

Региональное отделение Общероссийской общественной организации инвалидов «Российская диабетическая ассоциация» в городе Южно-Сахалинск ведет свою работу уже 38 лет.

В 2002 году совместно с областной библиотекой был создан клуб «Клюковка». Цель—создание благоприятной среды для общения, творческой деятельности, получения полезной и актуальной информации, участия в общественной жизни города и области, как средство возвращения больных диабетом к нормальной жизни в пределах возможности.

Общество имеет важнейшую реабилитационную функцию, даёт возможность людям, страдающим тяжёлой болезнью, не чувствовать себя оторванными от жизни, вовлекая их в активную социальную и творческую деятельность. Именно эти цели — поддержка физического состояния и душевной гармонии.

За последнее время особое внимание уделяется мероприятиям в рамках программы «Активное долголетие». Приоритетным направлением программы является путь к активному здоровому образу жизни пожилых граждан. Об актуальности этой тематики для самих членов диабетической ассоциации говорит рост числа его участников 2019 -29 чел., 2020 – 50 чел., 2021 – 65 чел., на I полугодие 2022 – 70 чел.).

Мероприятия по активизации и популяризации здорового образа жизни проходят как в пассивном формате информационно-

просветительских бесед, так и в форме активных соревнований, где члены общества демонстрируют свою непосредственную физическую подготовку.

Так и в первую очередь, тем, кто впервые столкнулся с этим заболеванием, особенно запомнилась беседа с психологом «Жить в согласии с самим собой», состоявшаяся в День пожилого человека.

Такого рода мероприятия проходят на регулярной основе в цикле бесед и лекций на тему активного здорового образа жизни под названием «Будьте здоровы». В работе данной лектория принимают участие специалисты медицинских, социальных и образовательных учреждений, где проходят встречи с врачами различной специализации, которые в режиме реального времени могут ответить на вопросы и предоставить иную полезную информацию в рамках своего профиля.

Встречи с психологами, оказывают огромное влияние на эмоциональное состояние. Благодаря таким мероприятиям, направленным прежде всего на укрепление психического здоровья пожилых людей, повышается уровень их психологической адаптации.

Мероприятия в активном формате пользуются также большой популярностью. Экскурсионные выезды, участие в городских спортивных мероприятиях помогают в развитии физических возможностей, отвлечению от личных проблем, выработке

позитивной установки, а также создают возможности для полноценного общения, установления социальных контактов, апробации социальных ролей, получения поддержки.

Благодаря специализированному транспорту СахОУНБ, члены клуба «Клюковка» приняли участие в массовом соревновании по подледному лову "Сахалинский лёд", который прошёл уже в 10-ый раз на реке Найба. В ходе поездки маломобильные граждане узнали историю возникновения данного турнира, а на льду смогли испытать рыбацкую удачу и продемонстрировать свои творческие способности в большой игровой программе.

Для любителей рукодельного творчества в различных техниках реализуется цикл мероприятий «Краски жизни через творчество», направленных на создание условий для творческого самовыражения и реализации способностей в данном направлении. Именно рукодельное творчество стимулирует мелкую моторику, активизирует работу мозга и оказывает положительное влияние на все познавательные процессы. Это, в свою очередь, выступает профилактикой различных тяжелых заболеваний.

С 2015 года в рамках работы клуба проходят мастер-классы «Мастерская подарков», активное участие в которых традиционно принимают народные мастера и волонтеры библиотеки. Результатом такой деятельности, который, безусловно, вдохновляет участников клуба на создание новых изделий,

являются выставки их творческих работ. Пример этому - участие в ежегодном Городском фестивале художественного творчества инвалидов «Мы разные, но мы вместе!». Организатором фестиваля является МБУ городской Дом культуры «Родина».

С 2020 года в Сахалинской областной универсальной научной библиотеке регулярно проходят выставки картин членов диабетического клуба «Клюковка». Среди них работы Нины Вечкановой «Мелодии моей души».

В Сахалинской областной универсальной научной библиотеке, так же собираются творческие люди, которые имеют потребность в реализации собственных способностей к поэзии и музыке. Они делятся с единомышленниками частичкой своей души, находящей выражение в стихах, песнях. Примечательно, что они принимают активное участие в мероприятиях и творческих проектах СахОУНБ. А народный вокальный ансамбль «Надежда», в состав которого входят «клюковки», приобрел почитателей и прочно занял место в культурной жизни Южно-Сахалинска.

Председатель регионального отделения
ОООИ «Российская Диабетическая Ассоциация»
по Сахалинской области

Утарас Н.И.

