

АКЦИЯ «МЕЧТЫ НЕВИДИМЫХ СТАРИКОВ: ДОБРЫЕ СОСЕДИ»

МНОГО ЛИ СРЕДИ НАС ПОЖИЛЫХ СОСЕДЕЙ?

Кто-то скажет, что знает всех до одного, а кто-то удивится этому вопросу, потому что он их почти не видит. Но и те, и другие знают, что такое горы снега зимой, хлопоты по покупке продуктов и мелкие бытовые дела. Каждый хоть раз в жизни столкнулся с ситуацией, когда «лежишь пластом», а в доме нет нужной таблетки.

Наши пожилые соседи живут так каждый день. Они с трудом передвигаются по сугробам и льду, не выходят из дома в жару, у них нет сил принести на третий этаж что-то больше, чем батон и бутылка молока. Для них испытание дойти до поликлиники, и какими бы смелыми и активными они ни были в очередях к врачу, возможно, там они оставляют все свои силы.

Мы говорим, что у нас в городах и поселках все не так хорошо, как хотелось бы. Нам всем важно, чтобы жизнь становилась лучше. Мы ищем оптимизма в своих сердцах. Многие мы можем сделать уже сейчас. Для наших пожилых соседей, которыми скоро станем мы сами.

ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

С 20 апреля по 20 июня 2022 года Коалиция НКО «Забота рядом», общероссийский проект «Добрые соседи» и благотворительный фонд Елены и Геннадия Тимченко проводят акцию «Мечты невидимых стариков: добрые соседи».

Акция приурочена к Международному дню соседей, который отмечается 25 мая.

ЧТО МОГУТ СДЕЛАТЬ ДОБРЫЕ СОСЕДИ?

Найдите местных умельцев и помогите пожилым людям решить маленькие бытовые проблемы: починить кран или розетку, вернуть лампочки, покосить траву, обрезать деревья, заготовить дрова.

Помогите убраться в квартире.

Если пожилой человек не может выходить из квартиры, придите к нему в гости сами, заранее предупредив и попросив разрешения. Устройте чаепитие, расспросите о ярких моментах жизни, хобби, просто пообщайтесь.

Создайте команду единомышленников, кто захочет вместе с вами хотя бы один раз присоединиться к помощи пожилому одинокому соседу.

Придумайте и заложите традицию поздравления одиноких пожилых людей с днем рождения или другими праздниками. Соседи могут написать открытки и подарить цветы.

Распространите среди пожилых людей полезную информацию о безопасности, важности двигательной активности, простых упражнениях для здоровья и др.

Подумайте об организации Бюро добрых услуг, куда будут поступать просьбы от одиноких пожилых людей, и соседи могут помочь.

Станьте для пожилого человека другом для прогулок. «Движение – это жизнь» – не просто лозунг. А пожилые люди со временем все меньше и меньше выходят из дома, и это очень плохо влияет на их здоровье

Пригласите одиноких пожилых людей на мероприятие: концерт, День соседей, субботник. Будет здорово, если вы попросите их чем-то вам помочь: обзвонить соседей, испечь пирог, прочесть любимое стихотворение и др.

Вовлеките пожилых соседей в «телефонные цепи». Телефонные волонтеры смогут звонить 2-3 раза в неделю одиноким пожилым людям, просто общаясь и понимая какие есть проблемы и чем можно помочь.

Организуйтесь с соседями и свозите ваших пожилых соседей на спектакль или концерт. Большинство из них не были там очень давно и для них это будет очень яркое событие.

Создайте группу автоволонтеров (пусть даже из 3-х человек) и предложите пожилым людям помощь в посещении поликлиники или просто прогулке по парку или набережной.

Пригласите в партнеры организации вашего района. Библиотекари и волонтеры смогут доставлять книги на дом или читать их по телефону вслух. Школьники могут пригласить на мероприятия или пообщаться, узнав об истории страны через личную историю человека. Бизнесмены могут сделать подарки или оказать бесплатные услуги.

КОНТАКТЫ

Телефон: 8-927-266-80-00
(Олеся Мокеева, координатор
Коалиции НКО "Забота рядом")
Сайт: <https://silveragemap.ru/>

ГДЕ МОЖНО ПОСМОТРЕТЬ ПРАКТИКИ ОРГАНИЗАЦИЙ ПО СОСЕДСКОЙ ПОМОЩИ ПОЖИЛЫМ ЛЮДЯМ?

<https://b-krug.ru/lib/>

ЧТО ВАЖНО ПОМНИТЬ?

- Важна безопасность! Помните, навредить пожилому человеку, испугав его, не сложно. Но и помогающий человек должен знать об особенностях пожилых людей, которые могут быть депрессивны, агрессивны, обидчивы. При всех этих особенностях характера потребность в помощи у них все равно есть.
- По возможности, не подчеркивайте слабость пожилого человека. Это может его обидеть или унижить. Станьте ему другом.
- Не стесняйтесь просить пожилого соседа о простой помощи для других. Тогда он почувствует себя кому-то нужным.
- Главное – не стать вездесущим опекуном для слабого, а надежным другом для того, кто такой же, как мы. Просто мы пока моложе.

Принимайте участие в акции «Мечты невидимых стариков: добрые соседи». Фотографируйте, пишите о своих добрых делах в социальных сетях с хештегами

#заботарядом #добрые_соседи
#мечты_невидимых_стариков и отправляйте ссылки на ваши публикации на электронный адрес: zabotaryadom@gmail.com с темой письма «Добрые соседи».

Лучшие участники акции получают призы от Коалиции НКО «Забота рядом»!