

СОЦИАЛЬНОЕ  
ОБСЛУЖИВАНИЕ  
НАСЕЛЕНИЯРАСПРОСТРАНЯЕТСЯ  
БЕСПЛАТНО№ 4 (15)  
28 ДЕКАБРЯ 2020 Г.

ЗАТО АЛЕКСАНДРОВСК, ЗАТО ВИДЯЕВО, ЗАТО ЗАОЗЁРСК

# ПРОВОЖАЯ 2020...

Вот и подходит к концу еще один год, год творческих поисков, новых достижений, значимых побед... Давайте вместе перелистаем страницы уходящего 2020 года.

Несмотря на то, что этот год наполнен серьезными волнениями, ограничениями, связанными с распространением новой коронавирусной инфекции, нельзя не отметить, что трудности закалили, помогли почувствовать себя командой единомышленников, уверенней идти к цели.

В 2020 году, главной целью деятельности ГОАУСОН «Полярнинский комплексный центр социального обслуживания населения» (далее – «Центр») было повышение качества и уровня жизни населения, обеспечение всеобщей доступности социальных услуг, выполнение государственного задания, с которой мы успешно справились.

Да, пандемия наложила отпечаток на работу учреждения: с 27 марта по 7 сентября не работала группа для детей с особыми возможностями, но мы искали новые подходы и формы, чтоб семьи не чувствовали себя в одиночестве: появились услуги в дистанционном формате, проводились и транслировались театрализованные сюжеты, в онлайн-режиме проводилась оздоровительная гимнастика, широко использовали возможности сети Контакт и WhatsApp, дети, семьи и специалисты участвовали в различ-



*Фото из архива учреждения*

ных конкурсах и завоевывали победы.

В отделении социального обслуживания на дому работала «горячая линия», куда круглосуточно поступали звонки от нуждающихся граждан, которые сразу обрабатывались и социальными работниками совместно с волонтерами из учреждений культуры оказывалась необходимая помощь жителям ЗАТО Александровск, ЗАТО Видяево, ЗАТО Заозерск.

Назову самые яркие победы уходящего года: 2 место в региональном этапе конкурса профессионального мастерства «Лучший работник учреждения социального обслуживания» Селихова Елена Геннадьевна, специалист по социальной работе отделения социальной реабилитации несовершеннолетних, получен грант Всероссийского конкурса молодежных проектов среди физических лиц с проектом «Инклюзия через призму искусства», благодарственное письмо Фонда президентских грантов и Российский Союз Молодёжи и два диплома от имени Оргкомитета за содействие в распространении по-

ложительного опыта организации совместной творческой деятельности детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья и без ограничений в здоровье, благодарственное письмо лауреату регионального этапа Всероссийского конкурса «Семья года» в 2020 году в номинации «Лучшая творческая семья», почётная грамота и специальный приз филиала «СРЗ «НЕРПА» АО «ЦС «Звёздочка» коллективу в XXVI конкурсе детской и семейной рукописной книги «Время сочинять!» с рукописной книгой «Аллея славы», диплом во Всероссийском конкурсе волонтерских инициатив «Доброволец России – 2020», грамота за участие в фестивале для многодетных и приёмных семей «Семейная копилка» (семья специалиста Данильченко Г.Ф.), грантополучатели Комплекса мер по развитию технологий, альтернативных предоставлению услуг в стационарной форме социального обслуживания детям-инвалидам и детям с ограниченными возможностями здоровья на 2020-2021 годы (Мурманская область).

Продолжение на следующей странице

Для всех жителей на обслуживаемой территории имеется возможность узнать о нас и нашей работе через официальный сайт учреждения, группы в социальной сети Вконтакте: «ГОАУСОН «Полярнинский КЦСОН», «Социальная помощь в ЗАТО», «Группа дневного пребывания «Жемчужина», газету «Социальный вестник».

В 2020 году выпустили «Вестник самоизоляции» с интересными историями от обслуживаемых граждан в период пандемии, вели дистанционную рубрику «Пока все дома» о семьях с детьми-инвалида-

ми, находящимися на самоизоляции.

Для улучшения качества жизни пожилых граждан, несовершеннолетних, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, проведены социальные акции «Твори добро», «Собери ребенка в школу», «Подари Новый год детям!», «Подарок на дом», «Чистый дом», «С заботой о получателях».

Уверены, что наши резервы не исчерпаны. Опираясь на принципы сотрудничества, с радостью готовы делиться накопленным опытом, будем и дальше осваивать новые

технологии, предпринимать все возможные меры для совершенствования помощи нуждающимся людям!

Каждый новый день несет нам новые возможности, мы благодарны всем партнерам, благотворителям, добровольцам и просто неравнодушным гражданам, которые готовы вместе с нами помогать людям. Кто еще не реализовал свое желание подарить тепло своей души людям, или сам нуждается в помощи, приходите к нам.

*Директор*  
**Виктория НЕПЛЮЕВА**

## МЫ ВМЕСТЕ, А ЭТО ГЛАВНОЕ!

2020 год выдался, мягко говоря, непростым. Пандемия — вот ключевое событие, с которым каждый справлялся как мог. Группа дневного пребывания отделения социальной реабилитации несовершеннолетних ГОАУСОН «Полярнинский КЦСОН» не стала исключением. Хочется рассказать, как мы прожили этот особенный год с «особенными» детьми.

В марте воспитанников группы отправили на самоизоляцию в связи с пандемией COVID-19. Происходящее — это эмоциональное испытание, необычный опыт. В условиях коронавируса жить и работать пришлось по-новому. Всех участников социально – реабилитационного процесса - родителей, детей и специалистов по социальной работе, коснулись эти изменения, каждый из нас был вынужден приспособливаться и находить возможности поддерживать привычный ритм жизни. У многих родителей на повестке дня вопрос – чем занять ребенка дома в период карантина? Чтобы помочь семьям разнообразить домашний досуг и продолжить социальную реабилитацию, специалисты группы реализовали несколько направлений в режиме онлайн:

- Веселая - зарядка «Веселись, не ленись!» - ориентирована на актив-

ную деятельность, формирование основных двигательных навыков и получение положительного заряда эмоций;

- Рубрика «В гостях у сказки» - показ кукольного театра в онлайн – формате. Театр по своей природе близок к игре ребёнка, поэтому представляется одним из наиболее результативных способов развития, познания окружающего мира, учить общению;

- Творческие мастер – классы;

- Рубрика «Пока все дома». В стихотворной форме специалисты рассказывают, чем занимаются воспитанники вместе со своими семьями на домашнем режиме, опираясь на фотографии, присланные родителями.



2020-й год объявлен в России Годом памяти и славы, наша страна отмечает 75-летие Победы в Великой Отечественной войне. Мы не остались в стороне, организовали родителей, совместно с детьми принять участие в конкурсе чте-

цов, посвященных такому важному празднику. Семьи, воспитывающие детей-инвалидов, записали и прислали видеопоздравления ветеранам, тем самым присоединяясь к Всероссийскому флешмобу «Мы все равно скажем спасибо».



Победителями Областной дистанционной акции «Сидим дома», организованной в рамках партийного проекта «Крепкая семья», стали семьи Сафоновских и Поповых, рассказали о семейных традициях, которые наполняют их дом теплом.

11 сентября специалисты приняли детей после самоизоляции, но появились ограничения внутри ежедневной жизни группы. Нет выходов за пределы учреждения, третьим лицам посещения запрещены, совместные мероприятия с родителями и волонтерами проводятся только на улице. Кружковая деятельность переведена на дистанционную форму, с помощью онлайн конференции по Zoom.

Ежедневно измеряется температура тела ребенку и родителям, данные термометрии фиксируются в специальный журнал, весь персонал работает в перчатках и масках, чаще проводятся санитарные обработки, проветривания, обеззараживания воздуха, соблюдаются все санитарные предписания.

Несмотря на особый режим, специалисты стараются построить программу пребывания так, чтобы было интересно и полезно. Мы продолжаем предоставлять социальные услуги, реализовывать проекты, готовить новые, ждем наступление Нового года! Хочется отметить яркие события осени.

Семьи воспитанников группы участвовали в Фестивале семейных ценностей «Семейный альбом». Организатор мероприятия - Мурманский областной центр коренных малочисленных народов Севера и межнационального сотрудничества.

Наша творческая группа «Жемчужина» и ее участники (специалисты по социальной работе, воспитанни-



ки и их родители) стали многочисленными победителями различных областных, региональных конкурсов и фестивалей: Областной конкурс детского творчества «С любовью к маме», в рамках областного праздника, посвященного Дню матери России (диплом победителя), Областной дистанционный фотоконкурс «Тепло души моей...» (дипломы победителей и участников), Областной конкурс творчества для детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья «Кораблик надежды» (1 место, 3 место, специальный диплом «Мультишки»), Областной заочный конкурса для детей, подростков и молодежи с ограниченными возможностями

здоровья «Репортаж Победы» (2 и 3 место).

Вот мы и приблизились вплотную к концу этого насыщенного событиями 2020 года.

Мы работаем с «особыми» детьми. Они, как и обычные дети, стараются добиться успехов в том, что они делают. Они так же, как все мы побеждают и проигрывают, радуются и огорчаются, словом живут своей жизнью, со всеми радостями и горестями. Отличие их в одном – возможности их здоровья ограничены, и жить им, поэтому значительно труднее. Но мы вместе, а это главное!

*Автор*  
**Гульнара ДАНИЛЬЧЕНКО**

## ОКАЗАНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ ДЕТЯМ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ НА ВЫСОКОКАЧЕСТВЕННОМ УРОВНЕ

В 2020 году в Мурманской области Министерством труда и социального развития при финансовой поддержке Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, реализуется Комплекс мер по развитию технологий, альтернативных предоставлению услуг в стационарной форме социального обслуживания детям-инвалидам и детям с ограниченными возможностями здоровья на 2020-2021 годы.

Четыре проекта учреждения вошли в Комплекс мер.



В рамках реализации технологии «Домашний калейдоскоп» среди 13 семей, воспитывающих детей – инвалидов, состоящих на обслуживании в отделении социального обслуживания на дому граждан пожилого возраста и инвалидов, проведен мониторинг (анкетирование), направленный на выявление готовности семей войти в рабочую группу. С помощью социальных сетей и мессенджеров выработан и отрегулирован механизм коммуникативного взаимодействия с родителями, проведены первые онлайн – встречи, игровые занятия для оптимального подбора, индивидуально подходящего ребенку игрового пособия в соответствии с возрастом и ограничением жизнедеятельности (охвачено 10 семей, 10 детей-инвалидов). Подобранные пособия ис-

пользуются в игровой деятельности ребенка с родителем, социальным работником, специалистом, а также в повседневной деятельности в семье.

В рамках проекта «Школа по обучению родителей навыкам ухода и реабилитации детей, имеющих особенности в развитии, в домашних условиях» реализованы эффективные методики социально-средовой реабилитации и абилитации, социокультурной реабилитации и абилитации (охвачено 5 семей, 9 чел.), проведены мероприятия, направленные на формирование навыков самообслуживания, культурно-прикладных навыков и интересов детей с ОВЗ, создание условий для полноценного участия в досуговых мероприятиях и социокультурной деятельности.

Проект «Школа правовой грамотности» помог 20 родителям (законным представителям) детей-инвалидов получить базовые юридические знания в сфере реализации и защиты права детей-инвалидов и членов их семей через информационно-разъяснительную работу по вопросам социального обслуживания детей-инвалидов в период сохранения угрозы распространения на территории Мурманской области новой коронавирусной инфекции, информирование посредством WhatsApp о последних изменениях в законодательстве Российской Федерации, об обновленных сроках выплат мер социальной поддержки на 2020 год в ГОКУ «Снежногорский межрайонный ЦСПН»; участие во Всероссийском правовом (юридическом) диктанте для проверки знаний основ пра-

вовой грамотности. Мероприятия позволили родителям (законным представителям) повысить правовую грамотность в реализации прав детей-инвалидов.

Технологией «Созвездие» охвачены 12 детей-инвалидов вовлечены в занятия с психологом, которые направлены на оптимальную реализацию психического и социального потенциала, мобилизацию внутренних ресурсов детей-инвалидов для полной (по возможности) или частичной интеграции в общество. Посредством использования техник «Релаксация», «Музыкотерапия», «Изо-терапия», «Песочная терапия», дети смогли легче адаптироваться к пребыванию в отделении социальной реабилитации несовершеннолетних, снизилась тревожность, агрессивность, возбудимость. Психологом учреждения

проводится консультативная работа, индивидуальные личные встречи и беседы, онлайн-консультации посредством социальной сети "ВКонтакте", в группе «Мы вместе» WhatsApp (охвачены 12 родителей).

«Реализация мероприятий регионального Комплекса мер позволяет специалистам отделения социальной реабилитации несовершеннолетних оказывать социальные услуги детям с инвалидностью, внедрять новые технологии и формы работы с семьей. Внедрение новых программ и технологий продолжится в 2021 год, много интересного ожидает участников впереди», - отмечает директор учреждения Виктория Неплюева.

*Автор  
Юлия УШАКОВА*

## ТРАНСФОРМАЦИЯ И ВОССТАНОВЛЕНИЕ

Каждые полторы минуты в России происходит один инсульт, а за год жертвами инсульта в стране становится 450 тысяч человек. Около 70 % людей, выживших после инсульта, становятся инвалидами, а около трети из них нуждаются в своевременном уходе. Одна из причин этого - несвоевременное оказание помощи, которая необходима людям.



Повреждение и отмирание нервных клеток, которое происходит при инсульте, приводит к утрате и

ослаблению ряда функций в организме. Некоторые функции со временем восстанавливаются, другие же не удается нормализовать никогда. Большинство людей, перенесших инсульт, нуждаются в длительной реабилитации.

С марта 2020 года Щеглова Нина Николаевна является получателем социальных услуг в отделении социального обслуживания на дому граждан пожилого возраста и инвалидов ГОАУСОН «Полярнинский КЦСОН» (далее Центр). Женщина 4 года назад перенесла инсульт, в следствие которого перестала функционировать правая сторона тела. Проживала совместно с родственником. Восстановительные процедуры не производились, Нина Николаевна вела «лежачий» образ жизни. Должного ухода не было.

Органы опеки подобрали Нине Николаевне опекуна, Мусатова Александра Валерьевича, и началась новая жизнь. Александр обратился в Центр за помощью социального работника. В рамках реализации программы «Школа по уходу за гражданами пожилого

возраста и инвалидами» началась совместная работа по социальной адаптации обслуживаемой.

В квартире, которая принадлежит получателнице социальных услуг, был беспорядок и антисанитария, проживание в ней было невозможно. При совместной работе опекуна и социальных работников в жилом помещении проведена генеральная уборка и её дальнейшее обустройство для жизни. Закуплены необходимые предметы мебели и техника, появились комнатные растения, в квартире воцарил уют.

Переезд дался Нине Николаевне нелегко, ей пришлось учиться жить самостоятельно. Опекуны и социальный работник помогли ей понемногу привыкнуть к новым жизненным обстоятельствам. Ежедневные визиты сделали свое дело. Теперь пенсионерка может самостоятельно, конечно, не без помощи помощников, передвигаться по квартире, пока медленными, но уже почти уверенными шагами, ходить поливать цветы, ведь она их так любит, ухаживает за ними.

Ежедневно проводятся восстановительные процедуры, которые, мы надеемся, помогут в реабилитации. При посещении социальный работник изучает с Ниной Николаевной алфавит, цифры, дни недели, слова, которые она забыла после перене-

сенной болезни. С каждым днем прогресс становится все заметнее, женщина становится разговорчивее, самостоятельнее.

В преддверии Нового года мы желаем нашей героине здоровья и

скорейшего восстановления, чтобы и дальше радовать нас своими достижениями.

*Автор  
Людмила ШМОНИНА*

## • КВАРТАЛЬНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП •

### НАГРУДНЫЕ ЗНАКИ «ДЕТИ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ»

23 октября Заполярье отмечало свой День Победы - 76 летие освобождение Заполярья от немецких войск. Три долгих года в суровых условиях заполярной тундры наши солдаты сдерживали натиск сильного и опасного врага, рвавшего к Мурманску. Благодаря мужеству и самоотверженности тысяч солдат, матросов и всех жителей нашего Заполярного края, враг был остановлен на подступах к единственному незамерзающему порту и железной дороге, соединявших Мурман с центральными районами нашей страны.

В этот день мы скорбим о тех, кто отдал жизнь за то, чтобы мы жили свободно и счастливо на нашей земле. Мы благодарим тех, кто каждый год отыскивает и передает земле останки советских воинов, ждущие вечного упокоения среди скал и болот Кольского Заполярья. Мы низко кланяемся ветеранам – тем, кто

выжил и выстоял, кто прошел через окопный ад и победным маршем прошагал по Европе. Наш священный долг – хранить и передавать новым поколениям память о том великом подвиге!

В день 76-й годовщины освобождение Заполярья от немецких войск в регионе стартовало вручение нагрудных знаков «Дети Великой Отечественной войны». Первыми получили представители общественных организаций Мурманской области. Идея о нагрудном знаке принадлежит жительнице г. Полярный, члену МОО «Дети Великой Отечественной войны» Людмиле Армяниновой.

Социальные работники отделения социального обслуживания на дому граждан пожилого возраста и инвалидов городов ЗАТО Александровск стали причастными к вручению столь важной для целого



поколения регалии. Получатели социальных услуг, которые не смогли получить нагрудный знак лично в руки, смогли примерить его прямо на дому.

Выдача знаков осуществляется ГОКУ «Снежногорский межрайонный ЦСПН».

*Автор  
Виктория БРУЕВА*

### КУЛИНАРНЫЙ ЧЕЛЛЕНДЖ

В октябре самоизоляция участников социальных услуг отделения социального обслуживания на дому граждан пожилого возраста и инвалидов, совместно с фантазией социальных работников, позволила ввести в работу технологию с необычным названием «Кулинарный челлендж». Первопроходцем стала Мартынкевич Любовь Степановна со своим овощным рагу.

Как известно, челлендж – это вызов. Орехова Елизавета Викторовна решила, что рагу нельзя отвеживать

без вкуснейшего ржаного хлеба. Предлагаем вашему вниманию рецепт.

Для приготовления ароматного хлебushка потребуются следующие ингредиенты: Вода 260 мл., сливочное масло 1,5 чайной ложки, соль 1 ч.л., сахар 1 ст.л., ржаной солод 2 ч.л., ржаная мука 2 чашки, мука пшеничная 1,5 чашки, дрожжи сухие 1,5 ч.л.

Приготовление: Смешиваем все сухие ингредиенты - муку, соль, сахар и солод; добавить мягкое сли-

вочное масло, хорошо перемешать; дрожжи развести в воде и добавить в смесь, все тщательно вымесить; накрыть тесто и поместить в тепло, дать подняться; разогреть духовку до 180 градусов, поместить тесто в форму и выпекать хлеб до румяной корочки 1 час.

Хлеб по этому рецепту получается очень вкусный, ароматный, и хранится дольше, чем покупной.

*Автор  
Ксения ПРОШУТИНСКАЯ*

## ПОД ОТКРЫТЫМ ЗОНТИКОМ ДОБРА

13 ноября в отделении социальной реабилитации несовершеннолетних ГОАУСОН «Полярнинский КЦСОН» состоялось развлекательно-игровое мероприятие «Под открытым зонтиком добра», посвященное Всемирному дню доброты и подведению итогов XI Всероссийского форума «Вместе – ради детей! Ключевые программы партнерства».

Волонтеры «Дриады» в сказочных костюмах организовали и провели спортивные эстафеты, танцевальные конкурсы, хороводы на свежем воздухе. Конкурсы были очень красочными, веселыми и требовали от ребят слаженной работы.

В спортивной эстафете соревновались две команды «Ох» и «Ах», каждая состояла из воспитанников и специалистов отделения. Дети показали не только свою хорошую спортивную подготовку, но и умение стать единым коллективом на пути к общей цели. В первые минуты соревнований только что соз-



данные команды проявили себя как единый механизм, помогла этому и поддержка болельщиков. За участников болели кот Леопольд, Баба Яга, веселые скomorохи. Итогом состязаний стала ничья, то есть, как говорят, победила «дружба».

Развлекательная программа закончилась веселым хороводом, где все дружно танцевали и делились

друг с другом хорошим настроением.

Мероприятие проведено с исполнением всех требований безопасности в период распространения новой коронавирусной инфекции COVID-19.

*Автор  
Юлия УШАКОВА*

## ЗА ВСЕ ТЕБЯ БЛАГОДАРЮ!



Что самое важное для ребенка? Это, конечно, родной дом и мама, которая всегда пожалеет, прижмет и назовет самыми добрыми и нежными словами.

27 ноября в группе дневного пребывания отделения социальной реабилитации несовершеннолетних ГОАУСОН «Полярнинский КЦСОН» прошел замечательный праздник «За все тебя благодарю», приуроченный к Международному дню матери. В связи с постановлением Правительства Мурманской области от 18.08.2020г. № 593, наше мероприятие, к сожалению, прохо-

дило без наших дорогих мамочек.

Специалисты группы постарались создать атмосферу любви и доброты. Мама для детей самая лучшая, добрая и красивая. Чтобы порадовать любимую мамочку, ребята совместно со специалистами показали сценку «Потеряла мама дочку», которую они смогут увидеть в видеозаписи.

Каждая мама — это солнышко, которое пускает на землю яркие лучики, они дарят детям радость, тепло и счастье. Каждая мамочка согревает нас теплом своих рук. В нашей группе было свое солнышко, где каждый лучик характеризовал маму, а само солнышко было из улыбочивых фотографий наших мамул.

Какой праздник без стихотворения, наши ребятки исполнили трогательное стихотворение «Мама» с

помощью движения рук. Детям хотелось порадовать своих мам, и они очень старались.

Невозможно поспорить с тем, что это праздник вечности. Из поколения в поколение для каждого человека мама — самый главный человек в жизни. Поэтому нельзя не вспомнить сегодня и наших ласковых бабушек. Воспитанники с удовольствием исполнили танец под песню Вячеслава Добрынина «Бабушки - старушки».

В этот день каждая мама получила в подарок цветок выполненный детьми своими руками.

Дорогие мамы поздравляем вас с праздником и желаем, что бы ваши лучики счастья горели ярко и радовали вас каждый день своими талантами.

*Автор  
Гульнара ДАНИЛЬЧЕНКО*

## РЕАЛИЗАЦИЯ СОЦИАЛЬНОГО ПРОЕКТА «ИНКЛЮЗИЯ ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ ИСКУССТВА»

### ЗАПОЛЯРЬЕ ВОЕННЫХ ЛЕТ

23 октября в рамках социального проекта "Инклюзия через призму искусства" воспитанники отделения социальной реабилитации несовершеннолетних учреждения приняли участие в фотосессии "Заполярье военных лет", посвященной 76-й годовщине разгрома немецко-фашистских войск в Заполярье и Году памяти и славы в честь 75-летия Победы в Великой Отечественной войне.

Перед съемкой специалисты рассказали о великом празднике, который отмечается в октябре в Мурманской области. 76 лет назад наши деды одержали победу над фашистами в Заполярье. Каждый год в эти дни наш народ вспоминает грозные годы войны, чтит память павших. Хотя прошло 76 лет с этих дней, но время не властно над памятью людей разных поколений.

Первая фотосессия в студии прошла успешно.

Ребята вошли в роль отважных солдат и серьезных медсестер, поймали в кадр с различных ракурсов. Все присутствующие побывали и моделями, и фотограмами.



За время съемки дети с удовольствием проводили опыты с камерой, примеряли форму военного времени. Следующим этапом будет обработка фотографий, подбор фона, размещение в сети интернет.

*Автор*  
**Юлия УШАКОВА**

### С ЛЮБОВЬЮ, К МАМОЧКЕ

27 ноября в рамках социального проекта "Инклюзия через призму искусства" воспитанники отделения социальной реабилитации несовершеннолетних учреждения приняли участие в мастер-классе по фотоделу "Портретная съёмка. С любовью, к мамочке!", приуроченном ко Дню матери.



День Матери занимает особое место среди многочисленных праздников, отмечаемых в нашей стране. Ведь именно к этому празднику никто не может остаться равнодушным.

Юные фотографы ловили улыбки младших товарищей с забавными облачками, которые потом преобразовались в яркий солнечный коллаж, в центре которого солнышко, а солнышко – это наши мамы.



В продолжении мероприятия провели интересный эксперимент, который заключался в изготовлении магнитов для участников проекта. Яркие магниты ребята с удовольствием принесут домой и подарят мамам на праздник. Отличный подарок от детей!

*Автор*  
**Юлия УШАКОВА**

#РОСМОЛОДЕЖЬ #РОСМОЛГРАНТ #РЕСУРСЦЕНТР  
#ИНКЛЮЗИЯЧЕРЕЗПРИЗМУИСКУССТВА

## В СКАЗКУ ДОБРУЮ ЗОВЁМ

*Милосердие – вот наш девиз!  
Доброты ничего нет добрее,  
Без неё так безрадостна жизнь!*

Ежегодно 3 декабря во всем мире отмечается Международный День инвалида. Зачастую люди не привыкли задумываться о том, сколько много в мире живет людей с ограниченными возможностями и с какими проблемами ежедневно им приходится сталкиваться.

3 декабря в группе дневного пребывания отделения социальной реабилитации несовершеннолетних ГОАУСОН «Полярнинский КЦСОН» прошло развлекательное мероприятие «В сказку добрую зовём», приуроченное к такому важному празднику.

В мероприятии приняли участие воспитанники группы и маленькие друзья и волонтеры подготовительной группы «Умка» МБ ДОУ «ДС № 8 «Якорёк».

Волонтеры показали онлайн - сказку «Дружба зверей», спели песню о добре и дружбе, по видео передали поздравления к празднику и пожелали нам крепкого здоровья, выразили слова благодарности за многолетнюю дружбу. Для воспитанников группы ребята послали подарки - сюрпризы «Добро в тво-



их руках», приготовленные своими руками совместно с педагогами группы.

После получения поздравлений и подарков наши ребята совместно со специалистами показали сказку «Как Ёлочка друзей искала». Замечательная сказка о добре и дружбе, о том, что не важно, что ты умеешь, и чего нет, какого ты роста и какой ты зверёк, слабый или сильный, ведь перед природой все равны, что добро порождает добро, каждый должен оказывать помощь и поддержку нуждающемуся в этом человеку.

На этом сюрпризы для ребят не закончились, специалисты группы

сочинили и записали песню «Наша дружная семья», о нашей работе и наших замечательных воспитанниках!

В завершении развлекательного мероприятия все дружно станцевали под замечательную песню «Если друг не смеётся».

Как замечательно, что наши маленькие волонтеры растут чуткими и отзывчивыми людьми, осознанно совершая такие замечательные поступки, ведь каждый ребёнок особенный и все дети равны!

*Автор  
Наталья БОГДАНОВА*

## МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ ПРАВ ЧЕЛОВЕКА

10 декабря во всем мире отмечается Международный день прав человека. День прав человека установлен в 1950 году решением Генеральной Ассамблеи ООН спустя 2 года после принятия 10 декабря 1948 года Всеобщей декларации прав человека.

Социальные работники отделения социального обслуживания на дому граждан пожилого возраста и инвалидов ГОАУСОН «Полярнинский КЦСОН» г. Гаджиево в рамках реализации блока «Информационный гид» программы «Активное долголетие» подготовили и рас-

пространили буклеты о декларации прав человека среди получателей социальных услуг отделения.

С момента своего принятия Декларация переведена на более 500 языков, став самым переводимым документом в мире, и послужила ориентиром для конституций многих новых независимых государств и многих молодых демократий.

Декларация составлена представителями различных правовых и культурных систем из разных стран мира, поэтому в ней закреплены универсальные ценности и общая мера достижений всех народов и

всех стран. В Декларации провозглашаются равное достоинство и ценность каждого человека. Декларация и обязательства по соблюдению ее принципов, принятые государствами-участниками, позволили защитить достоинство миллионов людей и заложить основы для создания более справедливого мира.

*Авторы  
Наталья ЗАЕНЧКОВСКАЯ  
Ирина ПОДКОВЫРИНА  
Светлана НАБИУЛЛИНА*

## ВРЕМЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ

5 ноября в рамках мероприятий антинаркотической направленности среди несовершеннолетних, психологом учреждения ГОАУСОН «Полярнинский КЦСОН» Филон М.В. проведен тренинг «Время быть здоровым». Цель тренинга - расширить знания подростков о здоровье и здоровом образе жизни; способствовать формированию ценностного отношения к собственному здоровью; развивать ответственное поведение подростков. В ходе тренинга психолог содействовал сплочению группы, мотивировал участников на проявление положительных эмоций при обсуждении ассоциаций к слову «здоровье».

При выполнении упражнения «Скажи, что чувствуешь», ребята написали важные ассоциации к слову здоровье. Среди которых было «здоровье – это успех», «здоровье – красота», «здоровье – любовь», «здоровье – счастье», здоровье –



спорт». Наиболее повторяемый ответ «здоровье – это жизнь». Психолог раскрыла и отметила важность не только физического здоровья, но психического и социального.

Прослушав теоретический материал, ребята приступили к выполнению упражнения «модель здорового и нездорового человека». Прорисовывали не только анатомические особенности разных типов людей, но также и социальный статус, внешний вид, настроение и эмоции. Получились достаточно

наглядные макеты.

Завершающее упражнение тренинга «Стена вредных привычек». Психолог задала вопрос участникам: «Что мешает вести здоровый образ жизни? Какое поведение, действия, привычки?» Ребята написали на стикерах-кирпичиках свои ответы: «алкоголь», «курение», «наркотики», «образ жизни», «плохое окружение», и разместили их на стене, расположенной между моделью здорового и нездорового человека. На пути человека стоит стена из вредных привычек, и только от него зависит, обойдет он ее или нет.

На заключительный этап тренинга Филон М.В. озвучила ребятам притчу, мораль которой ребята вынесли сами: «Наше здоровье только в наших руках. И очень важно сделать правильный выбор, выбор в пользу здорового образа жизни. Ведь здоровье – самое главное в жизни».

## ТРЕНИНГ «КАК УПРАВЛЯТЬ СВОИМ СТРЕССОМ»

13 ноября среди воспитанников группы круглосуточного пребывания отделения социальной реабилитации несовершеннолетних ГОАУСОН «Полярнинский КЦСОН» психологом был проведен тренинг «Как управлять своим стрессом».

Стресс – ответная реакция организма на воздействие, требующее приспособления к изменениям среды.

Стресс – это воздействие не обязательно с негативным знаком. Стрессовыми могут оказаться и сильная радость, и волнение. Они становятся стрессовыми из-за своей силы, амплитуды воздействия на психику и организм человека в целом. А результатом воздействия стрессора может быть сильное огорчение, волнение. Для сохранения здоровья при воздействии стрессора организму потребуется дополнительная энергия. Воздействие стрессора приводит к мобилизации энергетических ресурсов.

ческих ресурсов.

В ходе тренинга ребята составили списки тех ситуаций и переживаний, которые можно оценить как стрессовые, а затем познакомились со способами снятия нервно-психического напряжения и усталости (управление дыханием, релаксация, воздействие словами, самоодобрение (самопоощрение), использование образов (визуализация), управление функциями психики с помощью концентрации внимания или воли (медитации).

Некоторые упражнения представлены в виде инфографики.

Наибольший отклик получило упражнение «Солнышко». Воспитанники с радостью давали положительную оценку друг другу.

Тренинг завершился медитаци-



онным упражнением «Тропический остров», в ходе которого ребята представили место, в котором тепло, красиво, хорошо и уютно. Отметили, что в тревожное время, мысленно будут возвращаться на остров, где испытали релаксирующие чувства.

## «ПРОФИЛАКТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ»

27 ноября в рамках проекта по профилактике профессионального и эмоционального выгорания сотрудников «Феникс» (автор: Сычёва Н.Н.) психологом Филон М.В. был проведен тренинг для персонала «Профилактика эмоционального выгорания».

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) определяет эмоциональное выгорание как синдром, возникший в результате хронического стресса на рабочем месте, который не был успешно преодолен. Профессиональный синдром эмоционального выгорания включен в 11-й пересмотренный вариант Международной классификации болезней.



Согласно социологическим исследованиям наиболее «выгораемые» профессии: учителя, воспитатели, медицинские и социальные работники, сотрудники финансовых организаций.

### Цели тренинга:

1. Профилактика психологического здоровья сотрудников.
2. Снижение уровня эмоционального выгорания сотрудников.
3. Повышение уровня сплоченности коллектива.

### Задачи тренинга:

1. Ознакомление сотрудников с приемами борьбы со стрессом и прокрастинацией.
2. Планирование посредством «мозгового штурма» мероприятий по профилактике эмоционального выгорания.

### Тренинг состоял из трёх частей:

Первая (вводная) направлена на знакомство, создание атмосферы доверия, доброжелательности и

принятия участниками тренинга друг друга.

Вторая (основная) направлена на поиск возможностей, индивидуальных мотиваторов и мероприятий в работе коллектива для снижения эмоционального напряжения, создания комфортной рабочей среды.

Третья (заключительная) – на знакомство с методами быстрого снятия стресса, эмоционального и физического напряжения, дыхательной и звуковой гимнастикой.

В ходе «мозгового штурма» все идеи были разделены на два типа: ++ - очень хорошая, оригинальная идея, + - неплохая идея. И по реализуемости идеи: РР – реально реализовать, ТР – трудно реализовать, НР – нереально реализовать.

Наибольший отклик вызвали идеи: в работе использовать технику Pomodoro, выполнять физические упражнения, уделять время хобби.

Завершился тренинг медитацией.

## ТРЕНИНГ «МОЙ ВЫБОР ЖИЗНЬ!»

2 декабря в рамках ширококомандной профилактической акции «Декада «SOS» специалистом по социальной работе Селиховой Е.Г. и психологом Филон М.В. учреждения ГОАУСОН «Полярнинский КЦСОН» среди несовершеннолетних был проведён тренинг «Мой выбор жизнь!»

Цель тренинга – привлечь внимание к проблеме наркомании, а также популяризовать здоровый образ жизни.

В ходе тренинга ребята назвали возможные причины, способствующие вовлечению в потребление ПАВ: почему люди начинают употреблять наркотики. Описали образ наркомана, его внешние характеристики и личностные качества. У потребителя наркотика нет будущего. Сил, энергии у него не хватит на учебу, работу. Он сможет добиться чего-либо, только прекра-

тив употреблять наркотики. Только окончание наркотизации позволит человеку подумать о своем будущем, планировать и реализовать задуманное. Одним из условий освобождения от наркотической зависимости является смена круга общения, изоляция от прежнего круга общения.

Участники тренинга отметили какие полезные привычки и поведение необходимо формировать для того, чтобы быть здоровым и свободным от разных зависимостей. Привычки записали на бумажных листочках и поместили на имитированное дерево, которое заиграло разными цветами и содержанием.

В ходе тренинга ребята пришли к следующим выводам:

- необходимо заниматься спортом,
- соблюдать режим сна и отдыха,
- правильно питаться,



- иметь хобби,

- восстанавливать состояние психологического равновесия помогает общение с родными, близкими людьми,

- улучшает настроение общение с природой, домашними животными.

Самая важная цитата, сформулированная участниками тренинга: «Чем больше распланирована жизнь и поставлено целей, которых необходимо достичь, тем более целенаправленным становится поведение человека».

## • СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ •

**«КУЛИНАРНЫЙ ЧЕЛЛЕНДЖ»**

**Цель:** Главной целью технологии стала нормализация пищевого поведения получателей социальных услуг ГОАУСОН «Полярнинский КЦСОН», путем трансляции собственного кулинарного опыта, обмена рецептами, пропаганды здорового питания с использованием современных мультимедийных платформ и Интернет-ресурсов для трансляции.

**Задачи:**

- Постепенный отказ граждан от потребления фаст-фуда и полуфабрикатов в пользу формирования навыка самостоятельного приготовления домашней пищи из натуральных, диетических и недорогих продуктов;
- Преодоление изоляции и сокращение социальной дистанции, путем общения через мессенджеры, обмена рецептами, обсуждения кулинарного опыта в чатах;
- Сохранение и передача семейного кулинарного опыта для укрепления межпоколенческих связей;
- Развитие новых видов обмена кулинарным опытом через Интернет-ресурсы, таких как видео мастер-класс, экспресс-рецепты на скорую руку и т.д.;
- Распространение агитационной литературы в области здорового питания и контроля хронических заболеваний, путем создания и распространения среди получателей социальных услуг буклетов и памяток о здоровом питании и профилактике болезней.

**Формы, методы технологии работы, используемые в представленной методической разработке**

Формат технологии носит характер вызова (Челлендж происходит от английского challenge, что в свою очередь переводится как «проблема, сложная задача, вызов») от одного гражданина к другому, что пробуждает соревновательный дух. В то же время участие в челлендже дает получателям социальных услуг чувство единства и общности. Что касается форм работы, тут используются все доступные гражданам ресурсы: для взаимодействия применяются различные мессенджеры и социальные сети. А для поиска идей и вдохновения используются сайты с кулинарными шоу и мастер-классами.

**Механизм реализации**

Подготовительный этап включает мониторинг актуальности формы работы среди граждан. Далее следует ознакомление граждан с сутью, целью и задачами технологии.

Первый этап состоит из выбора рецепта и его проверки на пригодность питания людьми с различными заболеваниями. Составляется список продуктов и происходит закупка продуктов.

Далее следует подготовка и механическая обработка продуктов (мытьё, чистка, нарезка и т.д.). Затем осуществляется приготовление выбранного блюда с выполнением пошагового фото и описание этапов приготовления, записываются советы и хитрости для приготовления блюда.

После приготовления рецепт оформляется в электронном виде, необходимое количество экземпляров распечатывается, и, затем распространяется среди остальных получателей социальных услуг с дублированием в электронном виде для граждан, являющихся уверенными пользователями персонального компьютера.

Второй этап заключается в самостоятельном приготовлении предложенного блюда гражданами, сбор отзывов и комментариев, дополнение рецепта своими идеями, модификация рецепта.

Завершающим этапом является вызов следующему получателю социальных услуг и выбор им следующего блюда.

**Ожидаемый результат и критерии оценки (расчёт на 10 человек)****Среди количественных результатов можно отметить:**

- Снижение процента граждан из числа участников, употребляющих фаст-фуд и полуфабрикаты на 90%;
- Рост количества граждан, готовящих самостоятельно на 80%;
- Освоение новых рецептов и положительный опыт приготовления блюд среди граждан на 80%;
- Улучшение самочувствия и пищеварения у 90% граждан;

**Среди качественных показателей преобладающими являются:** Повышение уровня знаний по вопросам здорового и диетического питания посредством регулярного распространения специализированной информации в форме буклетов, памяток и брошюр; Формирование тенденции к самостоятельному приготовлению пищи, разнообразному питанию и использованию рецептов, участвовавших в челлендже, на постоянной основе;

Дальнейшие результаты будут оцениваться путем постоянного мониторинга психофизического состояния получателей социальных услуг.

## • ВОЛОНТЕРЫ В НАШЕЙ ЖИЗНИ •

## СТАТЬ БЛАГОТВОРИТЕЛЕМ

Благотворительной деятельностью вправе беспрепятственно заниматься все граждане и организации. И порой мы даже не представляем, как это просто. А кто такой благотворитель? Спросите вы... По определению Владимира Даля, «благотворец, благотворитель – благодетель, благоподатель; творящий, делающий добро другим». (Вл. И. Даль. Толковый словарь живого великорусского языка. М., 1989).



Стать благотворителем действительно просто. Зачастую мы даже не задумываемся о том, что в роли благотворителя можем выступить мы сами, наши друзья и близкие; те, кто заинтересован в решении социальной проблемы; другие частные люди, которых мы смогли убедить; представители бизнеса, благотворительные фонды, сами некоммерческие организации и т. д..

К большому счастью, в нашем ЗАТО Александровск есть люди, которые всегда готовы помочь. Уже не первый год в преддверии Нового года нашему учреждению оказывают благотворительную помощь в приобретении новогодних подарков для воспитанников отделения социальной реабилитации несовершеннолетних, нуждающихся в особой заботе государства, АО «Кольское предприятие «ЭРА» в лице генерального директора Корзникова Андрея Николаевича и Филиал СРЗ "Нерпа" АО "ЦС "Звёздочка" в лице врио директора Шитухина Виктора Рудольфовича. Устроить детям праздник, зажечь искорки в их глазах - разве это не сказочное чудо?

Они дарят настоящую радость, восторг и хорошее настроение детям в преддверии новогодних и рождественских праздников.

Не остались без поздравлений обслуживающие граждане старшего поколения, которых работники отделения социального обслуживания на дому граждан пожилого возраста и инвалидов совместно с добровольцами - служащей Габидулиной Е.В. и шефами – женсоветом воинских частей, родителями детей и с воспитателем Коноваленко Т.Н. из группы «Божья коровка» ДООУ № 6 «Светлячок» г. Гаджиево поздравили с наступающим новым годом и вручили памятные подарки.

В канун уходящего года хочется отметить самые значительные добрые дела благотворителей для воспитанников отделения социальной реабилитации несовершеннолетних и граждан старшего поколения, для которых проводились социально-культурные и спортивно-игровые мероприятия с участием представителей волонтерского движения организаций разной ведомственной принадлежности: МБУМП «Центр гражданского и патриотического воспитания молодежи» (директор Соколенко Е.Б.), МБОУДО Дома детского творчества «Дриада» (Телегина И.Г., директор), местное отделение МРО-БОМСИ «РАДУГА» (руководитель Ключева Н.), общественные организации инвалидов ВОИ (Грещук Г.Н. председатель г.Снежногорск, Толстикова И.Б., председатель г. Полярный).

Когда столкнулись с проблемой коронавирусной эпидемии, весь центр был мобилизован на решение важных задач, возникающих в связи с этой ситуацией. Независимо от должностей все сотрудники работали на результат как единое звено, не считаясь со временем, оказывая необходимую помощь тем, кто в ней нуждался. Наш дружный, сплоченный коллектив силен вза-

имовыручкой, все относятся друг другу с пониманием, каким сумел его сплотить в единое целое директор нашего учреждения. В этот период в учреждении прибавилось количество участников корпоративного и семейного добровольчества. Вне рабочих обязанностей работники реализовывали социальную ответственность и выполняли свои обязательства перед обществом, помогая всем нуждающимся в социальной поддержке и социальном обслуживании.

Добровольческая поддержка была оказана при организации социальных акций «Твори добро», «Игрушка-радость детям», «Собери ребенка в школу», «Щедрый вторник», «Подари детям Новый год» и т.д., Добровольческий актив этих мероприятий составили участники волонтерских движений – МБУДО «Дом детского творчества им. С.А. Преминина» под руководством Блюм О.А., учащиеся и педагог-психолог Харитоненкова О.Б., МБОУ «СОШ № 276» г.Гаджиево, Горбачев К.А., Павлова М.В., Гайдай Е.И., Морова Н.В., ИП Семена О.В., ИП Гасанов П.С., Голишников Е.И. и неравнодушные местные жители.

Возвращаясь к понятию, «благотворитель» хочется сказать: «Благотворительностью заниматься легко и просто. Стоит сказать себе: «Хочу помогать людям!» и идеи для благотворительности сразу найдутся. Когда есть простой способ помочь нуждающимся, благотворителей становится намного больше, Главное, что возможность творить добро есть у многих людей. А это значит, что неравнодушных людей в мире больше.

В преддверии Нового года желаем вам всяческих благ, крепкого здоровья, процветания и побольше тепла на жизненном пути! С наступающим Новым годом!

*Автор  
Елена ПРИЛУКОВА*

## УТВЕРЖДЕН ПЕРЕЧЕНЬ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ ПРОДУКТОВ ЛЕЧЕБНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ-ИНВАЛИДОВ НА 2021 ГОД

Перечень специализированных продуктов лечебного питания теперь содержит 86 наименований (увеличен на 10 позиций по сравнению с перечнем 2020 года), в их числе специализированные жидкие и сухие смеси для зондового использования, необходимые детям с

орфанными заболеваниями. Их будут закупать за счет федерального бюджета и выдавать детям-инвалидам бесплатно по рецепту лечащего врача. С нового года в число бесплатных лечебных продуктов войдет, в частности, лечебное питание для детей с ацидезией и лейцино-

зом (болезнью "кленового сиропа"), увеличится список продуктов для больных муковисцидозом. Среди новых позиций – смеси Milupa MSUD, Milupa OS, Nutrien Standard, Nutrien Diabet." (Распоряжение Правительства РФ от 7 декабря 2020 г. № 3242-р).

## УТВЕРЖДЕНЫ ПРАВИЛА ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ "ПРЕЗИДЕНТСКОЙ" ВЫПЛАТЫ В РАЗМЕРЕ 5 ТЫС. РУБ. ДЕТЯМ ДО 8 ЛЕТ

Правительством РФ установлены правила осуществления выплаты в размере 5 тыс. руб. детям до 8 лет (постановление Правительства РФ от 17 декабря 2020 г. № 2141). Ранее Президент РФ Владимир Путин в своем указе постановил о назначении такой выплаты семьям с детьми до 8 лет на каждого ребенка.

Выплата в размере 5 тыс. руб. будет произведена одновременно гражданам РФ, являющимися родителями, опекунами, попечителями, усыновителями детей до 8 лет, имеющих гражданство РФ.

Тем гражданам, кто получал ранее единовременные выплаты в соответствии с Указами Президента РФ от 7 апреля 2020 г. № 249 и от 23 июня 2020 г. № 412, подавать заявления на получение настоящей выплаты не потребуется. ПФР осуществит ее на основании уже имеющихся в его распоряжении данных.

Тем, кто не получал выплаты на основании вышеназванных указов Президента РФ, могут обратиться в территориальные органы ПФР по месту жительства с заявлением о предоставлении выплаты до 1 апреля 2021 года. В случае изменения реквизитов счета гражданина также следует обратиться в ПФР с соответствующим заявлением. Также указанные заявления могут быть

поданы в форме электронного документа через портал госуслуг.

При подаче заявления в ПФР могут потребоваться следующие документы (или их копии, заверенные в надлежащем порядке): паспорт, документ, удостоверяющий полномочия представителя заявителя (в случае подачи заявления через представителя), а также документ о рождении ребенка, если он был выдан иностранным государством.



Выплату оформят на опекуна или попечителя в случае смерти матери, отца, объявления их умершими, лишения их родительских прав или при отмене усыновления ребенка. В таких случаях заявление следует подавать только непосредственно в территориальный орган ПФР.

В заявлении подлежат указанию данные заявителя, его статус, данные ребенка, адрес места жительства, СНИЛС заявителя, данные его паспорта, свидетельства о рождении ребенка, сведения о реквизитах счета, сведения об ответственности за недостоверность представленных данных.

В случае подачи заявления о предоставлении выплаты ПФР рассматривает его в срок не более 5 рабочих дней с даты регистрации, а заявление об изменении реквизитов счета – в срок не более 3 дней.

Предусмотрены основания для отказа (частичного отказа при указании сведений более чем об одном ребенке) в удовлетворении заявления:

- указание данных о ребенке, не соответствующих требованиям по возрасту ребенка, гражданству и по кругу лиц, включенных в перечень заявителей;

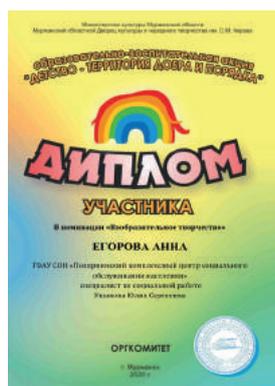
- лишение (ограничение) заявителя в его родительских правах в отношении ребенка (детей);

- смерть ребенка (детей), в связи с рождением которого возникло право на выплату;

- представление недостоверных сведений.

Перечисление выплаты будет произведено на банковский счет заявителя в срок не более 3 рабочих дней со дня принятия положительного решения о выплате. Если банковский счет недействителен, ПФР направит посредством портала госуслуг заявителю уведомление о необходимости актуализации сведений о реквизитах.

## • НАШИ ПОБЕДЫ И ДОСТИЖЕНИЯ •



## • ОКТЯБРЬ

- Диплом участника областного конкурса для людей старшего поколения «Спартакиада – 2020»
- Диплом участника областного конкурса среди юношей с ограниченными возможностями здоровья «Рыцарский турнир - 2020».
- Дипломы полуфиналистов IX премии Мира за добрые дела. Общероссийская молодёжная общественная организация «МИР»
- Диплом победителя за I место в VII Всероссийском творческом конкурсе «Пластилиновый мир» на Международном интернет – портале «Мастерилкино» и благодарность руководителю за подготовку и обеспечение участия воспитанника
- Дипломы участников открытого интернет-конкурса среди женщин элегантного возраста «Золотой возраст»
- Диплом за 1 место творческому коллективу «Жемчужина» в областном конкурсе творчества детей и подростков с ОВЗ «Кораблик надежды» в номинации «Оригинальный жанр». Министерство культуры Мурманской области. Мурманский областной Дворец культуры и народного творчества им. С.М. Кирова.
- Диплом за 3 место детскому коллективу «Инклюзия через призму искусства» в областном конкурсе творчества детей и подростков с ОВЗ «Кораблик надежды» в номинации «Театральное творчество».

## • НОЯБРЬ

- Спасибо за участие в Общественной акции взаимопомощи #МыВместе. Благодарность за помощь более 3 млн. людей и объединение страны в общественном деле победы над COVID -19
- Диплом II степени в номинации «Фотографии, посвящённые Всемирному дню доброты», категория «14 - 17 лет» за фотографию «Помощник садовых дел».
- Диплом III степени в номинации «Фотографии, посвящённые Всемирному дню доброты», категория «14 - 17 лет» за фотографию «Инклюзия через призму искусства».
- Диплом III степени в номинации «Фотографии, посвящённые Всемирному дню доброты», категория «10 - 13 лет» за фотографию «Красочные будни» и 4 диплома участников Областного дистанционного фотоконкурса «Тепло души моей...»
- Благодарность творческому коллективу «Жемчужина» за участие в VIII фестивале национальных культур «Край морошковый», большой вклад в сохранение и развитие традиционной национальной культуры народов России.
- Диплом группе дневного пребывания «Жемчужина» за победу в конкурсе поделок из природного материала «Осенняя фантазия» в номинации «Коллективная работа» и 3 диплома за I, II, III места среди воспитанников ГОАУСОН «Поляринский КЦСОН».

## • ДЕКАБРЬ

- Диплом за 4 место в V Всероссийском конкурсе методических разработок «Социальные инновации»
- Диплом лауреата областного конкурса детского творчества «С ЛЮБОВЬЮ К МАМЕ»
- Специальный диплом заочного конкурса «Деловая» МАМА.ru, в номинации «Самая трогательная СуперМА!»
- Дипломы участников Открытого районного онлайн фестиваля художественного творчества людей с ограниченными возможностями здоровья «Доброфест – 2020»
- Дипломы участников Муниципального фестиваля «Кораблик надежды» и муниципальной выставки живописи, графики и прикладного творчества детей-инвалидов «Краски всей России»
- Дипломы участников Открытого районного фестиваля творчества для людей с ограниченными возможностями здоровья "В лучах добра и красоты"

## ИГРАЕМ ПОКОЛЕНИЯМИ

Конец 2020 года оказался полным сюрпризом для получательницы социальных услуг отделения социального обслуживания на дому Васильевой Любовь Георгиевны. 19 декабря были подведены итоги регионального проекта «Игре все возрасты покорны», участницей которого была и Любовь Георгиевна. Проект направлен на сохранение и преемственность семейных традиций, выявление лучших форм и методов воспитания подрастающего поколения. У взрослых стоит

важная задача – научить и привить правильные ценности детям. Чаще всего для этого используется игра. В какие игры Вы играете со своими внуками, показываете ли игры своего детства, подвижные игры или создательные, какие истины и скрытые смыслы содержит игра? Так обратились организаторы к людям старшего поколения Мурманской области. И вот, по итогам работы жюри, Любовь Георгиевну признали одним из лауреатов проекта.



## ПРИСВОЕНИЕ ЗВАНИЯ ЛАУРЕАТА ПРЕМИИ «СЕМЕЙНАЯ РЕЛИКВИЯ»

Подведены итоги Национальной премии за вклад в сохранение и развитие семейного культурно-исторического наследия «Семейная реликвия»

Премия является формой общественного признания заслуг граждан, НКО, учреждений образования и культуры, физических и юридических лиц РФ в воспитании детей и молодежи на основе семейных, родовых духовных ценностей и традиций.

Учредителями и организаторами Премии являются Региональная общественная организация поддержки ветеранов военной службы «Офи-

церский клуб» и Общенациональный союз некоммерческих организаций. Партнерами в организации Премии являются - Центральный музей Великой Отечественной войны 1941-1945 гг. (Музей Победы), Фонд сохранения памяти полководцев Победы, Региональные Комитеты по выдвижению номинантов на присуждение Премии (далее Региональные комитеты), региональные соорганизаторы творческого конкурса детей и молодежи «Моя семейная реликвия» (далее Соорганизаторы) и другие.

Комитетом по присуждению Премии на основе оценок экспертов

принято решение о присвоении Ушаковой Юлии, специалисту по социальной работе ГОАУСОН "Полярнинский КЦСОН", члену молодежного совета при Главе ЗАТО Александровск, совета по реализации государственной молодежной политики при Губернаторе Мурманской области, звания лауреата Национальной премии за вклад в сохранение и развитие семейного культурно-исторического наследия «Семейная реликвия» в номинации «Семейные духовные ценности в средствах массовой информации». Поздравляем с этим почетным званием!

### • ПОЗДРАВЛЯЕМ С ЮБИЛЕЕМ •

#### НАШИ ОБСЛУЖИВАЕМЫЕ:

Кашкан Надежда Серафимовна  
Карагодина Валентина Степановна  
Кукушкина Галина Васильевна  
Ильина Клавдия Петровна  
Приходько Надежда Константиновна  
Музыченко Элеонора Викторовна  
Субботина Зинаида Петровна  
Щеголева Зоя Дмитриевна

#### НАШИ СОТРУДНИКИ:

Мешакина Анна Сергеевна  
Назлиева Елена Константиновна

Мы счастливы поздравить вас  
С прекрасной датой!  
С юбилеем!

И пожелать хотим сейчас,  
Чтоб стало на душе теплее  
Чтобы забота и любовь  
Всегда вас в жизни окружала,  
Чтоб позитивом вновь и вновь,  
Вам сердце счастьем наполняла!

## ПЕРЕЧЕНЬ ГОСУДАРСТВЕННЫХ УСЛУГ МИНИСТЕРСТВА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ, ПРЕДОСТАВЛЯЕМЫХ В МФЦ

1. Предоставление гражданам субсидий на оплату жилого помещения и коммунальных услуг.
2. Назначение ежемесячной денежной компенсации военнослужащим, гражданам, призванным на военные сборы, пенсионное обеспечение которых осуществляется Пенсионным фондом Российской Федерации, и членам их семей.
3. Предоставление ежемесячной денежной компенсации на приобретение продовольственных товаров отдельным категориям граждан, подвергшихся воздействию радиации.
4. Оформление и выдача удостоверений гражданам, получившим или перенесшим лучевую болезнь и другие заболевания, связанные с радиационным воздействием вследствие чернобыльской катастрофы или с работами по ликвидации последствий катастрофы на Чернобыльской АЭС; инвалидам вследствие чернобыльской катастрофы
5. Предоставление ежемесячной денежной компенсации возмещение вреда, причиненного здоровью, отдельным категориям граждан, подвергшихся воздействию радиации.
6. Определение права отдельных категорий граждан на выдачу (пополнение) единого социального проездного билета (в части приёма заявлений на изготовление транспортной карты и выдачи готовых карт).
7. Предоставление ежемесячной выплаты в связи с рождением первого ребенка.
8. Предоставление ежемесячной денежной выплаты при рождении первого ребенка до достижения им возраста полутора лет.
9. Рассмотрение заявлений на распоряжение средствами (частью средств) регионального материнского (семейного) капитала.
10. Назначение регионального единовременного пособия при рождении (усыновлении) одновременно двух и более детей.
11. Предоставление отдельным категориям граждан ежемесячных денежных выплат в виде региональной ежемесячной денежной выплаты и ежемесячной жилищно-коммунальной выплаты.
12. Предоставление неработающим пенсионерам региональной социальной доплаты к пенсии до величины прожиточного минимума.
13. Предоставление отдельным категориям собственников жилых помещений в многоквартирных домах компенсации расходов на уплату взноса на капитальный ремонт.
14. Назначение компенсации затрат, связанных с погребением реабилитированных лиц.
15. Возмещение расходов по установке квартирных телефонов реабилитированным лицам.
16. Предоставление региональной единовременной выплаты к Международному дню семьи лицам, награжденным орденом «Родительская слава», медалью ордена «Родительская слава», многодетным матерям, награжденным почетным знаком Мурманской области «Материнская слава».
17. Предоставление мер социальной поддержки по оплате жилого помещения и (или) коммунальных услуг в денежной форме отдельным категориям граждан.
18. Предоставление ежемесячной денежной выплаты на оплату жилого помещения и (или) коммунальных услуг специалистам, работающим в сельских населенных пунктах или поселках городского типа Мурманской области в государственных областных учреждениях, а также бывшим специалистам государственных областных и муниципальных учреждений.
19. Выплата ежемесячной денежной компенсации расходов на автомобильное топливо Героям Советского Союза, Героям Российской Федерации и полным кавалерам ордена Славы.
20. Предоставление компенсации расходов, связанных с приобретением протезно-ортопедических изделий отдельными категориями граждан, не являющихся инвалидами, но по медицинским показаниям нуждающихся в протезно-ортопедической помощи.
21. Принятие решения о предоставлении протезно-ортопедической помощи отдельным категориям граждан.
22. Возмещение расходов по оплате стоимости проезда инвалидам по зрению в Центр реабилитации слепых (г. Волоколамск) и обратно.

23. Возмещение расходов по оплате стоимости проезда детям-инвалидам по зрению и сопровождающим их лицам в школы-интернаты гг. Санкт-Петербурга, Петрозаводска, Мурманска.

24. Предоставление мер социальной поддержки в виде социальной услуги по изготовлению зубных ортопедических конструкций любой сложности в виде денежной выплаты.

| АДРЕСА МФЦ  | КОНТАКТНЫЙ ТЕЛЕФОН | САЙТ                   |
|---|--------------------|------------------------|
| г. Полярный,<br>ул. Душенова, д.13                  | 8(815-2) 567-201   | aleksandrovsk.mfc51.ru |
| г. Снежногорск,<br>ул. Победы, д.1/1                | 8(815-2) 567-202   | aleksandrovsk.mfc51.ru |
| г. Гаджиево,<br>ул. Гаджиева, д.60                  | 8(815-2) 567-203   | aleksandrovsk.mfc51.ru |
| ЗАТО пос. Видяево,<br>ул. Центральная, д.1          | 8(815-53) 5-61-62  | vidyaevo.mfc51.ru      |
| ЗАТО г. Заозерск,<br>ул. Ленинского Комсомола, д.18 | 8 (815-56) 3-11-22 | zaozersk.mfc51.ru      |

## СПОСОБЫ ПОДАЧИ ЗАЯВЛЕНИЯ НА СОЦИАЛЬНУЮ ПОДДЕРЖКУ\*

### ГОСУСЛУГИ

\* В ЗАВИСИМОСТИ ОТ НОРМ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВА

#### ЗАРЕГИСТРИРОВАТЬСЯ НА ПОРТАЛЕ ПРОСТО!

- 1 Зайдите и зарегистрируйтесь на gosuslugi.ru  
Для регистрации достаточно адреса электронной почты
- 2 Внесите ваши паспортные данные и СНИЛС  
Дождитесь проверки внесенных данных и получите доступ к базовым госуслугам.
- 3 Подтвердите учетную запись в ближайшем Центре обслуживания  
Выберите на портале удобный вам адрес, не забудьте взять паспорт и СНИЛС.
- 4 Начните пользоваться Госуслугами!  
Экономьте свое время, подавайте заявления онлайн и отслеживайте их статус в Личном кабинете.

#### ПРЕИМУЩЕСТВА

- 24 ЧАСА / 7 ДНЕЙ В НЕДЕЛЮ
- БЕЗ ОЧЕРЕДЕЙ
- ВОЗМОЖНОСТЬ ОТСЛЕЖИВАТЬ СОСТОЯНИЕ ЗАЯВЛЕНИЯ
- ОТСУТСТВИЕ НЕОБХОДИМОСТИ ЛИЧНОГО ПОСЕЩЕНИЯ УЧРЕЖДЕНИЯ
- ОГРАНИЧЕНИЕ ЛИЧНОГО КОНТАКТА С ГРАЖДАНАМИ

### госуслуги

Проще, чем кажется

подача документов в электронном виде



уведомление о принятом решении

### МФЦ

подача документов лично



уведомление о принятом решении

### ПОЧТА РОССИИ

отправка документов по почте



уведомление о принятом решении

### ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ НАСЕЛЕНИЯ

подача документов лично



уведомление о принятом решении

### ЦЕНТР СОЦИАЛЬНЫЙ ПОДДЕРЖКИ НАСЕЛЕНИЯ

(обработка документов, принятие решения о предоставлении (об отказе), осуществление выплаты)

## #СЕВЕРПОДОМАМ

| ГОРЯЧИЕ ЛИНИИ В МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ  | ТЕЛЕФОН   |
|---|---|
| Единый номер горячей линии по вопросам коронавирусной инфекции  | 8(800)222-51-00   |
| Доставка продуктов питания, предметов первой необходимости, лекарств на территории ЗАТО Александровск | 8(81551) 7-14-62, 8 (931) 805-25-26, (с 08.30 до 18.00) |
| Доставка продуктов питания, предметов первой необходимости, лекарств на территории ЗАТО Видяево       | 8-909-560-54-05, 8-909-560-57-99.                       |
| Доставка продуктов питания, предметов первой необходимости, лекарств на территории ЗАТО г.Заозёрск    | 8(81556) 3-14-77, 8 (921) 167-80-03 (с 10.00 до 18.00)  |

# ЧТО НАДО ЗНАТЬ О КОРОНАВИРУСЕ



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**КОРОНАВИРУС** – это возбудитель ОРВИ, при котором отмечается выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной и пищеварительной системами.

## Вирус передается



Воздушно-капельным путем при чихании и кашле



Контактным путем

## Как не допустить



Не выезжать в эпидемиологически неблагоприятные страны



Избегать посещения массовых мероприятий



Чаще мыть руки



Использовать медицинские маски

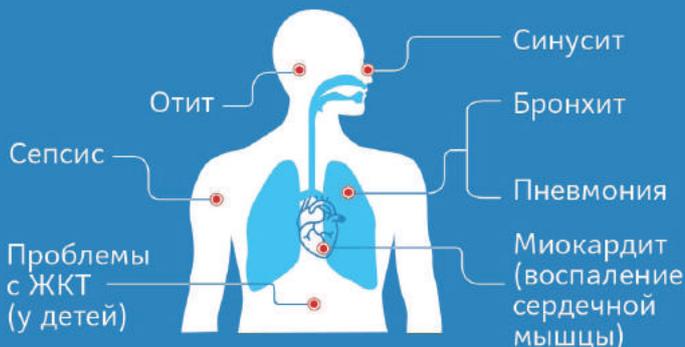


Избегать близкого контакта с людьми, у которых имеются симптомы заболевания

## Симптомы



## Осложнения



## Что делать, если...



Обратиться к врачу



Не заниматься самолечением

## • ДОСКА ОБЪЯВЛЕНИЙ •



В ГОАУСОН «Полярнинский КЦСОН» реализуется проект «Социальная парикмахерская на дому», где обслуживаемые граждане пожилого возраста и инвалиды, могут получить услуги парикмахера (стрижка, покраска, завивка волос, укладка) с выездом на дом. Данная услуга оказывается платно, в соответствии с утвержденными платными тарифами на дополнительные услуги.

**Парикмахерские услуги предоставляются  
только в г.Гаджиево и г.Полярный**

По возникшим вопросам оказания парикмахерских услуг можно обращаться по телефонам: **8(1551) 7-02-63**

## «ДОБРЫЙ ДЕНЬ» В СНЕЖНОГОРСКЕ!

**Уважаемые жители города Снежногорск!**

Центр социальной помощи «Добрый день» (далее «Центр») приглашает граждан пожилого возраста и инвалидов воспользоваться социальными услугами на дому.

Социальный работник помогает клиентам в получении всех льгот и видов материальной и натуральной помощи, систематически наблюдает за состоянием здоровья обслуживаемых и проводит мероприятия, направленные на профилактику обострений хронических заболеваний, оказывают психологическую помощь обслуживаемым и членам их семей.

Получателями социальных услуг являются граждане, признанные нуждающимися в социальном обслуживании на дому в случае, если существуют обстоятельства, которые ухудшают или могут ухудшить условия их жизнедеятельности:

- полная или частичная утрата способности, либо возможности осуществлять самообслуживание, самостоятельно передвигаться, обеспечивать основные жизненные потребности в силу заболевания, травмы, возраста или наличия инвалидности.

Подробную информацию об услугах вы можете узнать по телефону: **8(921) 281-44-76**

*Реальная помощь старшему поколению!*

*Центр социальной помощи «Добрый день»*

## ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПЛАТНЫЕ УСЛУГИ

Внимание всем!

Наше учреждение оказывает дополнительные платные услуги. С перечнем и ценами вы можете ознакомиться на нашем официальном сайте ([plkcsn.ru](http://plkcsn.ru)) в разделе «услуги» → «платные услуги».

Вы можете осуществить заказ по телефону: **8(81530)6-43-87**, с понедельника по пятницу с **09:00 до 17:00**.

Доставку лекарственных средств и прочих товаров аптечного ассортимента на дом для лиц с ограниченными возможностями осуществляет

ИП Киселёва Ольга Вячеславовна.

Обращаться по телефонам: **89537536820; 89522943153**

в будние дни после **20:00**, в выходные и праздничные дни после **19:00**.



## ПРИГЛАШАЕМ К ПУБЛИКАЦИИ В НАШЕЙ ГАЗЕТЕ!

Дорогие друзья и коллеги!

Приглашаем вас к публикации в ежеквартальной газете  
«Социальный вестник» ГОАУСОН «Полярнинский КЦСОН».

Мы ищем новые имена и новые творческие объединения, где бы они ни находились.

На рассмотрение принимаются статьи и фотографии от авторов, вне зависимости от возраста, от учреждений  
- не более двух публикаций. Деятельность Газеты носит некоммерческий характер.

Продукт имеет пометку «бесплатно».

### Основными целями газеты являются:

- обеспечение граждан, получателей социальных услуг достоверной и актуальной информацией о социальной жизни ЗАТО Александровск, ЗАТО п. Видяево, ЗАТО г. Заозёрск;
- содействие формированию общественного мнения в деятельности учреждений социального обслуживания населения, социальной активности, привитие нравственных, культурных ценностей и норм.

Если вы хотите попробовать свои силы в качестве журналиста, просим в срок до **15 марта 2021г.** направлять статьи и фотографии для следующего выпуска на адрес электронной почты [center@plkcsn.ru](mailto:center@plkcsn.ru) или в сообщения группы ВКонтакте <https://vk.com/plkcsn>.

*Редакция газеты*

|  |  |
|--|--|
|  <p><b>8-800-2000-122</b><br/>ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ<br/>ДЛЯ ПОДРОСТКОВ<br/>АНОНИМНО   БЕСПЛАТНО</p>   |    |
| <p><b>Директор:</b><br/>Неплюева Виктория Валентиновна<br/>8 (81530) 6-05-04</p> <p><b>Заместитель директора:</b><br/>Прилукова Елена Витальевна<br/>8 (81530) 6-12-50</p> <p><b>Зав. отделением:</b><br/>Прилуцкая Елена Владимировна<br/>8 (81530) 6-01-37<br/>Назлиева Елена Константиновна<br/>8 (81551) 7-14-62</p> <p><b>Над выпуском работали:</b><br/>Главный редактор Ушакова Юлия Сергеевна<br/>Компьютерная верстка Олюнин Денис Сергеевич<br/>8(81530) 6-43-87</p> | <p><b>График работы:</b><br/>Понедельник - Пятница с 09:00 до 17:00<br/>Выходные - Суббота, Воскресенье</p> <p><b>Наши адреса:</b><br/>184682 г. Снежногорск, ул. Мира 5/4;<br/>184650 г. Полярный, ул. Советская 1;<br/>184670 г. Гаджиево, ул. Ленина, д. 100, кабинет 203;<br/>184372 п. Видяево, ул. Центральная, д. 8, офис 203;<br/>184310 г. Заозёрск, ул. Матроса Рябина, д. 25.</p> |



Официальная группа учреждения:  
[vk.com/plkcsn](https://vk.com/plkcsn)

Социальная помощь в ЗАТО:  
[vk.com/club148091047](https://vk.com/club148091047)



Официальный сайт:  
[plkcsn.ru](http://plkcsn.ru)



Электронная почта:  
[center@plkcsn.ru](mailto:center@plkcsn.ru)