

Круглый стол «Я в мире, мир во мне»

12.01.2018 г.



12 января 2018 года в ММАУ «Городская поликлиника № 1» в рамках проекта «Курс молодого пенсионера «Точка жизни» состоялся круглый стол на тему: **«Я в мире, мир во мне».**

Мероприятие состоялось в формате чаепития, где участники рассказывали о себе, о своем состоянии и настроении, о том, что нового узнали и чему научились, участвуя в проекте. Активные пенсионеры также поделились своими личными жизненными планами на будущее, дали оценку проведения мероприятий проекта.

Вот некоторые отзывы участников проекта:

«Изменились взгляды на жизнь в целом. Произошли изменения в отношениях в семье с родными. Стала больше времени уделять себе, своим интересам...

Теперь нет страха выступать перед аудиторией, могу высказывать свою точку зрения или несогласия в чем-то...» (Надежда Л.)

«Приехав в Тюмень в гости, к свахе, я попала на занятия с психологом по программе «Молодой пенсионер»...Познакомилась с людьми, общалась, урок по арт-терапии тоже дал мне какие-то новые впечатления и эмоции...» (Альфира Ф. г. Уфа)

«Хочу отметить, хорошо, что есть такой проект для общения пенсионеров на разные темы. Это общение между людьми, новые знакомые, интересные занятия...»(Любовь К.)

«Научилась управлять своим самочувствием и состоянием своего здоровья, а также эмоциями...» (Татьяна Л.)

«Изменился образ жизни, отношение к окружающим...» (Реорита И.)

«Научилась больше уделять времени себе, любить себя...» (Галина Я.)

В завершении круглого стола психолог учреждения провела методики по определению уровня адаптации участников проекта и определению их самочувствия, активности и настроения.

Контактное лицо: Гимадиева Лилия Фархатовна, 89504861190, e-mail: gimadieva-liya@mail.ru

Проект - победитель всероссийского конкурса «Активное поколение» в Тюменской области. Организатор конкурса - Благотворительный фонд развития города Тюмени при поддержке Благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко