейна. Специалист Слободской центральной районной больницы проведет осмотр общего физического состояния благополучателей, а также на наличие противопоказаний.	с 11.09.2023 по 22.09.2023	с 11.09.2023 по 22.09.2023	С 11.09. - 22.09.2023г. все участники проекта для занятий аквагимнастикой посетили медика для проведение медицинского осмотра. Специалисты Слободской центральной районной больницы провели осмотр общего физического состояния благополучателей, а также на наличие противопоказаний.


## 2 этап

**Обзор (описание) проведенных за мероприятий (запланированные сроки (по приведенному в заявке календарному плану), фактические сроки выполнения, полученные результаты с указанием применимых количественных и (или) качественных показателей) **

№	Мероприятие	Запланированные сроки проведения	Фактические сроки проведения	Итог мероприятия (качественный результат)
1	Тематическое мероприятие в клубе "Активное долголетие" . Тема "Профилактика простудных заболеваний"	с 01.12.2023 по 14.12.2023	с 04.12.2023 по 04.12.2023	4 декабря на базе Слободской центральной районной библиотеки состоялось занятие в клубе "Активное долголетие". Тема мероприятия была "Профилактика простудных заболеваний". Перед собравшимися выступила заведующая-фельдшер Лекомского ФАПа Тарасова К.Д. Благополучатели узнали об основных правилах профилактики простудных заболеваний. Еще раз убедились, что здоровый образ жизни (полноценный сон, зарядка, пешие прогулки), проветривание и влажная уборка помещений - важные моменты в профилактике простудных заболеваний. Приняли во внимание рекомендации спикера - чаще мыть руки с мылом, не допускать переохлаждения организма, избегать общения с больными, включать в рацион питания продукты питания, богатые белками, витаминами, минеральными веществами. При первых симптомах заболевания необходимо обращаться к врачу и не заниматься самолечением. Закончилось мероприятие небольшим концертом, посвященный Международному Дню инвалида и чаепитием, участники общались, обсуждали полученную информацию.
	<a href="https://vk.com/wall-183617680_259">https://vk.com/wall-183617680_259</a> <a href="https://vk.com/wall-86192424_1104">https://vk.com/wall-86192424_1104</a> <a href="https://vk.com/wall-75139820_7872">https://vk.com/wall-75139820_7872</a>			
2	Посещение термально-оздоровительного комплекса "Море - парк" в г. Кирове для проведения суставной гимнастики и свободного плавания для целевой аудитории.	с 25.09.2023 по 25.08.2024	с 05.10.2023 по 28.12.2023	В период с 1 октября по 28 декабря в термальнооздоровительном комплексе "Море-парк" г. Кирова прошли 12 занятий аквагимнастики. Участники занятий познакомились со спортивным инвентарём - аквагантели и нудл, благодаря которым занятия стали более эффективными. Представители целевой группы увереннее стали выполнять упражнения, предлагаемые тренером. Так же

				тренером был предложен комплекс дыхательных упражнений в соляной сауне. Такие упражнения улучшают обмен веществ и быстрый вывод токсинов из организма, нормализуют психическое состояние, оказывают помощь в борьбе с заболеваниями дыхательной системы. Затем партнером проекта было предоставлено свободное плавание. Участники плавали в помещении и на улице, пользовались гидромассажем, ходили по дорожке Кнейпа.
	<a href="https://vk.com/wall-183617680_250">https://vk.com/wall-183617680_250</a> <a href="https://vk.com/wall429733564_249">https://vk.com/wall429733564_249</a>			
3	Тематическое мероприятие клуба "Активное долголетие" Тема "Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний"	с 16.10.2023 по 24.10.2023	с 23.10.2023 по 23.10.2023	23 октября в Слободской центральной районной библиотеке состоялось очередное мероприятие в клубе "Активное долголетие", на тему "Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний". Заведующаяфельдшер Лекомским ФАП Тарасова Ксения Дмитриевна рассказа слушателям о методах профилактики ССЗ. А так же напомнила о физической активности, психологическом настрое на доброжелательное отношение к себе и миру, правильном питании, отказе от вредных привычек и регулярных профилактических осмотрах у кардиолога – вот тот минимум, который необходим для того, чтобы сердечнососудистые заболевания обошли стороной. Будем надеяться , что стремительно завоевывающая мир мода на здоровый образ жизни поможет избавить XXI век от названия «эпоха сердечно-сосудистых заболеваний». Соблюдение этих правил по профилактике сердечнососудистых заболеваний существенно снизит риск их развития. После выступления Ксении Дмитриевны, гости активно задавали интересующие их вопросы.
	<b>Информация о проведенном мероприятии</b> <a href="https://vk.com/wall-183617680_248">https://vk.com/wall-183617680_248</a> <a href="https://vk.com/wall-86192424_1087">https://vk.com/wall-86192424_1087</a> <a href="https://vk.com/wall-75139820_7707">https://vk.com/wall-75139820_7707</a>			


### 3 этап

**Обзор (описание) проведенных за мероприятий (запланированные сроки (по приведенному в заявке календарному плану), фактические сроки выполнения, полученные результаты с указанием применимых количественных и (или) качественных показателей) **

№	Мероприятие	Запланированные сроки проведения	Фактические сроки проведения	Итог мероприятия (качественный результат)
1	Тематическое мероприятие в клубе "Активное долголетие" Тема " Дыхательная гимнастика Цигун"	с 12.02.2024 по 18.02.2024	с 18.02.2024 по 18.02.2024	18 февраля 2024 года прошло очередное мероприятие в клубе "Активное долголетие" с очень интересной темой "Дыхательная гимнастика Цигун". Участники клуба были приглашены спикером данного мероприятия Ульяновой Екатериной ( <a href="https://vk.com/id254521550">https://vk.com/id254521550</a> ) на "Турнир

				Оздоровительный Цигун". Мероприятие проходило в Стуловском доме культуры. Благополучатели узнали об истории возникновения Цигун в Китае. Им было рассказано о пользе данного метода в поддержке организма человека. Участники познакомились с комплексом для сердца и сосудов, с комплексом для ног и другими различными практиками. Посмотрели выступление участников "Турнира Оздоровительный Цигун". Неожиданным сюрпризом было выступление студентов с факультета международного образования ВятГУ из Китая , подаривших нам свои стихи, зажигательные танцы и песни. Закончилось мероприятие вкусным чаепитием и общением с гостями из Китая.
	<a href="https://vk.com/wall-183617680_284">https://vk.com/wall-183617680_284</a> <a href="https://vk.com/wall-86192424_1164">https://vk.com/wall-86192424_1164</a>			
2	Посещение термально-оздоровительного комплекса "Море - парк" в г. Кирове для проведения суставной гимнастики и свободного плавания для целевой аудитории.	с 25.09.2023 по 25.08.2024	с 11.01.2024 по 28.03.2024	Благополучатели освоили комплекс дыхательных упражнений в соляной сауне. Научились контролировать свое дыхание , благодаря чему нормализовали свое психическое состояние. Участники продолжили занятия со спортивным инвентарём - аквагантели и нудл. Они увереннее стали держаться на воде .Выполнение упражнений стали более уверенными. Затем партнером проекта было предоставлено свободное плавание. Участники плавали в помещении и на улице, пользовались гидромассажем, ходили по дорожке Кнейпа.
	<a href="https://nko-pfo.ru/55873">https://nko-pfo.ru/55873</a> <a href="https://opko43.ru/news/nko/30854/">https://opko43.ru/news/nko/30854/</a> <a href="https://t.me/opko43/3966">https://t.me/opko43/3966</a> <a href="https://vk.com/opko43?w=wall-46906109_7674">https://vk.com/opko43?w=wall-46906109_7674</a> <a href="https://t.me/znanie43/927">https://t.me/znanie43/927</a>			


#### 4 этап

Обзор (описание) проведенных за мероприятий (запланированные сроки (по приведенному в заявке календарному плану), фактические сроки выполнения, полученные результаты с указанием применимых количественных и (или) качественных показателей) 

№	Мероприятие	Запланированные сроки проведения	Фактические сроки проведения	Итог мероприятия (качественный результат)
1	Тематическое мероприятие в клубе "Активное долголетие" Тема " Основы правильного питания в возрасте 60+"	с 22.04.2024 по 26.04.2024	с 25.04.2024 по 25.04.2024	25 апреля в Слободской Центральной районной библиотеке состоялось очередное тематическое мероприятие в клубе «Активное долголетие». На этот раз оно было посвящено основам правильного питания в возрасте 60+. Сотрудник библиотеки Ольгой Лаптевой рассказала участникам клуба, сколько ккал в сутки в этом возрасте требуется мужчине и женщине. На какие продукты следует обратить свое внимание, а какие исключить из своего рациона питания. Употребление "здоровых" продуктов служит профилактикой множества недугов и какое питание можно назвать

				"лечебным питанием для пожилых людей". Они узнали как нужно правильно питаться в возрасте 60+. Затем гостям рассказали о традициях и обычаях великого праздника «Пасха». Гости мероприятия в ходе викторины проверили свои знания о Пасхе, послушали песни, посвященные православному празднику, узнали о приготовлении пасхальных блюд. Завершилась встреча в клубе традиционным чаепитием.
	<a href="https://vk.com/wall-183617680_306">https://vk.com/wall-183617680_306</a> <a href="https://vk.com/wall-75139820_8435">https://vk.com/wall-75139820_8435</a> <a href="https://vk.com/wall-86192424_1185">https://vk.com/wall-86192424_1185</a>			
2	Тематическое занятие в клубе "Активное долголетие" Тема " Лекарственные травы - сбор, хранение и применение"	с 19.06.2024 по 28.06.2024	с 20.06.2024 по 20.06.2024	20 июня на базе Слободская Центральная районная библиотека в рамках реализации проекта «Море зовет» состоялось очередное мероприятие в клубе «Активное долголетие» на тему "Лекарственные травы: время сбора и применение". Заведующая отделом обслуживания Анна Александровна Бушкова познакомила участников клуба с видами лекарственных растений, правилами сбора и их применении. Библиотекарь абонемента Елена Евгеньевна Гнатюк рассказала гостям о предстоящем Дне памяти и скорби. Час памяти "Мы помним этот день войны" был посвящен истории начала Великой Отечественной войны. Участники клуба слушали стихи о войне и подпевали военные песни. Музыкальным подарком для собравшихся стало выступление народного фольклорного ансамбля «Сударыня» Стуловского ДК. Гости тепло принимали выступление фольклорного ансамбля, подпевая им знакомые песни. Завершилось мероприятие душевным чаепитием.
	<a href="https://vk.com/wall-183617680_327">https://vk.com/wall-183617680_327</a> <a href="https://vk.com/wall-75139820_8675">https://vk.com/wall-75139820_8675</a>			
3	Посещение термально-оздоровительного комплекса "Море - парк" в г. Кирове для проведения суставной гимнастики и свободного плавания для целевой аудитории.	с 25.09.2023 по 25.08.2024	с 04.04.2024 по 27.06.2024	На данном этапе участники продолжили занятия суставной аквагимнастикой. Они уверенно выполняют все упражнения тренера. Занятия в воде улучшили кровообращение, оказали благоприятное воздействие на опорно-двигательный аппарат. Некоторые участники заметили снижение веса, что позволило скорректировать фигуру. Благодаря занятиям ушли мышечные зажимы, снимается нервное напряжение, уходит стресс. После занятий - отдых в бассейне. Участники плавали в помещении и на улице, пользовались гидромассажем, ходили по дорожке Кнейпа, посещали различные парные.
	<a href="https://vk.com/wall-183617680_332">https://vk.com/wall-183617680_332</a> <a href="https://vk.com/wall-183617680_311">https://vk.com/wall-183617680_311</a> <a href="https://vk.com/wall-183617680_317">https://vk.com/wall-183617680_317</a>			

#### 5 этап





Обзор (описание) проведенных за мероприятий (запланированные сроки (по приведенному в заявке календарному плану), фактические сроки выполнения, полученные результаты с указанием применимых количественных и (или) качественных показателей) 

№	Мероприятие	Запланированные сроки проведения	Фактические сроки проведения	Итог мероприятия (качественный результат)
1	Тематическое мероприятие в клубе "Активное долголетие" Тема " Профилактика заболеваний опорно - двигательного аппарата"	с 01.07.2024 по 31.07.2024	с 24.07.2024 по 24.07.2024	24 июля в Центральной районной библиотеке для участников клуба "Активное долголетие" состоялось заключительное тематическое мероприятие на тему "Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата". Спикером выступила Комкина Раиса Михайловна - инструктор ЛФК . Тема для участников проекта "Море зовет" очень актуальна. Присутствующие познакомились с основными проблемами заболевания опорнодвигательного аппарата, которые встречаются в "серебряном" возрасте и их последствиями. Так же Комкина Р.М. рассказала о профилактике заболеваний суставов. Вместе обучились выполнению несложной ежедневной гимнастике. В заключении мероприятия сотрудником библиотеки был проведен мастер-класс по изготовлению броши из фетра. Благополучатели в дружной компании тепло общались и хорошо провели время.
	<a href="https://vk.com/wall-183617680_335">https://vk.com/wall-183617680_335</a> <a href="https://vk.com/wall-86192424_1198">https://vk.com/wall-86192424_1198</a> <a href="https://vk.com/wall-75139820_8805">https://vk.com/wall-75139820_8805</a>			
2	Посещение термально-оздоровительного комплекса "Море - парк" в г. Кирове для проведения суставной гимнастики и свободного плавания для целевой аудитории.	с 25.09.2023 по 25.08.2024	с 04.07.2024 по 17.07.2024	На данном этапе для участников проекта прошли 3 занятия суставной аквагимнастикой в термально-оздоровительном комплексе "Море-парк" в г.Кирове. . Занятия включали в себя упражнения направленные на улучшения движения суставов ног. Благополучатели продолжили использовать в своих занятиях аквагантели и нудл. Так же тренер Глухова Оксана еще раз напомнила о правильном дыхании во время упражнений. После каждого занятия - дыхательная гимнастика в соляной парной. И , конечно же, отдых в бассейне. Участники плавали в помещении и на улице, пользовались гидромассажем, ходили по дорожке Кнейпа, посещали различные парные.
	<a href="https://vk.com/wall-183617680_334">https://vk.com/wall-183617680_334</a> <a href="https://vk.com/wall-86192424_1201">https://vk.com/wall-86192424_1201</a> <a href="https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fok.ru%2Fgroup%2F56912248832047%2Ftopic%2F159424231230767&amp;cc_key=https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Ft.me%2Fkurantynew%2F14243&amp;cc_key=https://nko-pfo.ru/58265">https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fok.ru%2Fgroup%2F56912248832047%2Ftopic%2F159424231230767&amp;cc_key=https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Ft.me%2Fkurantynew%2F14243&amp;cc_key=https://nko-pfo.ru/58265</a> <a href="https://nko-pfo.ru/58265">https://nko-pfo.ru/58265</a> <a href="https://opko43.ru/news/nko/31668/">https://opko43.ru/news/nko/31668/</a> <a href="https://t.me/opko43/5094">https://t.me/opko43/5094</a> <a href="https://vk.com/opko43?w=wall-46906109_9176">https://vk.com/opko43?w=wall-46906109_9176</a>			
3	Подведение итогов реализации проекта пройдет в клубе "Активное долголетие".	с 26.08.2024 по 30.08.2024	с 26.08.2024 по 30.08.2024	Мероприятие прошло 30 августа в Слободской центральной районной библиотеке. Для гостей клуба был показан подготовленный видеоролик о проекте, вручены благодарственные письма партнерам проекта. Участники активно делились своими впечатлениями о проекте. Вот некоторые из них : Любовь Касьянова, прослушав цикл тематических занятий, отметила, что, применяя в жизни простые рекомендации, смогла укрепить своё



				здоровье и реже стала обращаться к врачам». Наталья Суслова, участница проекта: «Благодаря занятиям почувствовала, как улучшилось моё здоровье и настроение, увеличилась активность». Гости рассказали, что им больше всего запомнилось , над чем еще
	<a href="https://vk.com/wall-183617680_338">https://vk.com/wall-183617680_338</a> <a href="https://vk.com/wall-183617680_343">https://vk.com/wall-183617680_343</a> <a href="https://vk.com/wall-86192424_1202">https://vk.com/wall-86192424_1202</a>			

## Информация за весь срок осуществления проекта<sup>2</sup>

<b>4.1. Основные достигнутые качественные результаты реализации проекта (оценка полученного социального эффекта) </b>	
<p>В нашем проекте «Море зовет» мы использовали уникальную реабилитационную практику для пожилых людей с инвалидностью, проживающих в городе Слободском, по улучшению их физического и эмоционального состояния. Данную практику еще в г.Слободском и Слободском районе не применял ни кто. Площадкой для реализации проекта был выбран термально-оздоровительный комплекс «Море парк» в городе Кирове, обеспечивающий доступную среду и комфортные условия для занятий. Опытный инструктор комплекса провел 41 адаптивное групповое занятие в бассейне для 20 человек. Занятие проходили 1 раз в неделю. Еженедельные занятия включают в себя адаптивную водную тренировку (суставная гимнастика) и свободное плавание. Возможность посещения в комплексе «Море - парк» различных парных (соляная сауна, травяная кедровая сауна), дорожки Кнейпа благотворно сказались на общем состоянии участников проекта. Так как комплекс находится в другом городе для участников проекта был организован трансфер. Для повышения уровня компетенций пожилых людей с инвалидностью в сфере профилактики преждевременного старения и сохранения здоровья на базе Слободской центральной районной библиотеки был создан клуб «Активное долголетие». Работа клуба заключалась в проведении цикла лекций приобщающих к практикам здорового образа жизни, правильного питания и сбережения здоровья. 50 человек пожилого возраста и с инвалидностью, участники проекта, укрепили своё здоровье, подружились, получили полезную информацию и положительные эмоции. Итоги реализации проекта подвели с помощью обратной связи с целевой группой. Любовь Касьянова, прослушав цикл встреч, отметила, что, применяя в жизни простые рекомендации, смогла укрепить своё здоровье и реже стала обращаться к врачам. «Благодаря занятиям почувствовала, как улучшилось моё здоровье и настроение, увеличилась активность», – делится Наталья Суслова.</p>	
<b>4.2. Наличие и характер незапланированных результатов </b>	
<p>В ходе реализации проекта, по мимо запланированных мероприятий, партнером проекта Слободской центральной районной библиотекой для участников клуба "Активное долголетие" были проведены дополнительные тематические мероприятия и мастер-классы. Тематические мероприятия были посвящены приближающимся праздникам. На мастерклассах участники научились красиво завязывать платки и палантины , и изготовили своими руками брошь из фетра. Дважды для благополучателей выступал фольклорный ансамбль "Сударыня" Стуловского дома культуры. Все мероприятия в клубе "Активное долголетие" заканчивались теплым чаепитием, где гости общались в дружной компании,</p>	
которая сложилась в ходе реализации проекта.	
<b>4.3. Недостатки, выявленные в ходе реализации проекта </b>	
<p>В ходе реализации проекта мы указали небольшие временные периоды проведения мероприятий, в которые не уложились, что привлекло к несовпадению Ключевых контрольных точек проекта и Календарного плана. В результате перехода организации на другой вид налогообложения , получилась экономия денежных средств по заработной плате , что тоже не было учтено в бюджете проекта. В результате пришлось вносить изменения в соглашение как по календарному плану, так и по бюджету проекта.</p>	
<b>4.4. Количество благополучателей проекта* </b>	
<b>Целевая группа</b>	<b>Количество, чел.</b>

<sup>2</sup> Информация размещается с сохранением орфографии и пунктуации грантополучателя на основании аналитического отчета за последний этап

Люди пожилого возраста имеющие инвалидность, состоящие на учете в ОО Слободское районное общество инвалидов.	50
<b>4.5. Количество добровольцев, участвующих в реализации проекта, чел.</b>	
4	
<b>4.6. Количество публикаций за весь срок осуществления проекта, шт.</b>	
49	
<b>4.7. Аудитория основной группы (страницы) организации в социальных сетях</b>	
<b>Ссылка на страницу</b>	<b>Количество подписчиков</b>
<a href="https://vk.com/club183617680">https://vk.com/club183617680</a>	135
<b>4.8. Объем средств, дополнительно привлеченных на реализацию проекта, руб. ☎</b>	
344502,50	
<b>4.9. Общие выводы по результатам реализации проекта, сведения об устойчивости продолжении деятельности, которая осуществлялась при реализации проекта ☎</b>	
<p>Проект «Море зовёт» был реализован в период с 4 сентября 2023 года по 31 августа 2024 года. Его цель заключалась в том, чтобы способствовать активному долголетию людей пожилого возраста с инвалидностью, повышая их физическую активность. Для достижения этой цели на базе Слободской центральной районной библиотеки был создан клуб «Активное долголетие», который объединил 50 участников проекта. Проект включал в себя два основных направления: физические занятия и тематические мероприятия. ### Физические занятия Основная часть физических занятий проходила в термально-оздоровительном комплексе «Море-парк» в городе Кирове. Поскольку ТОК находится в другом городе, для участников был организован трансфер. В течение 12 месяцев для 20 участников проекта было проведено 41 адаптивное занятие по суставной гимнастике в «Море Парке». После занятий участники наслаждались дыхательной гимнастикой в соляной парной, отдыхали в бассейне, пользовались различными видами гидромассажа и ходили по дорожке Кнейпа. ### Тематические занятия Параллельно с занятиями по суставной гимнастике было проведено шесть тематических уроков: 1. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний 2. Профилактика простудных и других заболеваний 3. Дыхательная гимнастика Цигун 4. Основы правильного питания в возрасте 60+ 5. Лекарственные травы — сбор, хранение и применение 6. Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата Девизом всех занятий стала фраза: «Предупредить любое заболевание значительно легче, чем лечить его!» ### Дополнительные мероприятия Помимо запланированных занятий, Слободская центральная районная библиотека, став партнёром проекта, организовала дополнительные тематические мероприятия и мастер-классы для участников клуба «Активное долголетие». Тематические мероприятия были посвящены приближающимся праздникам. На мастер-классах участники научились красиво завязывать платки и палантины, а также изготовили своими руками брошь из фетра. Дважды для благополучателей выступил фольклорный ансамбль «Сударыня» из Стуловского дома культуры. Все мероприятия в клубе «Активное долголетие» заканчивались тёплым чаепитием, где гости общались в дружной компании, которая сложилась в ходе реализации проекта. ### Итоги реализации проекта Итоги проекта были подведены через обратную связь с целевой группой. 50 человек пожилого возраста с инвалидностью, участники проекта, укрепили своё здоровье, повысили свою физическую активность, подружились, получили полезную информацию и положительные эмоции. Мы убеждены, что наш проект прошёл успешно. Благодаря слаженной работе команды проекта, наших партнёров и добровольцев, мы смогли достичь поставленных целей. Наш проект стал уникальным и первым в Слободском районе в своей области. Мы получили много положительных отзывов от благополучателей. В дальнейшем мы планируем продолжать работу в этом направлении, так как реабилитация людей с ограниченными возможностями является очень актуальной темой, особенно в отдалённых от областного центра районах. Проект обеспечил улучшение репутации организации, расширение сферы её влияния и установление новых партнёрских связей. Практический опыт, приобретённый в ходе проекта, позволит в будущем более эффективно управлять подобными инициативами. Для дальнейшего развития проекта мы будем продолжать сотрудничество с нашими партнёрами и участвовать в различных грантовых конкурсах.</p>	