

**Муниципальное бюджетное учреждение культуры
Ангарского городского округа
«Централизованная библиотечная система»**

Проект
«Нам года – не беда, коль душа молода»
в рамках подпроекта «Активное долголетие»
областного проекта
«Библиотека для власти, общества, личности»
и проекта АГО «Наши золотые»

**Ангарск
2019**

**Проект «Нам года – не беда, коль душа молода»
в рамках подпроекта «Активное долголетие» областного
проекта «Библиотека для власти, общества, личности»
и проекта АГО «Наши золотые»**

Разработчик: МБУК «ЦБС».

Цель проекта: Поддержка и повышение качества жизни граждан старшего поколения.

Задачи проекта:

- 1) Пропаганда здорового образа жизни.
- 2) Улучшение качества жизни пожилых людей.
- 3) Организация досуга пожилых людей, а также раскрытие их творческих способностей путем организации и проведения разнообразных форм мероприятий, создания любительских объединений, клубов по интересам. Организация условий для занятий определенными видами искусства (рисование, поэзия, лепка и т.д.).

Целевая аудитория: пенсионеры.

Содержание работы:

I. Пропаганда здорового образа жизни

1) Организация и проведение в библиотеках тематических дней, включающих комплекс мероприятий: «День здоровья» (апрель), Всемирный день без табака (май) «День сердца» (29 сентября), День борьбы против диабета (14 ноября), День борьбы с бронхиальной астмой (11 декабря).

2) Организация и проведение лекций по профилактике здорового образа жизни в рамках соглашения с врачебно-физкультурным диспансером «Здоровье».

3) Организация работы лектория «Азбука здоровья»: вебинары ИОГУНБ им. Молчанова-Сибирского на базе ЦГБ и библиотеки №4.

4) Организация и проведение «часов здоровья» совместно с волонтерами Ангарского медицинского колледжа и ассоциацией «Байкальская федерация скандинавской ходьбы» (март – апрель, октябрь – ноябрь).

5) Проведение в рамках занятий клуба «Культура здоровья» (библиотека №6) лекций совместно с работниками медицинских учреждений.

II. Улучшение качества жизни пожилых людей

1) Реализация проекта «Компьютерная азбука».

Проект «Компьютерная азбука» состоит из 8 двухчасовых занятий и включает в себя обучение элементарным навыкам работы на компьютере – в операционной системе Windows, в программах Калькулятор, Paint, WordPad, в сети Интернет (см. Приложение №1).

Занятия проводятся по предварительной записи, с сентября по май. Группы набираются численностью не более 10 человек.

Занятия проходят:

| | | |
|---|-------------------------------------|---|
| 1 | Центральная городская библиотека | 17 микрорайон, дом 4 55-09-69 Харчикова Елена Евгеньевна |
| 2 | Библиотека №3 им. Л. Беспрозванного | 63 квартал, дом 3 52-22-34 Зайцева Татьяна Анатольевна |
| 3 | Библиотека №4 | 94 квартал, дом 8 53-29 -07 Петренко Татьяна Владимировна |
| 4 | Библиотека №6 | 8 микрорайон, дом 8 51-61-08 Иванова Татьяна Александровна |
| 5 | Библиотека №14 | Микрорайон Китой, ДК «Лесник» 65-60-01 Позяева Любовь Владимировна |

2) Оказание консультаций по работе на ПК, на портале Госуслуг, в социальных сетях, использованию различных прикладных программ, скайпа, мобильных приложений. Консультации можно получить в ЦГБ, библиотеках №№3, 4, 5, 6, 9, 10, 13, 14, 19, 20.

Занятия и консультации помогают пожилым людям адаптироваться в современном информационном мире.

III. Организация досуга пожилых людей, реализация их творческих возможностей

1) Проведение культурно-массовых просветительских мероприятий (в соответствии с планом работы библиотек на текущий год).

2) Проведение конкурсов («Преград.net», «Читающий город»).

3) Организация и проведение праздничных программ в Международный женский день, День Победы, День пожилых людей, День матери.

4) Организация и проведение ретровечеров-воспоминаний «От всей души»; «Год 1951»; «Год 1952»...

5) Работа воскресного кинозала «Книга+кино» (отдел «Абонемент» ЦГБ). Проведение показа фильма с презентацией книги, рассказом об актерах и режиссере и обсуждением фильма.

6) Работа лектория на базе центра «Русский музей: виртуальный филиал» (два раза в месяц проводятся беседы о художниках в соответствии с планом работы).

7) Организация и проведение культурно-массовых мероприятий для ОГБУСО «КЦСОН «Веста» в соответствии с планом работы.

8) Работа клубов по интересам.

В МБУК «ЦБС» для старшего поколения будут работать 15 клубов и объединение читателей «Звучащее слово». (Приложение №2)

Работа клубов проводится по трем направлениям:

- прикладное творчество
- культурный досуг
- образование

Работа клубов осуществляется в соответствии с планами работы библиотек.

**План мероприятий по реализации проекта
«Нам года – не беда, коль душа молода»**

| Задача №1. Пропаганда здорового образа жизни | | | | |
|---|---|------------|-------------------------|--|
| Дни здоровья | | | | |
| «День здоровья» | Комплексное мероприятие (консультации, беседы медиков, обзоры книг, электронных ресурсов, выставки, демонстрация видеороликов, раздача памяток) | Пенсионеры | Апрель | ЦГБ, библиотеки №№3, 4, 5 |
| «Всемирный день без табака» | Комплексное мероприятие | Пенсионеры | Май | ЦГБ |
| «День сердца» | Комплексное мероприятие | Пенсионеры | Сентябрь | ЦГБ, библиотека №19 |
| «День борьбы против диабета» | Комплексное мероприятие | Пенсионеры | Ноябрь | Библиотеки №№5, 20 |
| «День борьбы с бронхиальной астмой» | Комплексное мероприятие | Пенсионеры | Декабрь | Библиотека №13 |
| «Профилактика здорового образа жизни» | Цикл лекций специалистов лечебно-физкультурного диспансера «Здоровье» | Пенсионеры | 8 лекций в год | ЦГБ, библиотеки №№3, 4, 5, 6, 13, 14, 20 |
| «Азбука здоровья» | Цикл вебинаров ИОГУНБ им. Молчанова-Сибирского | Пенсионеры | В рамках плана ИОГУНБ | ЦГБ, библиотека №4 |
| «Культура здоровья» | Клуб при библиотеке | Пенсионеры | Еженедельно по субботам | Библиотека №6 |

| Часы здоровья | | | | |
|---|--|--------------------------------|-----------------|---|
| «Советы травника» – ко Всемирному дню здоровья | Час здоровья | Пенсионеры | Апрель | Библиотека №14 |
| «Чай – лекарь» | Час здоровья | Пенсионеры | Апрель | Библиотека №4 |
| «Движение – жизнь» | Час здоровья | Пенсионеры | Апрель | Библиотеки №№ 1, 3, 20 |
| «Целительные травы» | Экотурнир | Пенсионеры, клуб «Калейдоскоп» | Апрель | Библиотека №5 |
| Задача 2. Улучшение качества жизни пожилых людей | | | | |
| «Школа компьютерной грамотности» | Занятия, консультации по обучению работе на ПК | Пенсионеры | В течение года | ЦГБ, ЦДБ, библиотеки №№2, 3, 4, 6, 14. |
| Оказание консультаций по работе на ПК, на портале Госуслуг, в социальных сетях, использованию различных прикладных программ, скайпа, мобильных приложений | Консультации | Пенсионеры | В течение года | ЦГБ, библиотеки №№1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 10, 13, 14, 19, 20 |
| «ИКТ для жизни» (акция «Выходи в Интернет») | Цикл бесед-практикумов | Пенсионеры | 18-25 марта | ЦГБ, библиотеки №№1, 2, 3, 4, 5, 6, 13, 14, 19, 20 |
| «Преград.net» | Организация участия в конкурсе | Пенсионеры | Июнь – сентябрь | ЦГБ, библиотеки №№3, 4, 5, 20 |

Задача №3. Организация досуга пожилых людей, реализация их творческих возможностей

| | | | | |
|--|--------------------------------|------------|------------------|---------------------------|
| «Читающий город» | Организация участия в конкурсе | Пенсионеры | Февраль – ноябрь | Все библиотеки |
| Работа лектория на базе центра «Русский музей: виртуальный филиал» | Лекторий | Пенсионеры | В течение года | Отдел искусств ЦГБ |
| «Книга+кино» | Воскресный кинозал | Пенсионеры | В течение года | Отдел «Абонемент» ЦГБ |
| «От всей души» | Вечер воспоминаний | Пенсионеры | В течение года | ЦГБ, библиотека №1 |
| «Год 1951 (1952, 1953...)» | Цикл ретровечеров по годам | Пенсионеры | В течение года | ЦГБ, библиотеки №№3, 4, 5 |

Проведение праздничных программ

День пожилого человека

| | | | | |
|---|---|------------|-----------|---------------|
| «Осень жизни – время золотое...» (к Международному дню пожилых людей) | Литературно-музыкальный вечер | Пенсионеры | 1 октября | Библиотека №1 |
| «Душой молодые, сердцем золотые» (ко Дню пожилого человека) | Вечер-позитив | Пенсионеры | Октябрь | Библиотека №2 |
| «Серебряный возраст» (к Международному дню пожилых людей) | Праздничная программа в рамках проекта «Душу исцелит добро» | Пенсионеры | 5 октября | Библиотека №3 |
| «Для тех, кто годы не считает» (ко Дню пожилого человека) | Дружеские посиделки | Пенсионеры | Октябрь | Библиотека №5 |

| | | | | |
|--|--|--------------------------|-------------------|--------------------|
| «Обретая мастерство» (ко Дню пожилого человека и Декаде инвалидов) | Выставка-хобби | Пенсионеры | Октябрь – декабрь | Библиотека №5 |
| «Пусть осень жизни будет золотой» | Поздравительная открытка | Пенсионеры | 1 октября | Библиотека №6 |
| «Праздник осеннего возраста» (ко Дню пожилого человека) | Вечер отдыха | Пенсионеры | Сентябрь | Библиотека №13 |
| «Душой молодые, сердцем золотые» (ко Дню пожилого человека) | Вечер отдыха в рамках проекта «Душу исцелит добро» | Пенсионеры | Октябрь | Библиотека №14 |
| «Пусть будет теплой осень жизни» – ко Дню пожилого человека | Вечер отдыха | Пенсионеры | 4 октября | Библиотека №19 |
| День Победы | | | | |
| «Нет, не ушла война в забвенье» | Акция поздравления ветеранов | Ветераны | Май | Библиотека №2 |
| «И позвала Отчизна в бой...» – колесо истории, посвященное советским актерам-фронтовикам | Литературно-музыкальная гостиная | Ветераны, труженики тыла | Май | Библиотека №2 |
| «Спасибо за мир» | Праздничный вечер | Совет ветеранов ЖЭУ №8 | Май | Библиотека №4 |
| «Живая память, правда о войне» | Вечер памяти | Ветераны БКЦ «Туя» | 8 мая | Библиотека №6 |
| «Как просто быть солдатом...» (к 90-летию со дня рождения Булата Окуджавы) | Литературно-музыкальная композиция | Пенсионеры | Май | ЦГБ Отдел искусств |

| | | | | |
|---|---------------------------------|------------|-----------|----------------|
| «Засекреченный подвиг: сибирские дивизии в Великой войне» (ко Дню Победы) | Исторический час | Пенсионеры | Май | Библиотека №5 |
| День матери | | | | |
| «Мудрость материнской любви» | Вечер-благодарность | Пенсионеры | 22 ноября | Библиотека №19 |
| «Ожерелье из ласковых слов» | Вечер отдыха | Пенсионеры | Ноябрь | Библиотека №13 |
| «Мягкий свет улыбки доброй» (ко Дню матери) | Встреча в кругу друзей | Пенсионеры | Ноябрь | Библиотека №5 |
| «Единственной маме на свете» (ко Дню матери) | Праздничная программа | Пенсионеры | Ноябрь | Библиотека №14 |
| Международный женский день | | | | |
| «Милая, любимая, самая красивая» | Музыкальная гостиная, слайд-шоу | Пенсионеры | Март | Библиотека №14 |
| Проведение культурно-массовых просветительских мероприятий (в соответствии с планом работы библиотек на текущий год) | | | | |
| «И вновь душа поэзией полна» (к Всемирному дню поэзии) | Поэтический вечер | Пенсионеры | 21 марта | Библиотека №1 |
| «Весна поэзии полна» (к Всемирному дню поэзии) | Поэтический фреш | Пенсионеры | 21 марта | Библиотека №5 |
| «Вечер поэтического настроения» | Встреча с поэтами города | Пенсионеры | 21 марта | Библиотека №6 |
| «Изящной лирики перо» (ко Дню поэзии) | Встречи с китойскими поэтами | Пенсионеры | Март | Библиотека №14 |
| «Последняя звезда Серебряного века» (к 130-летию со дня рождения А. Н. Вертинского) | Литературно-музыкальный вечер | Пенсионеры | Апрель | Библиотека №14 |

| | | | | |
|---|--------------------------------------|--------------------------------|-----------|---------------------------|
| «Пасху радостно встречаем!» | Пасхальные посиделки | Клуб «Калейдоскоп», пенсионеры | Апрель | Библиотека №5 |
| «Планета Семья» (ко Дню семьи, любви и верности) | Конкурсно-развлекательная программа | Клуб «Калейдоскоп», пенсионеры | Июль | Библиотека №5 |
| «Я имею честь быть русской» (к 290-летию со дня рождения Екатерины Второй) | Исторический час | Пенсионеры | Май | Библиотека №4 |
| «Правовое поле пенсионера» | День информации | Пенсионеры | Октябрь | Отдел «Читальный зал» ЦГБ |
| «Закон в помощь пенсионеру» | Выставка - консультация | Пенсионеры | Октябрь | Отдел «Читальный зал» ЦГБ |
| «Права потребителей: изучаем, защищаем» 15 марта - День защиты прав потребителей | Выставка – совет | Все группы | Март | Отдел «Читальный зал» ЦГБ |
| «Экосумка вместо пакета» | Мастер-класс | Пенсионеры | Июнь | Библиотека №5 |
| «Легкой жизни не бывает» (к юбилею Ю. Бондарева) | Литературный час | Пенсионеры | Март | Библиотека №4 |
| «Мелодия как дождь случайный» | Литературно - музыкальная композиция | Пенсионеры | Май | Библиотека №4 |
| «Я родом вышла из войны» (к 95-летию Ю. Друниной) | Вечер-портрет | Пенсионеры | Май | Библиотека №19 |
| «В стране деревянных королей» | Шахматно-шашечный турнир | Пенсионеры | Декабрь | Библиотека №19 |
| «Пусть наша доброта согреет ваши души» | Литературно-музыкальная программа | Пенсионеры | 7 декабря | Библиотеки №3 |

| | | | | |
|--|--|------------|------------------|---------------------------|
| «Жить без улыбки – просто ошибка» | Развлекательная программа | Пенсионеры | Декабрь | Библиотека №13 |
| «Найти тропинку к сердцу» | Вечер | Пенсионеры | Декабрь | Библиотека №14 |
| «Подари свое сердце добру» | Час интересного общения | Пенсионеры | Декабрь | Библиотека №20 |
| «Иркутск купеческий» | Читательская тематическая экскурсия | Пенсионеры | Октябрь | Отдел «Абонемент» ЦГБ |
| «Когда душа с душою говорит» | Литературно-музыкальная композиция | Пенсионеры | Декабрь | Отдел краеведения ЦГБ |
| «Больше чем любовь»: Павел Филонов и Екатерина Серебрякова» | Караван историй | Пенсионеры | Февраль – ноябрь | Отдел искусств ЦГБ |
| «Ты и я» (о Юрии Визборе) | Творческий портрет | Пенсионеры | В течение года | Отдел искусств ЦГБ |
| Проведение мероприятий совместно с ОГБУСО «КЦСОН «Веста» (в рамках плана работы) | | | | |
| «Необыкновенный кросс» Леонида Гайдая» | Кинопанорама | Пенсионеры | 26 февраля | Отдел «Абонемент» ЦГБ |
| «Чтобы сказать много, надо мало говорить» | Литературный час к 100-летию Даниила Гранина | Пенсионеры | 19 марта | Отдел «Читальный зал» ЦГБ |
| «Киномарафон» | Викторина | Пенсионеры | Апрель | Библиотека №6 |
| «Музыка моей души» | Творческий вечер Ирины Липатниковой | Пенсионеры | Май | Отдел искусств ЦГБ |
| «Чай пьешь – здоровье бережешь» | Конкурс знатоков чая и дегустация чая | Пенсионеры | Июнь | Библиотека №4 |

| | | | | |
|--|---|------------|-----------|---|
| «Я родом не из детства – из войны» | Час поэзии. Юлия Друнина | Пенсионеры | Июль | Библиотека №1 |
| «Поэзия мир наделяет душой...» | Поэтическая встреча | Пенсионеры | Сентябрь | Библиотека №20 |
| «Пусть наша доброта согреет ваши души» | Литературно-музыкальная программа | Пенсионеры | 7 декабря | Библиотека №3 |
| Клубы по интересам | Работа в течение года в соответствии с расписанием и планом работы клубов | | | ЦГБ, библиотеки №№1, 2, 3, 4, 5, 6, 14, 19, 20 см. приложение |

Программа проекта «Компьютерная азбука»

Урок 1. Знакомство с компьютером (ноутбуком). Первый запуск. Компьютерная мышь и клавиатура. Рабочий стол. Окна. Файлы и папки. Программы: Калькулятор, Paint и WordPad. Сохранение файлов: рисунок и документ. Завершение работы.

Урок 2. Текстовая программа WordPad. Лента с вкладками инструментов. Создание документа, набор и форматирование текста (Заявление). Сохранение и печать документа. Создание папки и перемещение файлов в папку. Работа с флешкой. Копирование файлов (папок) с компьютера на флешку и с флешки на компьютер.

Урок 3. Интернет. Интернет-браузеры: Internet Explorer, Mozilla FireFox, Google Chrome, Яндекс, Opera. Сайты. Поиск сайта по адресу. Адресная строка браузера. Структура сайта. Инструменты браузера. Создание закладок. Поисковые системы Google, Rambler, Яндекс. Поисковая строка. Поисковый запрос. Поиск сайта по названию.

Урок 4. Повторение пройденного. Интернет-браузер Google Chrome. Поисковая система Яндекс. Поиск информации в разделах: Карты, Маркет, Переводчик, Картинки (сохранение изображений), Видео, Музыка. Поиск и копирование текстовой информации. Обзор сайтов: энциклопедии, справочники, самоучители по работе на ПК. Безопасный Интернет.

Урок 5. Интернет. Интернет-браузер Google Chrome. Поисковая система Яндекс. Новости. Погода. Обзор сайтов: официальные государственные, муниципальные, СМИ (Портал государственных услуг; «Президент России»; официальный сайт Ангарского городского округа; газет «Время», «Свеча», «Из рук в руки»; «Живой Ангарск» и др.). Регистрация на сайтах (создание аккаунтов) с целью отправки обращений, подачи объявлений и др. Электронная почта: создание, отправка, получение и удаление писем.

Урок 6. Интернет. Интернет-браузер Google Chrome. Поисковая система Яндекс. Обзор сайтов: театры, кинотеатры, дворцы культуры, музеи, филармонии, электронные библиотеки (в т.ч. ЛитРес). Сайты Ангарского водоканала и Иркутскэнергосбыта (вход в личный кабинет, передача показаний счетчиков). Интернет-запись на прием к врачу (Портал госуслуг).

Урок 7. Интернет. Интернет-браузер Google Chrome. Поисковая система Яндекс. Общение в Интернете. Социальные сети и блоги: Одноклассники, ВКонтакте, Facebook, Twitter, Instagram, Мой мир, Живой Журнал. Одноклассники: регистрация, поиск друзей, добавление фотографий, обмен сообщениями.

Урок 8. Интернет. Программа Skype: регистрация, поиск контактов, видеовызовы. Интернет-браузер Google Chrome. Поисковая система Яндекс. Обзор сайтов: развлечение и досуг (рукоделие, кулинария, садоводство, воспитание детей и др). Общение в Интернете.

Клубы по интересам МБУК «ЦБС»

| | | |
|--|--|--|
| Клуб «Палитра» | Объединение любителей искусства. Формы работы: встречи с музыкантами, литературно-музыкальные вечера, концерты, видеолектории | Центральная городская библиотека, отдел искусств, 18 мкр., дом 1, 65-25-42 Липатникова Ирина Федоровна |
| Литературно-художественный клуб «Кругозор» | Культурно-досуговый клуб. Формы работы: встречи с музыкантами, писателями, литературно-музыкальные вечера | Библиотека №1 им. В. А. Алексеева, 206 квл, д. 3, 54-50-80 Енущенко Валентина Петровна |
| Клуб «Дачная жизнь» | Клуб для садоводов и огородников. Форма работы: лекционные занятия | Библиотека №1 им. В. А. Алексеева, 206 квл, д. 3, 54-50-80 Енущенко Валентина Петровна |
| Клуб «Сибирячка» | Культурно-досуговый клуб. Проводятся литературно-музыкальные часы, исторические экскурсии | Библиотека №2, мкр. «Цементный», ул. Лесная, дом 7, 95-77-17 Долгушева Светлана Ивановна |
| Клуб «Радость творчества» | Прикладное творчество. Форма работы: мастер-классы, организация выставок членов клуба | Библиотека №3 им. Л. В. Беспрозванного. 63 квл, дом 3, 52-22-34 Зайцева Татьяна Анатольевна |

| | | |
|--|--|--|
| Клуб «Коллекционер» | Клуб объединяет людей разных возрастов, собирающих различные коллекции (марки, открытки, монеты, значки и другое). Формы работы: встречи, выставки | Библиотека №3 им. Л. В. Беспрозванного, 63 квл, дом 3, 52-22-34 Зайцева Татьяна Анатольевна |
| Клуб «Книголюб» | Создание клубного фонда библиотеки, обмен книгами, обсуждение книг | Библиотека №4, 94 квл, дом 8, 53-29 -07 Петренко Татьяна Владимировна |
| Клуб «Пульс» | Культурно-досуговая деятельность для людей пожилого возраста. Проводятся литературно-музыкальные часы | Библиотека №4, 94 квл, дом 8, 53-29-07 Петренко Татьяна Владимировна |
| Литературно-музыкальный клуб «Трилистник» | Культурно-досуговый клуб. Формы деятельности: встречи с писателями, музыкантами, презентации книг ангарских писателей | Библиотека №4, 94 квл, дом 8, 53-29-07 Петренко Татьяна Владимировна |
| Клуб «Рукодельница» | Досуговая и творческая деятельность. Формы работы: мастер-классы | Библиотека №6, 8 мкр., дом 8, 51-61-08 Иванова Татьяна Александровна |
| Клуб «Калейдоскоп» | Прикладное творчество. Форма работы: мастер-классы, организация выставок | Библиотека №5, 95 квартал, дом 12, 67-33-70 Понякова Ольга Николаевна |
| Клуб «Культура здоровья» | Продвижение здорового образа жизни для пожилых людей. Основная форма работы – лекционная совместно с медицинскими учреждениями города | Библиотека №6 8 мкр., дом 8, 51-61-08 Иванова Татьяна Александровна |

| | | |
|--------------------------------------|---|--|
| Клуб «Общение» | Культурно-досуговый клуб для пенсионеров. | Библиотека №6 8 мкр., дом 8, 51-61-08 Иванова Татьяна Александровна |
| Клуб «Кудесница» | Досуговая и творческая деятельность для пожилых и детей. Основными формами деятельности являются мастер-классы, литературно-музыкальные вечера | Библиотека №14 мкр. Китой, ДК «Лесник», 65-60-01 Позяева Любовь Владимировна |
| Клуб «Радость общения» | Досуговый для людей пожилого возраста. | Библиотека №19 п. Мегет, кв. 1, дом 36, 8 (3952) 49-23-33 Хамбикова Елена Павловна |
| Клуб семейного чтения «Родник» | Все группы населения, развитие семейного чтения, интеллектуальная и досуговая деятельность. Основными формами деятельности клуба являются: вечера, дни семейного чтения, часы информации, мастер-классы, конкурсы | Библиотека №20, 7 мкр., д. 17, 55-57-14 Минулина Юлия Михайловна |
| Клуб для пожилых людей «Вдохновение» | Досуговый для людей пожилого возраста. Основными формами деятельности клуба являются литературно-музыкальные вечера | Библиотека №20, 7 мкр., д. 17, 55-57-14 Минулина Юлия Михайловна |