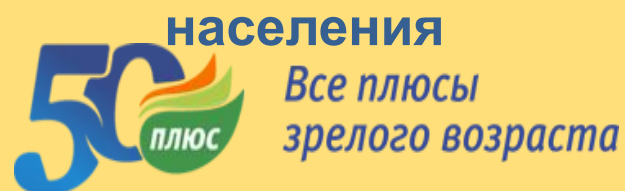


Администрация Владимирской области
Департамент социальной защиты



Стратегии активного долголетия

Бобченко Татьяна Григорьевна

Кандидат психологических наук, доцент

Доцент кафедры социальной педагогики и
психологии

Педагогического института
Владимирского государственного университета

Психолог «Владимирского областного
специального дома для ветеранов»



Долголетие – достижение человеком возраста, превышающего среднюю продолжительность жизни в популяции



Долгожителю – биологическая элита
(1:5000)

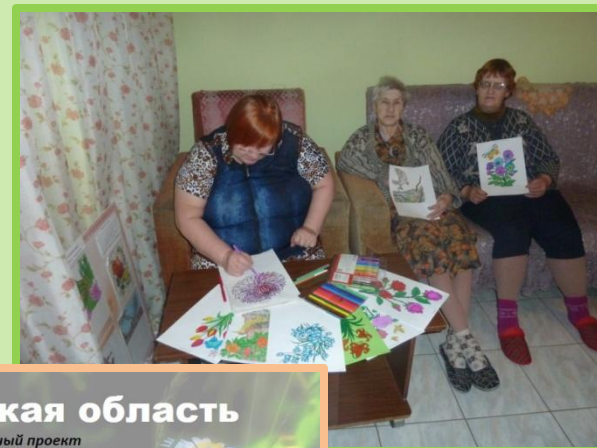
АКТИВНОСТЬ -

движения, действия, поступки человека,
направленные на удовлетворение его потребностей и
достижение цели



Активное долголетие –

сохранение способности человека на протяжении срока его жизни, особенно в старшем возрасте, самостоятельно организовывать свою жизнь и удовлетворять потребности.



Владимирская область
Социальный проект
«Через творчество к успеху»
/организация персональных выставок, публикация литературных произведений/
позволяет талантливым пожилым людям обрести уверенность в себе и найти почитателей и последователей.

Лапшин Ф.И.
Жизнь, как мгновение
стихи

Галина Титова-Дмитриева
Жизнь – краткое мгновение

Фёдор Егорович Лапшин
фронтовек, участник сражения на Курской дуге, гвардии сержант полковой разведки и очень талантливый человек. В сборник вошло 12 стихотворений

Татьяна Алексеевна Титова-Дмитриева
Пожилая, бухгалтер-финансист, всю жизнь имела дело с цифрами. К поэзии пришла с момента выхода на пенсию. Свободного времени стало больше. В сборник вошло 30 стихотворений

Стратегии активного долголетия–

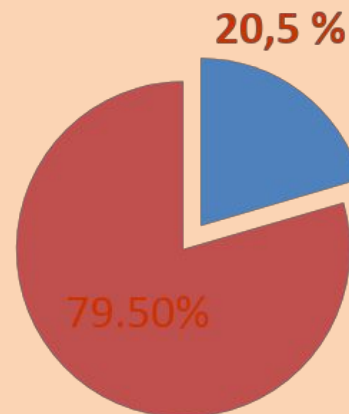
способы создания в обществе условий и действия самих людей, направленные на поддержку и сохранение активности человека старшего возраста, увеличение продолжительности и повышение качества его жизни, оказание помощи и поддержки тем, кто в них нуждается

1. Численность населения в возрасте старше трудоспособного в России увеличивается
2. Опыт людей старшего возраста, возможность интеллектуальной, социальной, творческой активности
3. Почитание старшего поколения – фактор долгожительства
4. Формирование у молодого поколения до

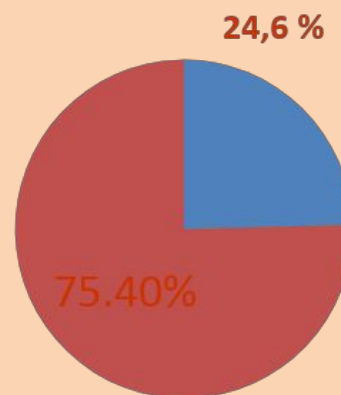
Численность населения в возрасте старше трудоспособного



Доля населения в возрасте старше трудоспособного



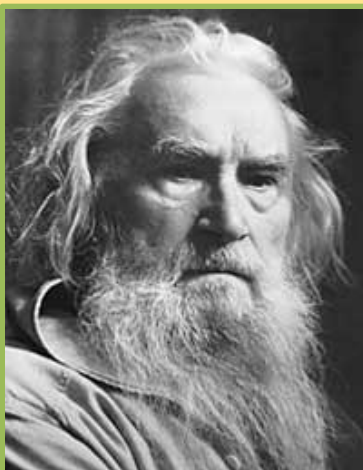
2006 год



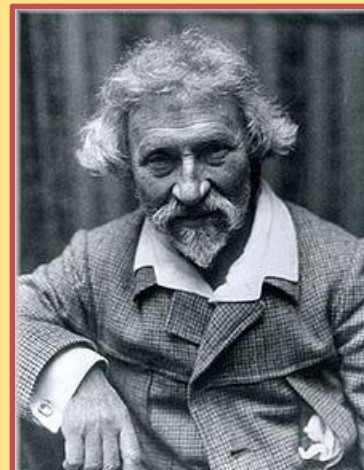
2016 год



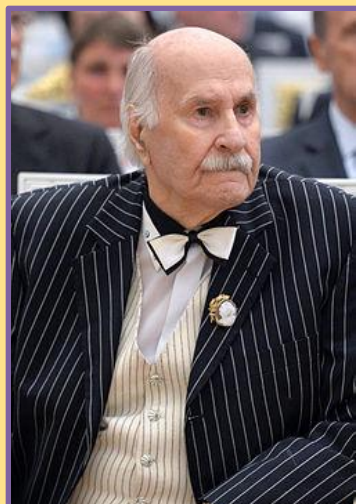
Яблочкина
Александра Александровна
(1866-1964) - 97 лет
актриса



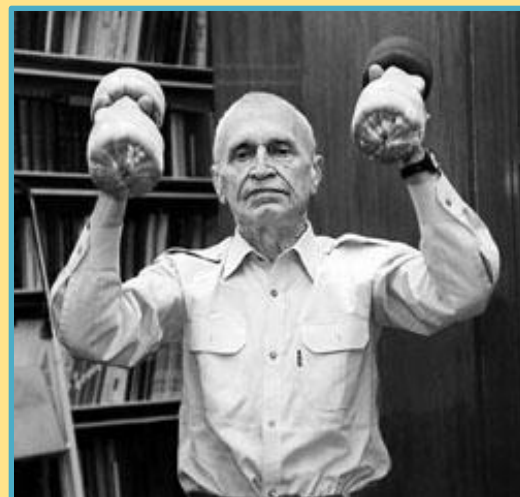
Коненков
Сергей Тимофеевич
(1874-1971) - 97 лет
скульптор



Репин
Илья Ефимович
(1844-1930) - 86 лет
художник-живописец



Зельдин
Владимир Михайлович
(1915-2016) - 101 год
актер



Амосов
Николай Михайлович
(1913-2002) – 89 лет
хирург

- Значимость денег,
- достаточный уровень доходов,
- финансовая безопасность

- Религия,
- вера,
- альтруистическое поведение,
- переживание ценности жизни

- Здоровье,
- риски и профилактика заболеваний,
- питание,
- физические упражнения,
- внешность.

• Активное долголетие

• Физическое

• Психологическое

• Когнитивное

• Социальное

• Духовное

• Материальное

- Готовность к переменам,
- положительные эмоции и отношения,
- новые впечатления,
- независимость

- Познавательная активность,
- обучение новому

- Отношения с близкими и друзьями,
- трудовая занятость,
- общественная активность,
- отдых и увлечения



**ЛАРИСА
РУБАЛЬСКАЯ**



*Не хочу я стареть, не хочу!
Говорят, что отлично я выгляжу!
Мне такое еще по плечу,
Что не всякая юная выдержит!
Я такое придумать могу,
Что другие мне просто...
завидуют!
Юность блеклая в вечном долгу –
Что я в ней, кроме скромности,
видела?
Кроме комплексов – что бы
надеть??
Ну, какие у нас были платица...
Не хочу и не буду стареть!
Так в судьбе я своей обозначила!
Погляжу на себя – хороша!
Три морщинки – подумаешь
трудности!
Голос юный, красотка – душа,
Ну, а в зеркале – вечные глупости!
Внучка – Лапочка рядом идет...
Незнакомые думают – мама – я!*