

# АНАЛИТИЧЕСКИЙ ОТЧЕТ

## о мероприятиях социальной программы

**«Мысли ясно – живи ярко»**

наименование социальной программы

**ОО «РЕНКАСО»**

наименование Получателя

Размер (сумма) субсидий: **592 138,20 руб.**

Сроки реализации программы: **01.07.2025 – 19.12.2025**

Отчетный период: **III-IV кварталы 2025 г.**

**Попова Мария Александровна**

ФИО руководителя социальной программы

тел. 89107813530, эл. адрес [popova@renkaso.ru](mailto:popova@renkaso.ru)

Контактные данные



г. Смоленск

## 1. Описание содержания деятельности по социальной программе за отчетный период

Проект «Мысли ясно – живи ярко» направлен на сохранение памяти и профилактику когнитивных расстройств у лиц пожилого возраста. Проект предназначен для подопечных ОО «РЕНКАСО» в возрасте 60 лет и старше, желающих поддержать свою умственную, физическую и социальную активность. Проект был рассчитан на участие не менее 80 человек, в том числе 30 маломобильных подопечных в Смоленске и Смоленской области. На 19 декабря 2025 года в Проекте приняли участие 88 человек. ОО «РЕНКАСО» с 1993 года оказывает благотворительную социальную помощь людям пожилого возраста. В процессе своей работы сотрудники нашей организации: координаторы службы патронажа, патронажные работники и волонтеры сталкиваются с признаками старения подопечных, выраженными в нарушении когнитивных функций. Расстройства когнитивных функций нарушают бытовую и социальную деятельность, снижают качество жизни, и, как следствие, приводят к зависимости от окружающих. Проблемой когнитивных расстройств у подопечных наша организация занимается с 2018 года путем реализации следующих проектов: «Как запомнить, чтобы не забыть» (реализован в 2018 году) и «Сохранение памяти» (действует с 2019 года по н.в.). Ресурс организации позволил привлечь в программу «Сохранение памяти» 18 смолян старше 80 лет для индивидуальных занятий, а также обучить специалиста работе в данном направлении. Проанализировав результаты работы Программы, профессиональные возможности команды, потребности подопечных, мы убедились в необходимости нового проекта с большим охватом благополучателей. Проект «Мысли ясно – живи ярко» позволил расширить деятельность организации в направлении сохранения когнитивных способностей смолян – членов организации.

Среди подопечных организации, которые нуждаются в помощи, выделяется отдельная группа маломобильных граждан, не имеющих физической возможности посещать очные занятия. Для них в рамках социальной программы были организованы еженедельные онлайн-встречи (смартфоны были закуплены за счет средств организации, мобильная связь также оплачивается организацией). В ходе анализа анкетных данных была выявлена значительная разнородность в уровне когнитивных способностей среди участников целевой группы. Для обеспечения эффективности усвоения материала и соблюдения принципа индивидуального подхода, было принято решение о разделении общей группы на две подгруппы. В связи с этим общее количество проведенных онлайн-занятий увеличилось вдвое по сравнению с первоначальным планом. Это позволило обеспечить качественное вовлечение всех участников.

Кроме того, такой формат позволил присоединиться к Проекту участникам не только из г. Смоленска, но и из Смоленского, Рославльского, Монастырщинского, Починковского и Ельнинского районов Смоленской области.

В отдельные периоды из-за нестабильной интернет-связи заметно снижалось число онлайн-подключений участников Программы. Чтобы не потерять вовлеченность аудитории, в особенности участников из районов Смоленской области, и обеспечить равный доступ к мероприятиям Проекта был организован выездной очный семинар за счет собственных средств организации. Семинар состоялся 10-11 декабря и собрал 48 представителей старшего поколения из Рославля, Монастырщины и Смоленска. В рамках семинара были успешно проведены рабочие сессии, направленные на сохранение когнитивных способностей участников.

В рамках Проекта проведена работа по следующим направлениям:

- лекции о способах поддержания физического и умственного здоровья с приглашенными специалистами (с онлайн трансляцией для группы маломобильных участников);
- групповые занятия по сохранению памяти, настольные игры, нейробика, когнитивные тренинги, в том числе для онлайн-групп;
- арт-терапия и творческие занятия ( в том числе, рисование, лепка, развитие мелкой моторики. сказкотерапия, музыкотерапия, нейрографика);

- театральные упражнения (чтение по ролям, постановка сценок, упражнения на мимику и речь);
- оздоровительная гимнастика и йога для пожилых (с онлайн трансляцией для группы маломобильных участников);
- работа с гаджетами (когнитивные онлайн тренажеры);
- письменные практики (ведение дневника, написание воспоминаний, писем);
- волонтерская деятельность. Осуществление проектной деятельности проводилось преимущественно в г. Смоленске в офисе ООО «РЕНКАСО», а также онлайн с привлечением участников, проживающих в г. Рославле, пгт. Монастырщина, г. Починок, г. Ельне.

2. Обзор (описание) проведенных за отчетный период мероприятий (запланированных сроков в заявке календарному плану), фактические сроки выполнения)

№	Наименование мероприятия	Запланированная дата реализации мероприятия	Фактические сроки	Описание ожидаемого результата	Итог мероприятия (качественный результат)
1	Оценка когнитивных способностей	01.07.2025 – 31.07.2025	Июль 2025	Анкетирование, тестирование, интервьюирование участников для включения в Проект и разработки индивидуальных	В результате диагностики у участников Проекта выявлены признаки когнитивного снижения разной степени, характерные для возрастной группы 60+. На момент диагностики участникам рекомендовались регуляторные занятия для поддержания и развития когнитивной активности, используя специальные методики тренировок. После проведения анализа полученных результатов возникла объективная необходимость разделения участников на малые группы с учетом уровня их когнитивных способностей.
2	Установочные встречи руководителя Проекта с командой для подготовки, корректировки и проведения комплекса мероприятий через различные формы социальной активности, направление на профилактику и смягчение когнитивных нарушений	01.07.2025 – 31.07.2025	Июль 2025	Выработка окончательного плана работы и, как следствие, успешная его реализация.	На встречах были согласованы общие цели и показатели эффективности, распределены роли в команде, утверждены финальный набор форматов мероприятий, а также скорректирован календарный план реализации Проекта. Как итог двух встреч: команда понимает свои задачи, сроки и ожидаемые результаты. Проект готов к запуску операционной деятельности.

3	Онлайн-встречи по направлению "Сохранение памяти" (24 занятия)	01.07.2025 - 19.12.2025	В течение всего Проекта	Снижение тревожности и социальной изоляции, повышение уровня сохранения уровня когнитивных способностей участников. Не менее 30 уникальных участников онлайн-встреч.	К онлайн-встречам подключались 55 уникальных участников, из которых 80% подключались регулярно. Участники были разделены на две малые группы, в каждой из которых были проведены по 25 онлайн-встреч, то есть всего 50 занятий. Как результат таких онлайн-встреч можно отметить следующие результаты: участники освоили и применяют на практике 8-10 конкретных техник по улучшению памяти, логики и внимания; пожилые люди повысили свою цифровую грамотность, уверенно пользуются платформой для видео встреч, чатами для общения; участники отмечают, что стали легче запоминать списки покупок, имена, номера телефонов, лучше концентрироваться на задачах; занятия стали ожидаемым и радостным событием в недельном расписании, источником положительных эмоций; осознали важность регулярных «зарядок для ума» и получили инструменты для самостоятельных занятий, в том числе распечатки с заданиями. Считаем, что нами было создано стабильное онлайн-сообщество единомышленников, где участники общаются и поддерживают друг друга. Итоговое тестирование зафиксировало положительный сдвиг в результатах стандартных когнитивных скринингов у значительной части группы.
4	Очные встречи по направлению "Сохранение памяти" (24 занятия)	01.07.2025 - 19.12.2025	В течение всего Проекта	Повышение или сохранение уровня когнитивных способностей участников, расширение круга общения пожилых людей и укрепление социальных связей, снижение тревожности. Не менее 50 уникальных участников встреч.	Очные занятия и встречи по направлению «Сохранение памяти» посетили 50 уникальных участников. Из них постоянными членами групп направления «Сохранение памяти» стали 40 участников. Всего были проведены 29 занятий по указанной тематике. Как результат таких встреч можно отметить следующие результаты: улучшение памяти и внимания благодаря выполнению практических упражнений и участия в групповых тренингах; преодоление социальной изоляции, формирование групп единомышленников; эмоциональная поддержка в регулярном живом общении; повышение мотивации и вовлеченности благодаря непосредственному контакту с ведущим и группой. Участники не только получили устойчивые навыки тренировки памяти и внимания, но и сформировали постоянный социальный круг, что стало ключевым фактором для улучшения их психологического и когнитивного благополучия.

<p>5 Творческие и арт-терапевтические мероприятия (12 занятий)</p>	<p>01.01.2025 – 19.12.2025</p>	<p>В течение всего Проекта</p>	<p>Повышение мотивации к саморазвитию: благодаря групповым и творческим занятиям пожилые люди вновь открывают интерес к новым видам деятельности, расширяют личные горизонты и повысят уверенность в себе. Не менее 80 уникальных участников встреч.</p>	<p>Силами команды проекта и привлеченных специалистов были проведены 12 творческих и арт-терапевтических занятий. В результате творческих встреч у участников: снизился уровень стресса и эмоционального напряжения благодаря творческому самовыражению; улучшилось психоэмоциональное состояние; появились позитивные впечатления; стимулировались когнитивные функции (память, внимание, мелкая моторика) в непринужденной игровой форме; раскрылись творческие способности, за счет чего – повысились самооценка и уверенность в себе. Творческие занятия помогли создать безопасную и доверительную атмосферу в группах. Участники получили доступный и радостный способ заботы о ментальном здоровье, сочетающий эмоциональную разгрузку, когнитивную стимуляцию и укрепление социальных связей. Чтобы обеспечить максимальную эффективность творческих процессов, команда Проекта перевела запланированные творческие мероприятия в очный формат. Такой формат, будучи более качественным, имеет естественные ограничения по охвату, поэтому в мероприятии приняли участие 40 человек вместо планируемых 80.</p>
<p>6 Театральные занятия (4 встречи)</p>	<p>01.01.2025 – 19.12.2025</p>	<p>Октябрь-декабрь 2025</p>	<p>Улучшение эмоционального состояния, снижение уровня тревожности, улучшение памяти и внимания, повышение самооценки, расширение круга общения и укрепление дружеских связей, развитие креативности. Не менее 50 уникальных участников встреч.</p>	<p>В рамках проекта организованы пять встреч-занятий с актером Смоленского драматического театра им. А. С. Грибоедова. В результате участники получили уникальный эмоциональный и творческий опыт от работы с профессиональным актёром, повышена мотивация и вовлеченность в Проект. Занятия способствовали снятию психологических зажимов через игру и импровизацию. Участники получили мощный импульс для раскрепощения, самореализации и развития когнитивных функций через уникальный формат профессиональных театральных практик, выходящий за рамки стандартных занятий.</p>

/ Оздоровительная гимнастика (12 занятий)	01.07.2025 – 19.12.2025	В течение всего Проекта	Повышение мотиваций к регулярной физической активности, в том числе у маломобильных участников, благодаря участию в оздоровительной гимнастике. Не менее 80 уникальных участников встреч.	Командой Проекта, а также благодаря привлеченному специалисту по йоге были проведены 12 оздоровительных занятий. Участники интегрировали в свою жизнь регулярную практику, которая через укрепление тела и работу с дыханием напрямую способствует снижению стресса, улучшению нейропластичности и, как следствие, сохранению ясности ума.
8	Волонтерские акции (4 встречи)	В течение всего Проекта	Участие в волонтерских акциях совместно с молодыми волонтерами приносит позитив людям ощущение нужности и значимости, наполняет жизнь смыслом. Волонтерство открывает новые возможности для общения, помогает бороться с чувством одиночества. Не менее 50 уникальных участников встреч.	Мероприятия Проекта вышли за рамки простых встреч, превратившись в инструмент социальной терапии. Они дали участникам программы смысл и признание, а благополучателям – важное чувство включенности в жизнь общества, что напрямую влияет на психологическое и когнитивное благополучие обеих сторон. Помощь в проведении акций оказали активисты волонтерского проекта Организации. Так, участники присоединились к мемориальной акции «Камни памяти» (ко дню памяти узников Смоленского гетто), а также оформляли праздничные подарки для маломобильных подопечных Организации. Количество участников соответствует запланированному.
9	Отслеживание динамики изменений состояния участников Проекта	В течение всего Проекта	Получение данных для корректировки методик работы	В течение всего проекта постоянное личное общение с участниками (в форматах доверительных бесед, обратной связи после занятий и индивидуальных консультаций) стало ключевым инструментом для получения глубинной, качественной картины изменений.

10	Лекция от к.м.н. «Как сохранить ясный ум в любом возрасте»	01.09.2025 – 30.09.2025		Повышение мотивации заботиться о своем когнитивном здоровье; получение уверенности в том, что многое зависит от самого человека, а не только от наследственности и возраста. Не менее 80 уникальных участников встреч.	Медицинская лекция была перенесена. Это отражено ниже.
11	Разработка методических материалов для дальнейшей самостоятельной работы по предупреждению когнитивных изменений для участников Проекта	01.09.2025 – 14.11.2025	Ноябрь-декабрь 2025	Формирование устойчивых навыков самопомощи в сохранении памяти и внимания	Командой Проекта был разработан сборник упражнений для самостоятельных занятий, включающий в себя задания на тренировку памяти, внимания и логического мышления.
12	Лекция врача-эндокринолога «Еда для ума: как питание влияет на память и внимание»	01.10.2025 – 31.10.2025	Декабрь 2025	Формирование у пожилых участников понимания связи между питанием и работой мозга. Не менее 80 уникальных участников встреч.	Проведение двух экспертных лекций от практикующего врача-эндокринолога с научной степенью обеспечило участникам проекта не только повышение медицинской грамотности, но и формирование конкретных практических установок для повседневной жизни. Первая лекция, «Еда для ума: как питание влияет на память и внимание», перевела абстрактные идеи «здорового питания» в систему конкретных, научно обоснованных принципов. Вторая лекция, посвященная правильному питанию и профилактике сахарного диабета, дала понимание ключевых метаболических рисков и их связи с когнитивным здоровьем. Эти лекции стали важным элементом комплексного подхода, добавив в Проект медицинский, доказательный фундамент и сместив фокус участников с пассивного «лечения» на активную, ежедневную заботу о мозге через осознанный выбор.
13	Подведение итогов комплекса мероприятий, проведенных в рамках Проекта, путем анализа результатов тестирования, анкетирования и интервью с подопечными	03.11.2025 – 28.11.2025	Ноябрь-декабрь 2025	Оценка эффективности реализованного Проекта	Проведенный мониторинг позволил получить объективную картину эффективности всех направлений проекта и его комплексного воздействия на участников. Были выявлены устойчивые позитивные изменения по нескольким ключевым векторам.

<p>Выездной семинар «На встрече Хануке»</p>	<p>Мероприятие не было запланировано на этапе заявки</p>	<p>Декабрь 2025</p>	<p>В отдельные периоды реализации Проекта из-за нестабильной интернет-связи заметно снижалось число онлайн-подключений участников. Чтобы не потерять вовлеченность аудитории, в особенности участников из районов Смоленской области, и обеспечить равный доступ к мероприятиям Проекта, был организован выездной семинар за счет собственных средств Организации. Семинар проходил 10-11 декабря и собрал 48 представителей старшего поколения из Рославаля, Монастырщины, Починка и Смоленска. В рамках семинара были успешно проведены мероприятия и сессии, в том числе направленные на сохранение когнитивных способностей участников.</p>
---	--	---------------------	---

Более подробный календарный план мероприятий проекта «Мысли ясно – живи ярко»: Приложение №1

### 3. Основные достигнутые количественные и качественные результаты реализации социальной программы за весь срок осуществления социальной программы

#### 3.1. Количественные результаты

- Общее количество уникальных участников Проекта составило **88 смолян старше 60 лет**.
- **55** человек были вовлечены в онлайн-занятия. **50** человек посещали очные мероприятия. Указанные цифры не суммируются, так как часть людей принимали участие в мероприятиях обоих форматов. Таким образом, Проект охватил как аудиторию, предпочитающую дистанционный формат, в том числе маломобильных смолян, так и тех, кто активно посещал очные встречи.
- **88** человек прошли оценку когнитивных функций в начале и в конце проекта (в том числе **18** человек, которые посещали занятия нерегулярно) с отслеживанием динамики состояния.
- **Проведены 117 мероприятий**, включая: мероприятия по оценке когнитивных функций участников (два раза – в начале и конце реализации Проекта); две установочных встречи команды Проекта; 50 онлайн-встреч по сохранению памяти, в том числе для маломобильных участников; 29 очных занятий по сохранению памяти; 2 лекции с приглашённым специалистом, к.м.н.; 12 творческих и арт-терапевтических мероприятий; пять театральных встреч-занятий с профессиональным актером; 12 занятий по оздоровительной гимнастике и йоге; четыре волонтерских акции; один выездной семинар.
- Разработан и выдан участникам методический материал по профилактике когнитивных нарушений для самостоятельной работы – **88** экземпляров. В Проект вовлечены **10** волонтеров Организации, оказывающих сопровождение и помощь в реализации мероприятий.

#### 3.2. Качественные результаты

- Снижение тревожности и социальной изоляции. Участники проекта получили значительную психологическую поддержку, что восстановило у них чувство собственной значимости и причастности к жизни сообщества.
- Укрепление когнитивной устойчивости. У большинства участников была зафиксирована устойчивая положительная динамика в сохранении памяти, концентрации внимания, речевой активности и способности осваивать новую информацию.
- Повышение мотивации к саморазвитию. Благодаря вовлечению в групповые и творческие активности, пожилые люди вновь открыли для себя интерес к новым видам деятельности, расширили личные горизонты и укрепили уверенность в своих силах.
- Формирование полезных повседневных привычек. Участники интегрировали в свою жизнь регулярную умственную и физическую активность в доступных форматах: от чтения и арт-практик до постоянного участия в онлайн- и очных встречах и самостоятельного выполнения заданий.
- Создание и апробация работающей модели профилактики. В ходе проекта была успешно сформирована и адаптирована под индивидуальные особенности (включая маломобильность) практическая модель профилактики когнитивных нарушений. Данная методика была передана для дальнейшего использования в другие программы организации.
- Повышение компетенций специалистов. Команда Проекта развила и укрепила ключевые навыки работы с пожилыми людьми, в том числе с когнитивными изменениями, что повысило общий уровень и качество социальной помощи в регионе.

**4. Электронные ссылки на публикации и (или) материалы, содержащие информацию о реализации социальной программы за отчетный период, в средствах массовой информации и сети «Интернет» (включая социальные сети)**

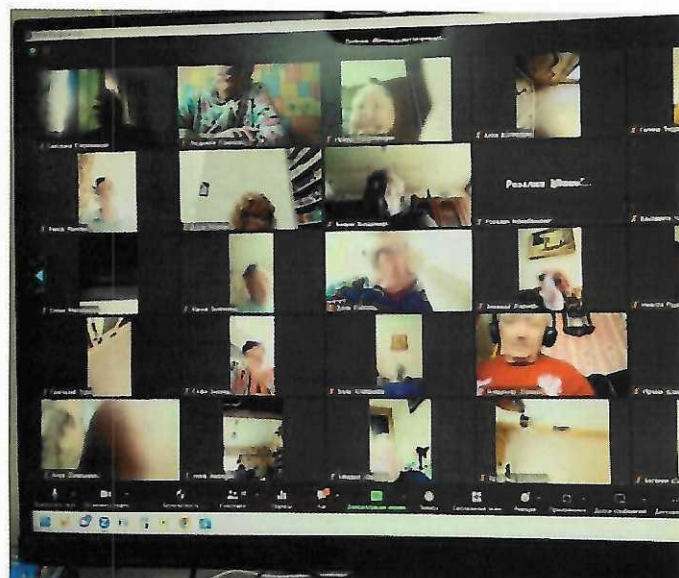
1. [https://vk.com/wall852400464\\_10](https://vk.com/wall852400464_10)
2. [https://vk.com/wall852400464\\_11](https://vk.com/wall852400464_11)
3. [https://vk.com/wall852400464\\_12](https://vk.com/wall852400464_12)
4. [https://vk.com/wall852400464\\_13](https://vk.com/wall852400464_13)
5. [https://vk.com/wall852400464\\_14](https://vk.com/wall852400464_14)
6. [https://vk.com/wall852400464\\_15](https://vk.com/wall852400464_15)
7. [https://vk.com/wall852400464\\_16](https://vk.com/wall852400464_16)
8. [https://vk.com/wall852400464\\_17](https://vk.com/wall852400464_17)
9. [https://vk.com/wall852400464\\_18](https://vk.com/wall852400464_18)
10. [https://vk.com/wall852400464\\_19](https://vk.com/wall852400464_19)
11. [https://vk.com/wall852400464\\_20](https://vk.com/wall852400464_20)
12. [https://vk.com/wall852400464\\_21](https://vk.com/wall852400464_21)

## 5. Фотографии с мероприятий, проведенных в отчетном периоде

### Очные встречи по направлению «Сохранение памяти»



### Онлайн-встречи по направлению «Сохранение памяти»





Творческие и арт-терапевтические мероприятия



## Театральные занятия



## Оздоровительная гимнастика



Волонтерские акции



6. Информация о собственном вкладе Получателя, использованном на реализацию проекта и софинансировании за весь срок реализации социальной программы по статьям расходов, предусмотренных бюджетом социальной программы в заявке на участие в конкурсе № 90-2025-009730, включая оценку труда команды проекта, исполнителей и /или добровольцев, безвозмездно полученных товаров, работ, услуг, имущественных прав, аренды помещения и/или оборудования и др.

При реализации Проекта были использованы следующие материальные ресурсы:

Смартфоны – 40 шт. (315 600 руб.)

Планшеты – 15 шт. (172 805 руб.)

Принтер и внешний диск – 2 шт. (8 399 руб.)

Телевизор – 1 шт. (39 990 руб.)

Копии документов, подтверждающих наличие вышеперечисленных имущества и необходимых материально-технических ресурсов, для подготовки и проведения мероприятий социальной программы (проекта) содержатся в Заявке.

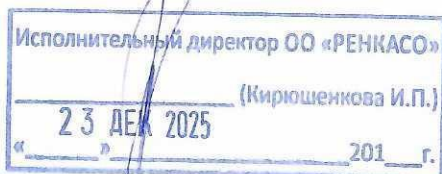
Собственный вклад организации, не отраженный ранее в Заявке:

Путевки на 48 человек в СОЦ «Голоевка» для проведения выездного семинара (120 000 руб.).

Транспортное обслуживание (32 000 руб.).

Кроме того к реализации Проекта были привлечены 10 волонтеров.

Подтверждающие документы: **Приложение №2.**



## 7. Оценка результатов реализации социальной программы, в том числе полученного социального эффекта

### 7.1. Достигнутые качественные результаты по целевым группам

*Для людей старше 60 лет без тяжелых мобильных ограничений:*

- *Изменения в психоэмоциональной сфере:* У участников значительно снизился уровень тревожности и чувства одиночества. Повысился общий эмоциональный тонус, появились устойчивые положительные эмоции от участия в жизни сообщества. Сформировалось чувство собственной значимости и востребованности, особенно после участия в волонтерских акциях.
- *Изменения в когнитивной и социальной сфере:* Отмечена положительная динамика в концентрации внимания и речевой активности. Участники стали легче справляться с заданиями специалистов. Значительно расширился круг общения, сформировались новые социальные связи. Появилась устойчивая мотивация к саморазвитию и привычка к регулярной активности (умственной, творческой, физической).

*Для маломобильных участников старше 60 лет:*

- *Преодоление изоляции:* Благодаря регулярным онлайн-занятиям была эффективно преодолена социальная и цифровая изоляция. Участники этой группы в течение всего проекта получали равный доступ к комплексной программе поддержки когнитивного здоровья.
- *Повышение качества жизни:* Улучшилось эмоциональное состояние, снизилась апатия. Участники освоили цифровые инструменты для общения и тренировок, что повысило их уверенность и самостоятельность. Они стали полноправной частью общего проекта, ощущая причастность и поддержку.

### 7.2. Степень изменений за период реализации Проекта

- *Начало проекта:* У многих участников фиксировались жалобы на забывчивость, снижение интереса к жизни, повышенную тревожность о будущем, сужение социальных контактов. Маломобильные участники, не смотря на уже действующие проекты Организации, все еще испытывали некоторую социальную изоляцию.
- *По завершении проекта:* По результатам итогового тестирования и обратной связи у более 75% участников зафиксирована стабилизация или улучшение когнитивных показателей. По данным анкетирования, свыше 85% участников отметили улучшение настроения, снижение чувства одиночества и появление новых социальных связей. Большинство маломобильных участников онлайн-групп подтвердили, что занятия стали для них значимым и ожидаемым событием.

### 7.3. Методы оценки качественных результатов

*Оценка проводилась на трех этапах:*

- *Первичная диагностика* (июль 2025): Анкетирование для оценки когнитивных способностей участников.
- *Текущий мониторинг* (в течение всего Проекта): В течение всего Проекта постоянное личное общение с участниками (в форматах доверительных бесед, обратной связи после занятий и индивидуальных консультаций) стало ключевым инструментом для получения глубинной, качественной картины изменений.
- *Итоговая оценка* (ноябрь-декабрь 2025): Повторное анкетирование и когнитивное тестирование. Сравнительный анализ данных «до» и «после».

## 7.4. Устойчивость результатов проекта

- *Для целевой группы:* Участники получили не разовые услуги, а навыки и инструменты для самостоятельной работы (рабочие методики, пособия, знакомство с техниками). У них сформировались устойчивые социальные связи и привычки. Это обеспечивает пролонгированный эффект после окончания Проекта.
- *Для организации и сообщества:* Разработана и апробирована тиражируемая модель «гибридной» поддержки, сочетающая очные и онлайн-форматы мероприятий. Методические материалы и обученная команда позволяют повторять и масштабировать программу для новых групп подопечных как в Смоленске, так и в районах Области. Установлены партнерские связи с экспертами и учреждениями культуры, полученный опыт создает основу для долгосрочного сотрудничества.

### а. Уникальные (инновационные) результаты для целевой группы

- Проект успешно доказал эффективность параллельной работы очных и онлайн-групп в единой программе. Это позволило включить в активную социальную жизнь маломобильных пожилых людей, которые ранее были недостаточно вовлечены в жизнь сообщества.
- Волонтерские акции (такие как «Камни памяти») выступили не как дополнение, а как терапевтический элемент Проекта. Они позволили пожилым людям перейти из роли «получателей помощи» в роль «дарителя», что кардинально изменило их самоощущение и дало глубокий смысловой эффект.
- В результате работы Проекта было сформировано не просто количество обслуженных благополучателей, а устойчивое сообщество взаимной поддержки, которое продолжает жить и развиваться после окончания формальных мероприятий, что является высшим показателем социального эффекта, по мнению команды Проекта.

*Шкала оценки когнитивных нарушений, а также примеры заключений руководителя Проекта по результатам анализа первичного и вторичного тестирования участников: Приложение №3.*

*Примеры разработанных уроков для самостоятельной работы: Приложение №4*

## 8. Наличие и характер незапланированных результатов реализации социальной программы

В ходе реализации проекта «Мысли ясно – живи ярко» команда соцпрограммы сталкивалась с непредвиденными ситуациями, которые привели к незапланированным результатам, а именно:

- *Корректировка календарного графика и состава привлекаемых специалистов.* В ходе реализации возникали незапланированные сдвиги в датах проведения некоторых мероприятий. Это было связано с графиком приглашённых экспертов, а в отдельных случаях – с необходимостью оперативной замены специалиста.

*Полученный опыт и положительный эффект.* Несмотря на первоначальные сложности, данная ситуация была переосмыслена как возможность. Необходимость поиска замены привела к неожиданным и плодотворным результатам. Благодаря оперативной адаптации команды, проект стал ярче и методически разнообразнее, чем изначально планировалось. Этот опыт показал важность формирования «пула» проверенных внешних экспертов и сохранения гибкости в календарном планировании.

- *Зависимость от качества интернет-связи.* В отдельные периоды из-за нестабильной интернет-связи заметно снижалось число онлайн-подключений участников Программы. Это нарушало стабильность и качество проведения дистанционных занятий.

*Урок, решение:* Данный технологический риск был изначально недооценен командой Проекта. Чтобы не потерять вовлеченность аудитории, в особенности участников из районов

Смоленской области, и обеспечить, насколько это было возможно, равный доступ к мероприятиям Проекта, был организован выездной очный семинар за счет собственных средств организации. Семинар состоялся 10-11 декабря и собрал 48 представителей старшего поколения из Рославля, Монастырщины, Починка и Смоленска. В рамках семинара были успешно проведены рабочие сессии, направленные в том числе на сохранение когнитивных способностей участников.

- *Формирование внутреннего сообщества взаимопомощи среди участников.* Возникла устойчивая неформальная сеть поддержки между участниками разных групп (очных и онлайн). Пожилые люди начали самостоятельно обмениваться контактами и общаться вне Проекта. Причиной стали регулярные совместные занятия и атмосфера доверия, созданная на встречах Программы.
- *Привлечение новых волонтеров из числа родственников участников.* В проект стихийно вовлеклись взрослые дети и внуки некоторых участников. Увидев позитивные изменения в своих близких, они начали помогать с технической поддержкой онлайн-занятий и участвовать в волонтерских акциях Организации. Это усилило межпоколенческие связи и ресурс проекта.

#### **Вывод:**

Незапланированные результаты носят характер качественного усиления социального эффекта Проекта. Они свидетельствуют о том, что программа не просто выполнила формальные показатели, но и запустила процессы самоорганизации, горизонтальных связей и устойчивых изменений в сообществе. Эти результаты являются индикатором глубокой интеграции проекта в социальную среду и создают прочный фундамент для долгосрочного положительного воздействия после его формального завершения.

### **9. Недостатки, выявленные в ходе реализации социальной программы**

В процессе реализации проекта «Мысли ясно – живи ярко» был проведен критический анализ работы, который позволил выявить следующие недостатки и извлечь важные уроки для будущей деятельности:

- *Планирование нагрузки на участников и логистика «гибридного» формата.*

Изначальный календарный план, насыщенный разноформатными мероприятиями (очные, онлайн, творческие, лекционные), создал риск перегрузки для наиболее активных участников, которые хотели посещать все опции. Для некоторых это приводило к усталости и снижению глубины погружения в отдельные активности.

В тоже время, когда дистанционные и очные занятия совпадали по времени, это вызывало недовольство наиболее активных участников.

Причиной стал недостаточно точный прогноз уровня вовлеченности участников. Вероятно, в будущем нужно сохранить насыщенность занятий, но снизить их частотность и тщательнее прорабатывать календарный план мероприятий, исходя из полученного опыта.

- *Планирование ресурсов для обработки качественных данных.*

Методы оценки качественных результатов оказались более трудозатратными, чем предполагалось. У команды, занятой непосредственной организацией мероприятий, возник дефицит времени для своевременной систематизации и анализа этого пласта информации.

Сложность работы с «мягкими» данными была недооценена. Считаем, что в дальнейшем стоит использовать более структурированные инструменты для сбора обратной связи.

- *Недостаточно глубокая предварительная проработка рисков.*

На этапе планирования была допущена некоторая «романтизация» реальных условий реализации. Команда ориентировалась на идеальный сценарий, что привело к недооценке таких вероятных рисков, как технические сбои связи, высокая степень разброса когнитивных возможностей внутри одной группы, а также совпадение по времени разных форматов занятий, желанных для самых активных участников.

Стремление предложить максимально насыщенную и разнообразную программу иногда превалировало над детальным анализом её технической и организационной выполнимости в условиях ограниченных ресурсов. В будущих проектах этап планирования должен включать обязательное «пессимистичное» моделирование рисков, где команда заранее прогнозирует всё, что может пойти не так, и закладывает конкретные механизмы реагирования и резервы. Это не снижает амбиций, а делает план более реалистичным и устойчивым.

## 10. Общие выводы

Реализация проекта подтвердила высокую социальную значимость и эффективность комплексного подхода к профилактике когнитивных нарушений у смолян старше 60 лет. Программа не только достигла своих первоначальных целей, но и привела к ряду важных системных эффектов.

- Гибридный формат, сочетающий очные встречи и регулярные онлайн-занятия для маломобильных граждан, доказал свою жизнеспособность и высокую результативность. Он позволил преодолеть ключевое ограничение – физическую недоступность услуг – и создать инклюзивную среду для поддержки когнитивного здоровья.
- Социальный эффект превзошел ожидания. Наиболее значимым результатом стало не просто улучшение отдельных показателей памяти или внимания, а качественное изменение образа жизни участников. Проект сформировал устойчивое сообщество взаимной поддержки и снизил уровень изоляции.
- Команда проекта продемонстрировала высокую адаптивность, успешно преодолевая внешние вызовы (корректировки графика, технические сбои) и превращая их в возможности для обогащения программы. Разработанные методические материалы и наработанные партнерские связи создают прочную основу для тиражирования и развития модели в будущем.
- Проект «Мысли ясно – живи ярко» выполнил функцию успешного социального инноватора. Он не только оказал непосредственную помощь 88 пожилым смолянам, но и создал работающую, масштабируемую модель, доказал возможность кардинального улучшения качества их жизни через активизацию социального и когнитивного потенциала, заложив основу для долгосрочных позитивных изменений.