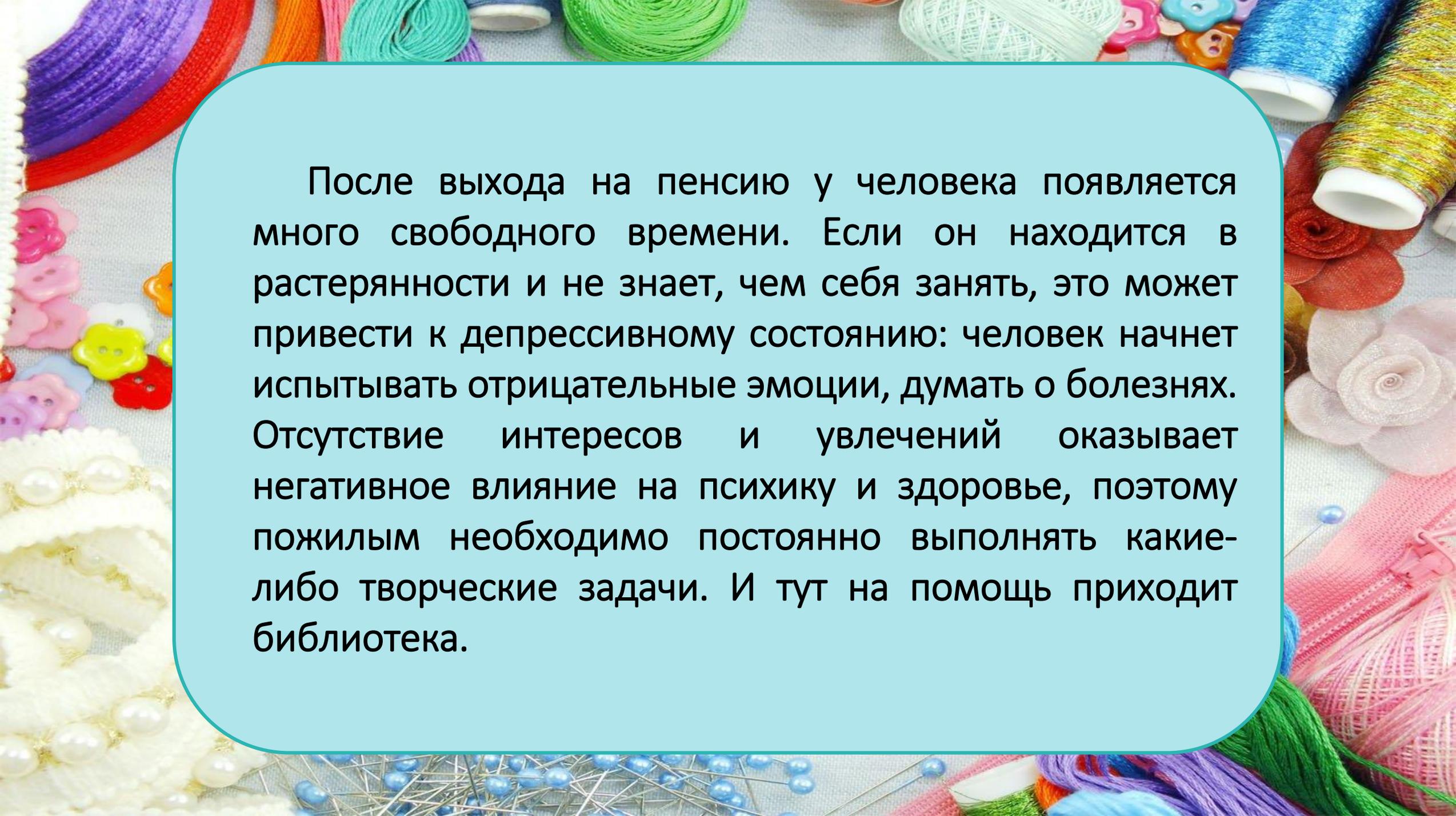




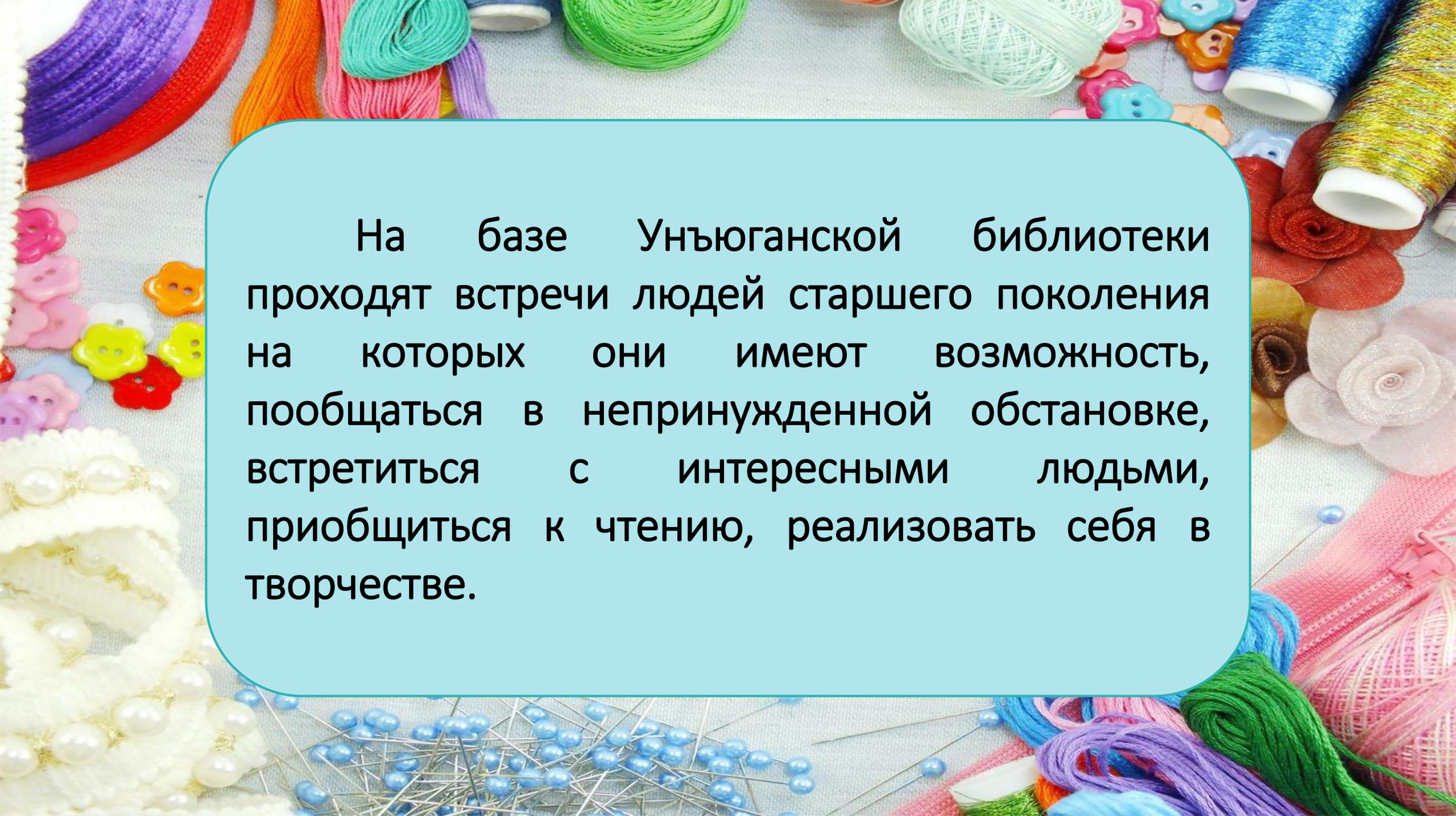
Проект по созданию
творческого сообщества

"МАСТЕРСКАЯ РАДОСТИ"

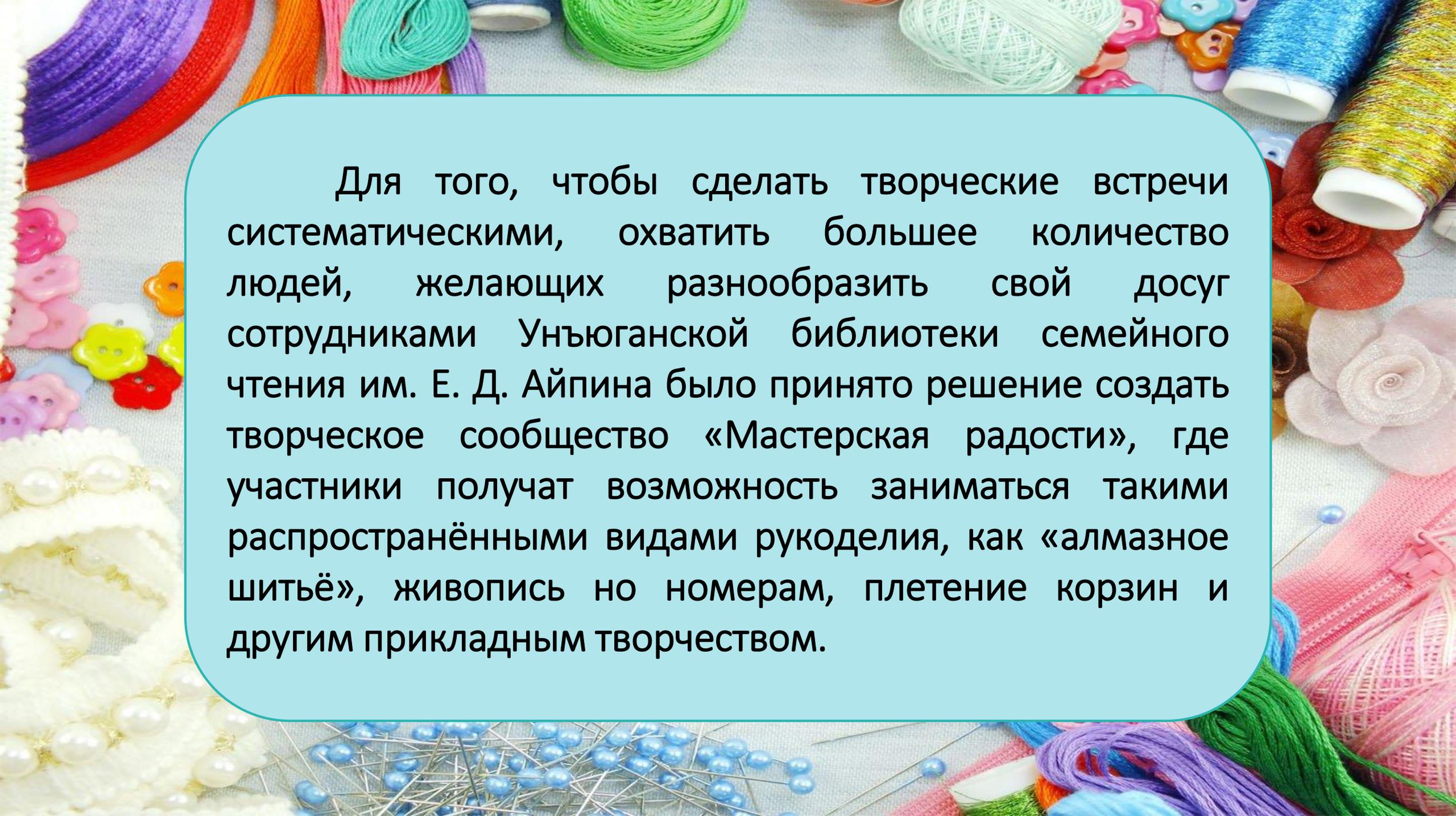
на базе Унъюганской модельной библиотеки
семейного чтения им. Е. Д. Айпина –
филиала МБУК «МБОР»

A vibrant collage of sewing supplies. At the top, there are several spools of thread in various colors like purple, orange, green, and blue. To the right, more spools of blue and yellow-green thread are visible. The background is filled with colorful buttons in shades of pink, yellow, and red. In the bottom left, there's a piece of white fabric with a scalloped edge and small white pearls. At the bottom, there are several blue buttons and a piece of pink fabric with a white lace-like pattern. The entire scene is set against a light-colored fabric background.

После выхода на пенсию у человека появляется много свободного времени. Если он находится в растерянности и не знает, чем себя занять, это может привести к депрессивному состоянию: человек начнет испытывать отрицательные эмоции, думать о болезнях. Отсутствие интересов и увлечений оказывает негативное влияние на психику и здоровье, поэтому пожилым необходимо постоянно выполнять какие-либо творческие задачи. И тут на помощь приходит библиотека.

A vibrant background image featuring various sewing supplies. At the top, there are several spools of thread in shades of purple, orange, green, and blue. To the right, a spool of yellow thread is visible. Scattered throughout are numerous buttons in various colors like pink, yellow, red, and blue. There are also fabric flowers in shades of red, pink, and white. In the bottom left corner, there's a white fabric piece with gold beads. At the bottom, a pile of blue-headed pins is visible. The entire scene is set against a light-colored fabric background.

На базе Уньюганской библиотеки проходят встречи людей старшего поколения на которых они имеют возможность, пообщаться в непринужденной обстановке, встретиться с интересными людьми, приобщиться к чтению, реализовать себя в творчестве.

A vibrant background image featuring various sewing supplies. At the top, there are several spools of thread in shades of purple, orange, green, and blue. To the right, a large spool of yellow and green thread is prominent. In the center-right, there are several colorful buttons in shades of pink, yellow, and red. At the bottom, there are more spools of thread in purple, green, and blue, along with a pile of blue-headed pins. The overall scene is a rich display of craft materials.

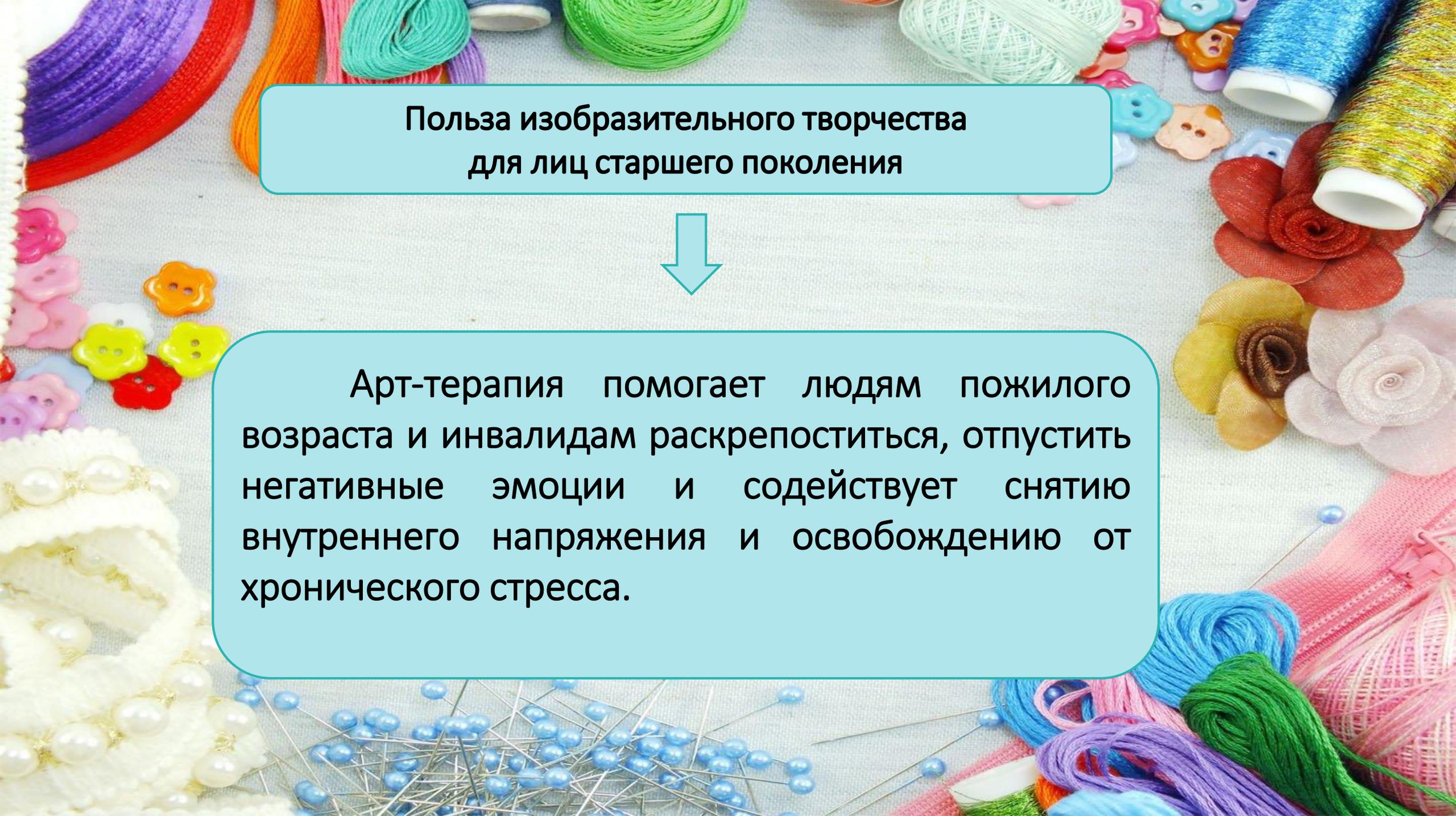
Для того, чтобы сделать творческие встречи систематическими, охватить большее количество людей, желающих разнообразить свой досуг сотрудниками Унъюганской библиотеки семейного чтения им. Е. Д. Айпина было принято решение создать творческое сообщество «Мастерская радости», где участники получат возможность заниматься такими распространёнными видами рукоделия, как «алмазное шитьё», живопись по номерам, плетение корзин и другим прикладным творчеством.



Полезьа прикладного творчества для лиц старшего поколения



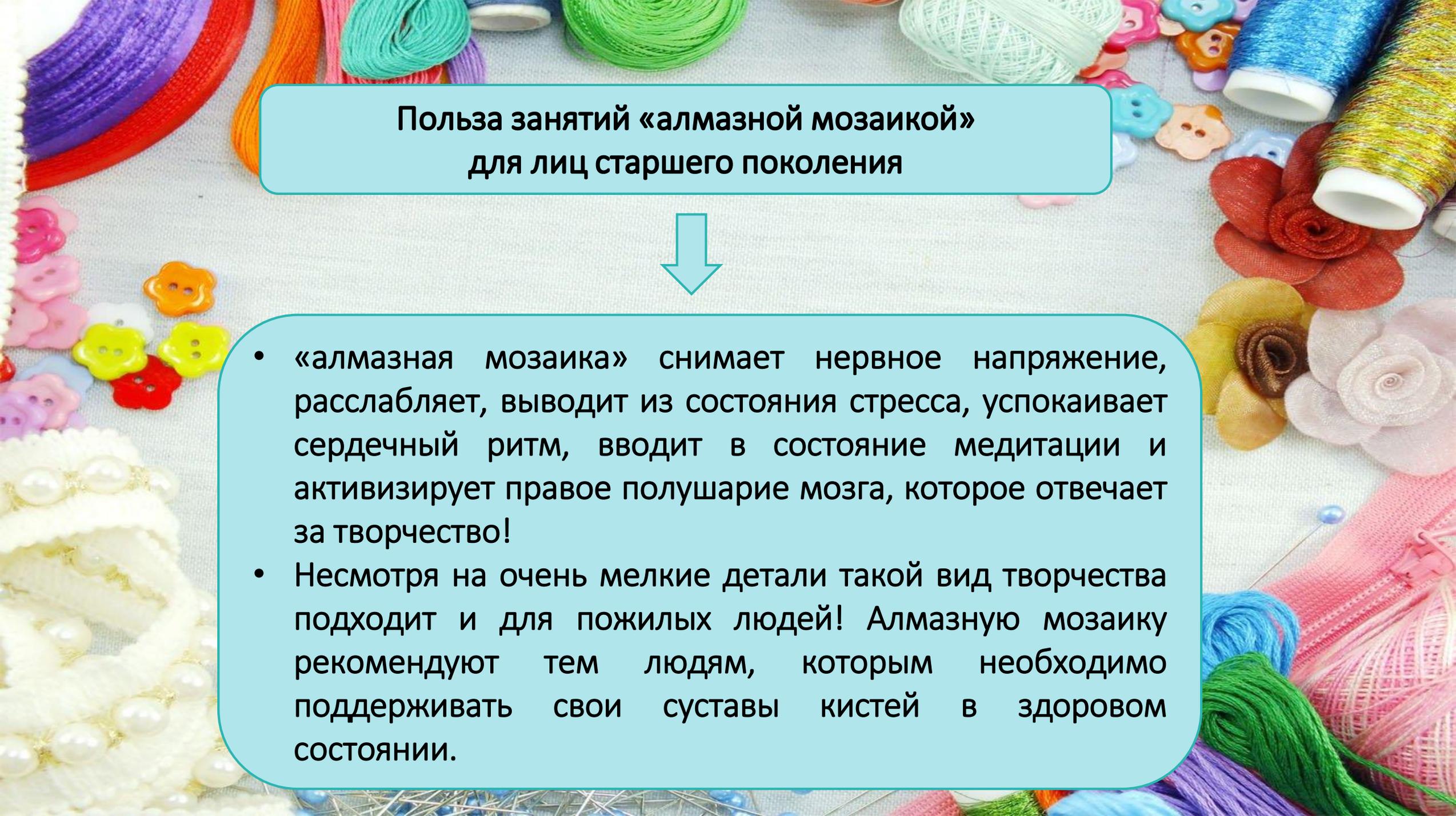
Творческая деятельность играет важную роль в развитии воображения, интуиции, неосознаваемых компонентов умственной активности, развитие творческого мышления а также потребности личности в самореализации, в раскрытии и расширении своих созидательных возможностей. Эффективно при работе над эмоциональными состояниями (страхи, агрессия, тревожность, стресс, подавленность и прочее).



Польза изобразительного творчества
для лиц старшего поколения



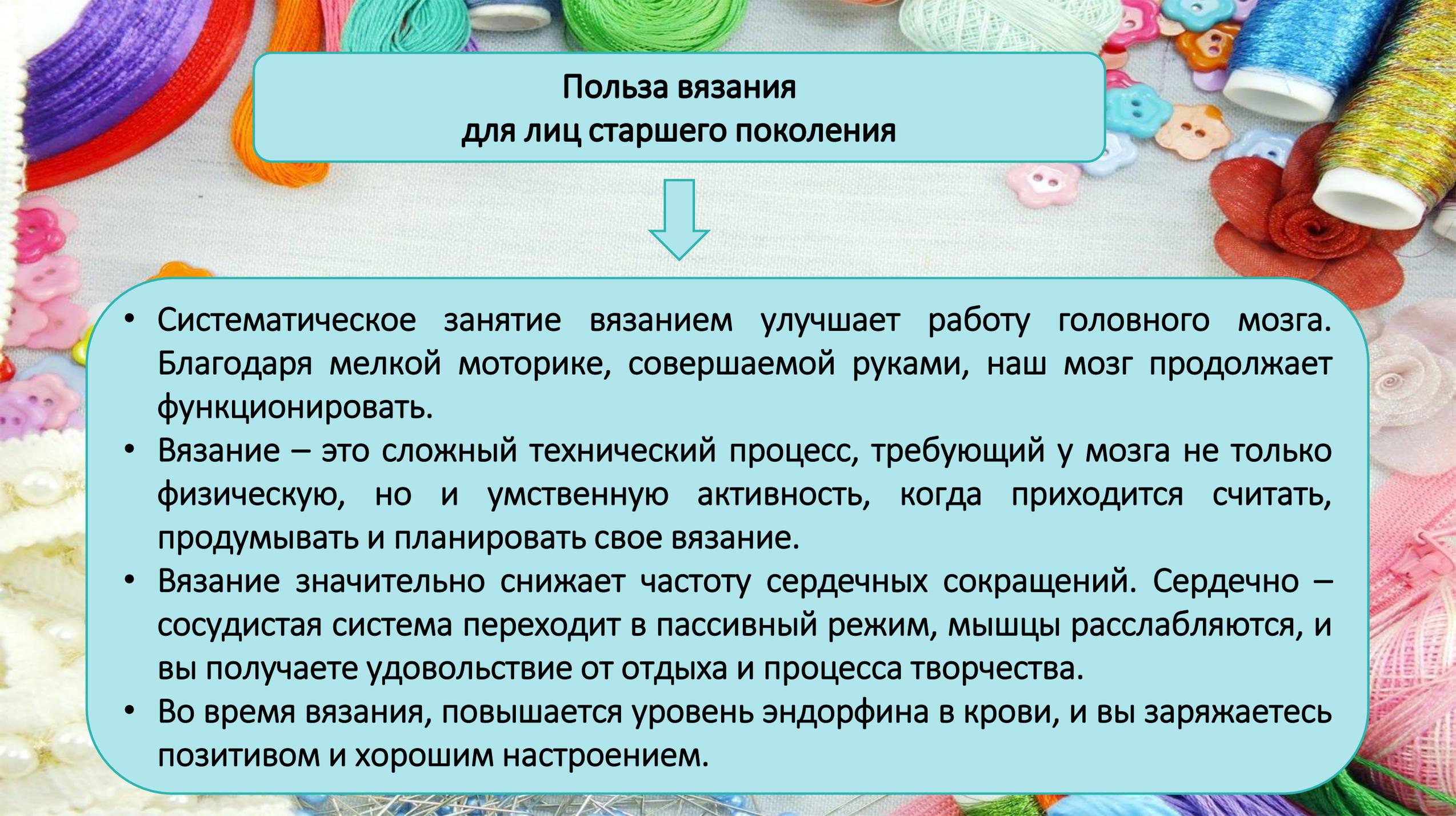
Арт-терапия помогает людям пожилого
возраста и инвалидам раскрепоститься, отпустить
негативные эмоции и содействует снятию
внутреннего напряжения и освобождению от
хронического стресса.



Полезьа занытий «алмазньой мозаикой»
для лиц старшего поколения



- «алмазньая мозаика» снимает нервное напряжение, расслабляет, выводит из состояния стресса, успокаивает сердечный ритм, вводит в состояние медитации и активизирует правое полушарие мозга, которое отвечает за творчество!
- Несмотря на очень мелкие детали такой вид творчества подходит и для пожилых людей! Алмазную мозаику рекомендуют тем людям, которым необходимо поддерживать свои суставы кистей в здоровом состоянии.



Полезьа вязания для лиц старшего поколения



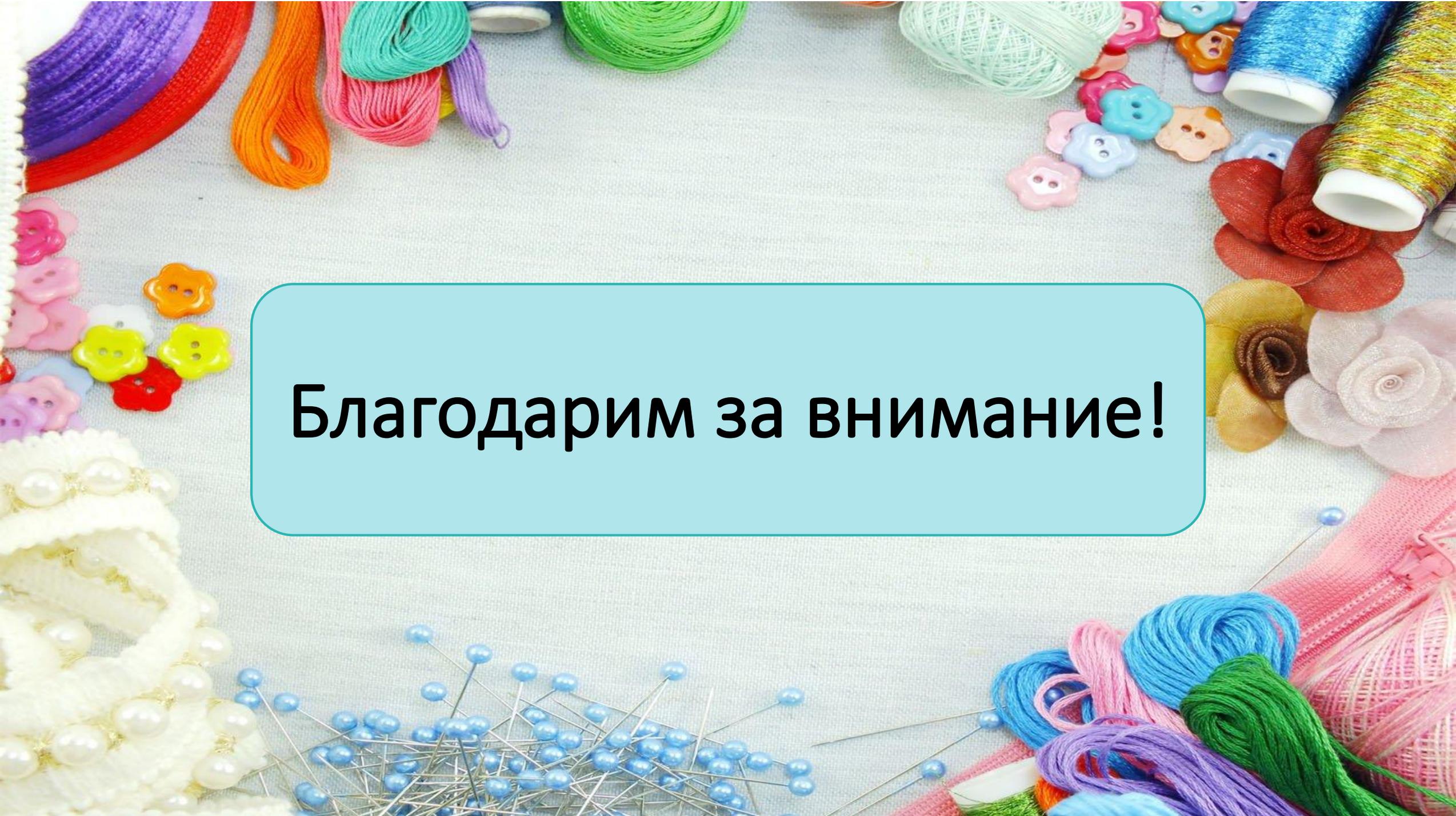
- Систематическое занятие вязанием улучшает работу головного мозга. Благодаря мелкой моторике, совершаемой руками, наш мозг продолжает функционировать.
- Вязание – это сложный технический процесс, требующий у мозга не только физическую, но и умственную активность, когда приходится считать, продумывать и планировать свое вязание.
- Вязание значительно снижает частоту сердечных сокращений. Сердечно – сосудистая система переходит в пассивный режим, мышцы расслабляются, и вы получаете удовольствие от отдыха и процесса творчества.
- Во время вязания, повышается уровень эндорфина в крови, и вы заряжаетесь позитивом и хорошим настроением.



Показатели эффективности при реализации программы «Мастерская радости»



- ❖ Улучшение общего морального и физического состояния людей;
- ❖ Оказание помощи, пожилым людям, инвалидам создавая эмоциональный комфорт;
- ❖ Психологическая поддержка пожилых людей;
- ❖ Гармоничное развитие личности, расширение возможностей его социальной адаптации, посредством творческой реабилитации.
- ❖ Участие указанных лиц в общественной и культурной деятельности.

A top-down view of various sewing supplies scattered on a light-colored, textured fabric. The items include several spools of thread in vibrant colors like purple, orange, green, blue, and pink. There are also numerous buttons in various shapes and colors, including pink, yellow, red, and blue. A large, intricate white lace-like piece with pearl-like details is visible on the left. A cluster of blue-headed pins is at the bottom center. On the right, there are more spools of thread and some fabric flowers in shades of red, yellow, and pink.

Благодарим за внимание!