



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГБУ РС (Я) «РКЦСО»
/Пахомова Н.Н./
« 25 » _____ 2026 г.

План занятий «Школы безопасности для граждан
пожилого возраста и инвалидов»
ГБУ РС (Я) «Республиканский комплексный центр социального обслуживания» на 2026
год*

Формат проведения: онлайн (состоится с использованием аудиосвязи через сервис звонков социальной сети «ВКонтакте», "ВкЗвонки")

| № | Тема | Дата, месяц | Ответственная инстанция | Спикеры |
|---|---|-------------------------|--|--|
| 1 | 1) Актуальные схемы: звонки/СМС, «службы безопасности», «родственник в беде», курьеры, поддельные квитанции, фишинговые ссылки, «инвестиции», оформление кредитов/займов 2) Как говорить спокойно, что помогает при тревоге/агрессии + практика: «короткие фразы», переключение внимания | 29 января в 11:00 ч. | МВД (подразделение по борьбе с киберпреступлениями/мошенничеством), Банк/Нацбанк (финпросвещение) | Оперуполномоченный инспектор МВД Психолог ГБУ РС(Я) «РКЦСО» |
| 2 | 1) Фишинговые ссылки; «Госуслуги» и коды; настройка приватности; как общаться с незнакомцами 2) Профилактика кибермошенничества | 27 февраля в 11 ч. | Минцифры/МФЦ (консультации по Госуслугам), МВД (кибернаправление), управляющая компания/ТСЖ (по «домовому чату») | МФЦ Нацбанк |
| 3 | 1) Первая помощь до приезда скорой (базовые алгоритмы): кровотечения, обморок, приступы, ожоги Алгоритм действий при подозрении на инсульт/инфаркт: «красные флаги», вызов 103/112, сопровождение. 2) Деменция: ранние признаки, как безопасно организовать день + практика: ежедневный распорядок, | 27 марта в 11 ч. | Минздрав/Станция скорой помощи/ЦРБ (отделение профилактики), МЧС Гериатрическая служба | Врач/фельдшер скорой помощи или инструктор по первой помощи (медорганизация) Врач-гериятр или невролог/психиатр |

| | | | | |
|---|---|-------------------|--|--|
| | напоминания/стикеры, "таблица дел" | | | |
| 4 | <p>1) Пожарная безопасность дома: электрика, зарядки, удлинители Газ и бытовая техника: запах газа, плита, алгоритм действий, чек-лист кухни</p> <p>2) «ЖКХ-платежи без ошибок и мошенников» (для пожилых)</p> | 24 апреля в 11ч. | <p>МЧС (пожнадзор/профилактика), газовая служба (при наличии), энергосбыт/электросети</p> <p>ЕИРЦ/расчётный центр, УК/ТСЖ, банк/платёжный агент</p> | <p>Инспектор МЧС, представитель газовой службы/энергосбыта (по согласованию)</p> <p>Специалист ЕИРЦ/УК (как читать квитанцию), представитель банка (как безопасно платить)</p> |
| 5 | <p>1) Профилактика падений дома: ванная, ковры, пороги, освещение Безопасные перемещения и подъём с пола после падения: когда и как звать помощь</p> <p>2) «Как правильно оплачивать ЖКХ: пошаговый алгоритм и куда обращаться»</p> | 29 мая в 11ч. | <p>Медорганизация (ЛФК/реабилитация), травмпункт/поликлиника (профилактика падений)</p> <p>УК/ТСЖ, РСО (вода/тепло/свет), ЕИРЦ, ГЖИ (как надзор), МФЦ/соцзащита (льготы)</p> | <p>Инструктор ЛФК/реабилитолог/медсестра по реабилитации (с показом)</p> <p>Специалист УК/ЕИРЦ (структура платежей), МФЦ/соцзащита (льготы/субсидии)</p> |
| 6 | <p>1) Безопасность на улице и в транспорте: карманники, маршруты, такси.</p> <p>1) Приложение МАХ: зачем нужно и как безопасно пользоваться.</p> | 26 июня в 11ч. | <p>Психолог/нейропсихолог, отделение профилактики/реабилитации</p> <p>МВД (ППС/участковые, профилактика), ГИБДД (безопасность на дороге)</p> | <p>Участковый/инспектор по профилактике, представитель ГИБДД (пешеходная безопасность)</p> <p>Специалист МФЦ/«цифровой консультант» сотрудник</p> |
| 7 | <p>1) Тепловые риски: жара, обезвоживание, солнечный удар, безопасный режим</p> <p>2) Сон и тревога у пожилых + практика: гигиена сна, вечернее дыхание 2 минуты</p> | 24 июля в 11ч. | Поликлиника/центр медпрофилактики, психологическая служба | <p>Врач-терапевт/гериятр (про жару и питьевой режим)</p> <p>Психолог (сон/тревога и упражнения)</p> |
| 8 | 1) Домашнее насилие/жестокое обращение: признаки, куда обращаться, как | 28 августа в 11ч. | МВД, органы опеки/соцзащита, кризисные центры/НКО, | МВД, юрист соцслужбы/бюро юрпомощи |

| | | | | |
|----|---|--------------------|--|--|
| | <p>попросить помощи</p> <p>2) Инсульт: признаки (FAST), что делать до приезда скорой</p> | | <p>юристы</p> <p>2) Скорая помощь/поликлиника</p> | <p>Врач/фельдшер скорой помощи или врач-невролог (профилактика и распознавание)</p> |
| 9 | <p>1) Гимнастика для пожилых людей. Комплекс упражнений</p> <p>2) Питание и риск отравлений + практика: как хранить продукты, «что выбрасываем без жалости», аптечка при ЖКТ</p> | 25 сентября в 11ч. | Поликлиника/ЛФК, Роспотребнадзор (пищевые риски), медорганизация | <p>Инструктор ЛФК/реабилитолог</p> <p>Врач-терапевт/диетолог (если есть) или специалист Роспотребнадзора</p> |
| 10 | <p>1) Зрение/слух и безопасность + практика: как настроить телефон крупным шрифтом, список проверок у врача</p> <p>2) Как поддерживать память (без перегруза) + практика: 3 упражнения (ассоциации, «назови 10», ориентировка во времени)</p> | 30 октября в 11ч. | <p>Поликлиника (офтальмолог/отоларинголог), психолог/нейропсихолог,</p> <p>«цифровой консультант» (по настройкам телефона)</p> | <p>Офтальмолог/ЛОР (или медсестра кабинета профилактики)</p> <p>помощник по смартфону (МФЦ)</p> |
| 11 | <p>1) Мошенники по телефону: «банк/полиция/родственник», коды из СМС — как отвечать и что делать</p> <p>2) Финансовая безопасность: карты, наличные, лимиты, «никому не передавать»</p> | 27 ноября в 11 ч. | МВД (профилактика), банк/Нацбанк (финпросвещение), соцслужба | <p>Сотрудник МВД</p> <p>представитель банка/Нацбанка</p> |
| 12 | <p>1) Чрезвычайные ситуации: отключение света/тепла, аварии, куда звонить, тревожный набор. Новогодняя безопасность: пиротехника, свечи, гирлянды, гости.</p> <p>2) Безопасность имущества и документов: хранение, копии, что делать при потере/краже</p> | 25 декабря в 11ч. | <p>МЧС, ЕДДС/112, управляющая компания (аварийные службы)</p> <p>МВД (утрата/кража), МФЦ (восстановление документов), банк (карты)</p> | <p>Инспектор МЧС, представитель ЕДДС/112 или аварийной службы УК</p> <p>Участковый/инспектор МВД, специалист МФЦ (восстановление паспорта/СНИЛС и т.п.), представитель банка (блокировка карт)</p> |

* организаторы вправе менять темы выступлений