



ИНТЕГРАЦИЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ В ИНТЕРНЕТ- ПРОСТРАНСТВО

НАДЕЖДА ЗЕБЗЕЕВА,

заведующий социально-реабилитационным отделением для граждан пожилого возраста и инвалидов КГБУ СО «КЦСОН «Северный»

Команда пенсионеров Красноярского края стала бронзовым призером XI Всероссийского чемпионата по компьютерному многоборью среди участников от Сибирского федерального округа.

Наш регион представляли четыре победителя краевого этапа в номинациях «Начинающий пользователь» и «Уверенный пользователь». Двое из них, Галина Ермоленко и Иван Ковтун, в свое время изучали азы компьютерной грамотности в Комплексном центре социального обслуживания «Северный».



ИРИНА КОВТУН,

социальный педагог КГБУ СО «КЦСОН «Северный»

Сегодня невозможно представить жизнь без компьютера и интернета. Для одних это возможность работать удаленно, для других – приятное времяпрепровождение, для третьих – безграничное общение в социальных сетях. А ведь эти достижения информационной индустрии способны принести новые эмоции и в жизнь пожилых людей, подарить им радость от новых знаний, знакомств, впечатлений.

Человек старше 65 лет, или, как сейчас принято говорить, 65+, тоже имеет круг своих интересов, стремление к познанию. Предложите бабушке или дедушке освоить интернет – и они обязательно найдут в нем массу полезного. Кто-то по рецепту в сети приготовит блюдо с другого континента, кто-то откроет для себя новый способ ловить рыбу, а кто-то просто будет в курсе всех новостей, что тоже актуально в этом возрасте.

Психологи убеждены: пенсионеры, которым удалось «обуздать» виртуальный мир, идут по жизни более уверенно и реже страдают от одиночества. Ведь интернет позволяет возобновить старую дружбу (одноклассники, однокурсники, сослуживцы, бывшие соседи), завести новых друзей, обрести единомышленников. Правда, для этого потребуется сначала ку-

пить подходящий компьютер (далее – ПК), подобрать клавиатуру, например, с большими кнопками, что удобно для слабовидящих и людей с ДЦП. И конечно, освоить азы компьютерной грамотности.

В Красноярском крае такие курсы действуют в рамках регионального проекта «Старшее поколение» национального проекта «Демография». Местом их проведения являются филиалы Красноярского краевого народного университета «Активное долголетие» и учреждений социального обслуживания населения, в числе которых и КГБУ СО «КЦСОН «Северный» (далее – Центр).

На протяжении нескольких лет мы обучаем инвалидов и пожилых граждан города Енисейска и Енисейского района компьютерной и финансовой грамотности, для них также организован интернет-клуб.

Курсы «Пользователь ПК» направлены на улучшение качества жизни, социализацию и продление активного долголетия возрастной категории получателей услуг через повышение их мотивации к обучению, стимулирование социальной и трудовой активности, расширение доступа к образовательным программам, адаптированным для пожилых.

С 2013 ГОДА КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ ПРИНИМАЕТ УЧАСТИЕ ВО ВСЕРОССИЙСКОМ ЧЕМПИОНАТЕ ПО КОМПЬЮТЕРНОМУ МНОГОБОРЬЮ СРЕДИ ПЕНСИОНЕРОВ.

В 2014 ГОДУ КОМАНДА РЕГИОНА ЗАНЯЛА I МЕСТО, В 2019-М СТАЛА БРОНЗОВЫМ ПРИЗЕРОМ. В 2018 И 2020 ГОДАХ ПЕНСИОНЕРЫ КРАЯ БЫЛИ ПЕРВЫМИ СРЕДИ КОМАНД СИБИРСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА.



Полученные навыки пенсионеры закрепляют в интернет-клубе. Здесь на лекциях, тренингах, практических занятиях специалисты Центра дают им актуальные знания, показывают, как, например, использовать ресурсы интернета для трудоустройства, решения других насущных вопросов, как работать с сайтом «Госуслуги» (записаться к врачу, подать документы на меры социальной поддержки, прочее) и другими порталами. В рамках обучения были проведены онлайн-трансляции лекций с возможностью обратной связи, оказавшиеся очень востребованными в период пандемии.

Выпускники курсов и участники клуба постоянно совершенствуют свои навыки владения ПК и всемирной компьютерной сетью и демонстрируют достигнутые результаты на конкурсах и чемпионатах.

Так, только в текущем году трое получателей услуг Центра вышли на 3-й этап регионального чемпионата по компьютерному многоборью, где вместе с другими финалистами соревновались в умении работать на смартфоне, в поисковой системе «Яндекс», на знание информационной безопасности. Двое из них, Галина Ермоленко и Иван Ковтун, стали призерами чемпионата в номинации «Начинающий пользователь», заняв I и II места соответственно.

Иван Ковтун, призер краевого этапа XI Всероссийского чемпионата по компьютерному многоборью среди пенсионеров:

– Мне 73 года, но, несмотря на возраст, я веду активный образ жизни, преподаю художественную резьбу по дереву в Детской школе искусств Енисейска, сейчас активно осваиваю компьютерную грамотность. Знание современных коммуникаций и умение пользоваться интернетом очень помогают мне в творческой деятельности.

Нередко при подготовке к выставке или изданию буклета требуется отправить по электронной почте или через WhatsApp, Viber, другие мессенджеры изображения своих работ. Раньше все время приходилось обращаться к кому-нибудь за помощью, а теперь это и многое другое я могу сделать самостоятельно.

Галина Ермоленко и Иван Ковтун, вместе с победителями в другой номинации – «Уверенный пользователь» – Валентиной Зайцевой из Ужурского района и Владимиром Гайдуковым из Зеленогорска, вошли в команду Красноярского края, представляющую наш регион на XI Всероссийском чемпионате по компьютерному многоборью среди пенсионеров. Это мероприятие, как и в прошлом году, проходило в онлайн-формате, но количество участников возросло – 286 человек из 77 регионов России и 11 стран мира. Представители Красноярья заняли третье место среди команд Сибирского федерального округа, получив памятные сертификаты и подарки.

Опыт нашего учреждения и успешное выступление пожилых пользователей ПК на чемпионатах разного уровня показывает, что в обучении компьютерной грамотности необходим системный подход и возможность получить ответы, разъяснения по непонятным моментам. Поэтому самостоятельное изучение ПК пенсионерами гораздо менее эффективно, чем курсы, разработанные с учетом особенностей восприятия людей старшего поколения и проводимые опытными преподавателями.

КГБУ СО «КЦСОН «Северный» регулярно ведет набор желающих освоить интернет-пространство. Мы рады научить возрастных получателей услуг чему-то новому и помочь им использовать компьютерные технологии для улучшения качества своей жизни.

*Фотографии предоставлены
КГБУ СО «КЦСОН «Северный»*

**КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ «КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ «СЕВЕРНЫЙ»**

ДИРЕКТОР Колесникова Елена Романовна
Тел. 8 (39195) 2-30-41
mbukcson.ru