



Мероприятия

Провели мастер — классы в рамках проекта #ЗдоровоеСтарение

11.10.2023 [admin](#) [Редактировать](#)

С 1 октября в рамках проекта «Здоровое старение» при поддержке ФПГ проходят мастер-классы по использованию оборудования для поддержки когнитивных функций, мелкой моторики, двигательной активности пожилых граждан:

- массажеры для рук
- массажный шарик Су-Джок
- массажеры для ног
- велотренажер для ног
- эспандер кистевой
- гантели
- ручной балансир восьмерка
- головоломка «Сложи квадрат»
- тренажер для развития межполушарных связей

Тренер-преподаватель Юлия Акимова знакомит участников проекта с правилами работы, способами использования оборудования, для запоминания разработаны буклеты. Занятия в рамках школы-ухода и мастер-классы будут проходить в течении всего проекта. Данные знания необходимы для новых участников проекта.



Всего 60 граждан пожилого возраста за 8 месяцев смогут воспользоваться оборудованием на безвозмездной основе, а социальные работники научат пожилых лиц выполнять физические упражнения в соответствии с возрастом и заболеванием.

Юлия Акимова, специалист по социальной работе