



МЭРИЯ
КАЗАНИ



Мэрия г. Казани
Министерство здравоохранения РТ
Управление здравоохранения по г. Казани МЗ РТ

Озеро «Чайковое» г. Казань 7 источников здоровья

Докладчик: Хусаинова Эльмира Растямовна -
главный внештатный специалист по медицинской
реабилитации Управления здравоохранения по
г.Казань МЗ РТ, заведующая отделением
медицинской реабилитации пациентов с
нарушением функций центральной нервной
системы, к.м.н.





Столица Республики Татарстан город Казань

Казань – город, расположенный на левом берегу реки Волга, столица Республики Татарстан, важный экономический и культурный центр России. Это не только древний город с многовековой историей, но и место встречи Европы и Азии, православия и ислама.



Город с великолепным историческим и культурным наследием.

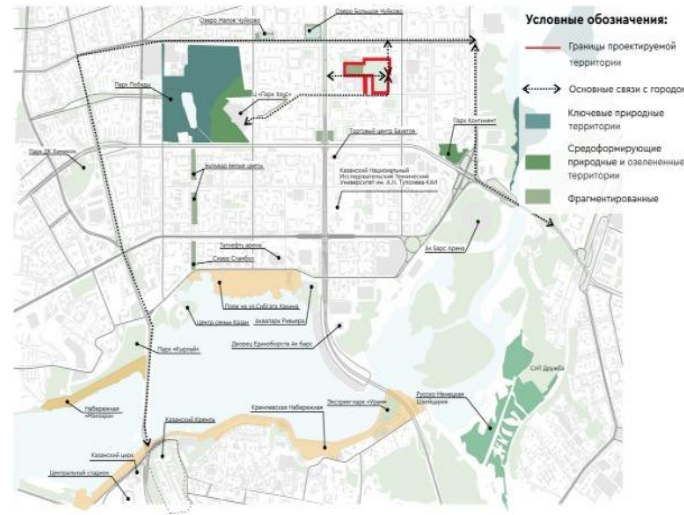


7 источников здоровья — это 7 зон, каждая из которых представляет определенный вид оздоровительных и реабилитационных технологий. Зоны парка являются целостным комплексом социальной и физической реабилитации, абилитации, адаптации и оздоровления, которые способствуют повышению качества жизни различной категории населения.

Целевая аудитория

1. Медицинские работники
2. Пациенты, в т.ч. лица с ограниченными возможностями
3. Ухаживающие и родственники пациентов
4. Подростки, студенты
5. Горожане

СХЕМА ЗНАЧЕНИЯ ТЕРРИТОРИИ В СИСТЕМЕ ОБЩЕСТВЕННЫХ ПРОСТРАНСТВ ГОРОДА



КОНЦЕПЦИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОСТРАНСТВА НА 1 ОЧЕРЕДИ



СХЕМА ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ ТЕРРИТОРИИ

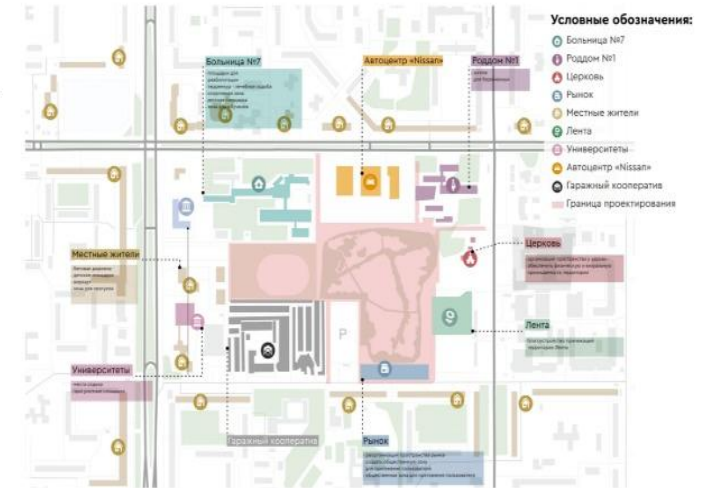
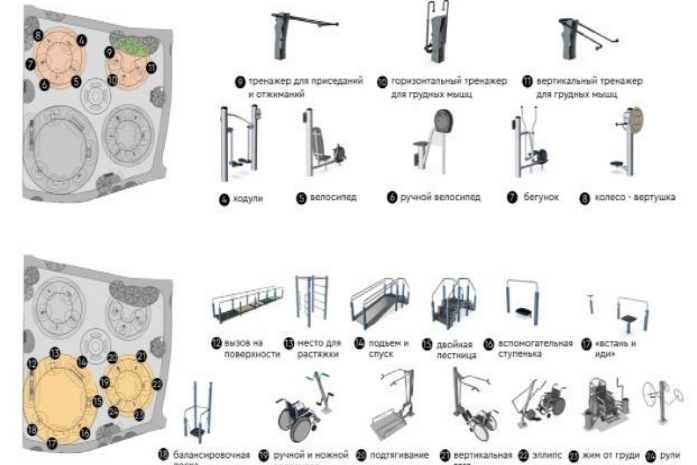


СХЕМА РЕАБИЛИТАЦИОННОГО И СПОРТИВНОГО ОБОРУДОВАНИЯ



Цель

достижение целевых показателей по состоянию здоровья и качества жизни населения города Казани

Задача

межведомственное взаимодействие мэрии города Казани и министерства здравоохранения Республики Татарстан по оздоровлению населения, медицинских работников и реабилитации пациентов



КОНФЕРЕНЦ- ПИРС

Социокультурная реабилитация – это комплекс мероприятий, позволяющий людям с ограниченными возможностями социализироваться и принимать участие в культурной жизни.

ЦЕЛЬ:

поддержать максимальную степень участия человека в социальных взаимосвязях, удовлетворить культурные потребности, расширить рамки независимого образа жизни.

КОНФЕРЕНЦ- ПИРСЫ

Мөмкинлекләре чикле булган кешеләр өчен социомәдәни реабилитация – бу мөмкинлекләре чикле булган кешеләргә социаль һәм мәдәни тормышка ыраклашырга, актив катнашырга булыша торган чаралар комплексы.

МАКСАТЫ:

кешене социомәдәни бәйләнешләргә мөмкин кадәр ныграк җәлеп итү, аның мәдәни ихтыяжларына җавап биру, ирекле тормыш алып бару өчен тормыш чикләрен җәелдерү.

CONFERENCE PIER

Social and cultural rehabilitation is a set of activities that allows people with disabilities to socialize and be involved in cultural life.

AIM:

to maintain the person's largest possible social engagement, to meet cultural needs, to upscale an independent lifestyle..

ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ

Здесь вы можете посещать кинотеатр, мастер-классы, находить общение с интересными людьми, а также посещать лекции школы пациентов.

НИШЛӘРГӘ

Биредә сез кинотеатрга, остаханәләргә бара, кызыклы кешеләр белән очраша, аралаша, шулай ук пациентлар мәктәбе лекцияләрен тыңлый аласыз.

THINGS TO DO

Here you are welcome to visit the cinema, master classes, keep company with interesting people, and attend lectures at the patients' school.



АРТ- ПРОСТРАНСТВО

АРТ- ПРОСТРАНСТВО

ART SPACE

Арт-терапия – дисциплина, помогающая в реабилитации, основанная на применении для терапии искусства и творчества. Это естественный и бережный метод.

ЦЕЛЬ:

повышение уровня социализации, реабилитация пожилых людей и людей с ограниченными возможностями. Терапия раскрывает потенциальные ресурсы личности, помогает справиться с чувством одиночества, пробуждая интерес к жизни.

Арт-терапия – реабилитация зур ярдам күрсәтә торган дисциплина, ул сәнгать һәм иҗат терапиясен куллануга нигезләнгән. Сак һәм табигый усул.

МАКСАТЫ:

өлкән яшьтәге һәм мөмкинлекләре чикле кешеләр өчен реабилитация, аларның социаль яктан яшәу дәрәҗәсен күтәрү. Терапия кеше шәхесенең потенциал ресурсларын ача, ялгызлык хисе белән көрәшәргә ярдам итә, тормышка кызыксынуны арттыра.

Art Therapy is a discipline assisting in rehabilitation based on the use of art and creativity. This is a natural and gentle method.

AIM:

helping people to be more socialized, rehabilitation of the elderly and people with disabilities. Therapy reveals the person's potential resources, helps to deal with feeling of loneliness awakening interest in life.

ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ

На площадке стоят столы с песком для проведения песочной арт-терапии, которая способна избавить от эмоционального напряжения и страхов. Также здесь возможно проведение индивидуальных занятий по рисованию.

НИШЛӘРГӘ

Арт-терапия уздыра торган майданчыкта ком белән расем ясау өчен каралган естәлләр тора. Бу төр терапия кешене эмоциональ киеренкеләктән коткара, ком белән эш иткәндә, куркулар тарала. Расем ясап һәм остаханәләр эшендә катнашып, шулай ук индивидуаль дәрәсләр дә алырга була.

THINGS TO DO

There are tables with sand for sand art therapy, which can rid of emotional strain and fears. It is also possible to hold individual drawing classes here.



ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ФИЗИК РЕАБИЛИТАЦИЯ PHYSICAL RENABILITATION

Предназначены для физической реабилитации людей с нарушением двигательных функций, с целью полного или частичного восстановления возможностей.

Харәкәтләнү функциясе ягыннан тайпылышлары булган яки функциональ мөмкинлекләре өлчәше генә кайткан кешеләрне жалеп итү өчен каралган физик төрләре.

They are designed for various types of physical rehabilitation of people with motor disabilities, in order to fully or partially restore capabilities

ТРЕНАЖЕРЫ ДЛЯ УВЕЛИЧЕНИЯ ТОЛЕРАНТНОСТИ К ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКЕ И КАРДИОТРЕНАЖЕРЫ

ФИЗИК ЙӨКЛӘНЭШКӘ КАРАТА БУЛГАН ТОЛЕРАНТЛЫКНЫ АРТТЫРА ТОРГАН ЯКИ КАРДИОТРЕНАЖ

EXERCISE TOLERANCE AND CARDIOVASCULAR EQUIPMENT



Ручной велосипед
Кул велосипеды
Hand bike



Велосипед
Велосипеды
Bicycle



Бегунок
Йөгерткеч
Runner



Ходули
Колга аяклар
Stilt



Колесо-вертушка
Әйләнмә-тагармач
Pinwheel



Горизонтальный тренажер
Горизонталь тренажер
Horizontal simulator



Вертикальный тренажер
Вертикаль тренажер
Vertical simulator



Отжимания и приседания
Утырып күнекмәлар ясар өчен
Push-ups and squats simulator

ТРЕНАЖЕРЫ ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ФУНКЦИЙ ВЕРХНИХ И НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ

ӨСКЕ ҺӘМ ТҮБӘНДӨГЕ ӨЛЭШЛӘР – КУЛ-АЯК ФУНКЦИЯЛӘРЕН КАЙТАРУ ӨЧЕН КАРАЛГАН ТРЕНАЖЕРЛАР

SIMULATORS FOR THE RESTORATION OF FUNCTIONS OF THE UPPER AND LOWER EXTREMITIES



Эллипс
Эллипс
Ellipse



Жим на платформе
Платформада
Platform press



Подтягивание
Тартылу
Pull-up



Вертикальная тяга
Вертикаль тарту
Vertical row



Велосипед для рук и ног
Кул һәм аяк велосипеды
Hand and Foot Bike



Рули
Рульлар
Handlebar



Балансировочная доска
Балансировактактасы
Balance Board



Двойная лестница
Ике катлы баскыч
Double Ladde



Подъем и спуск
Күтәрелү һәм төшү
Ascend and Descend



Встань и иди
Торып бас һәм атла
Get up and Go



ЧИСТЫЙ ВОЗДУХ

Аэроионотерапия – лечение естественными аэроионами, вырабатываемыми деревьями, в особенности хвойными. При контакте с организмом ионы оказывают непосредственное влияние на рецепторы дыхательных путей и кожи. Нервная система и эндокринная в организме начинают работать сообща, выделяя нужные гормональные вещества и импульсы для выздоровления организма.

РЕЗУЛЬТАТ:

- повышается газообмен;
- улучшается тканевое дыхание;
- происходит расслабление гладкой мускулатуры;
- нормализуется сон.

САФ НАВА

Аэроионотерапия – табиғый аэроионнар белән дөвәләү. Аларны ағачлар, аеруча ылыслы ағачлар бүләп чығара. Организм белән контактка кереп, ионнар сулыш юллары белән тән тиресенә турыдан-туры тәэсир итәләр. Нерв системасы белән эндокрин система үзара килешеп эшләргә керешә һәм организмны саламәтләндерү өчен гормональ матдәләр белән импульслар бүләп чығара башлай.

НӘТИЖӘ:

- газ алмашу процессы яхшыра,
- тукыма сулышы әйбәтләнә,
- шома мускулатурасы йомшара,
- йокысы жайга салына.

CLEAN AIR

Aeroionotherapy is a treatment with natural air ions produced by trees, especially conifers. When in contact with the body, ions have a direct effect on the receptors of the respiratory tract and skin. The nervous and endocrine systems begin to go hand-in-hand, discharging the needed hormone-like materials and impulses for the body's recovery.

RESULT:

- gas exchange increases,
- cell respiration improves,
- smooth muscles relax,
- sleep is normalized.



ТИХИЙ ПИРС

Кинезотерапия – это метод реабилитации больных, основанный на выполнении пассивных или активных осознанных упражнений, направленных на разработку и улучшение подвижности суставов и позвоночника.

На Тихом пирсе вы можете разложить коврики и позаниматься йогой или провести урок по лечебной гимнастике.

ТЫНЫЧ ПИРСЫ

Кинезотерапия – бу буыннар һәм умыртка авырулары белән көрәшү, кешенең хәрәкәт итү сәләтен яхшыртуга юнәлтелгән актив һәм пассив күнекмәләргә эшләү буенча реабилитация ысулы.

Тыныч ярда сез келәмнәр жәеп салып йога белән шөгьльләнгән яки дөвалый торган гимнастика дәресе уздыра аласыз

QUIET PIER

Kinesiotherapy is a method of patient rehabilitation based on the performance of passive or active exercises aimed at developing and improving the mobility of joints and spine.

At quiet pier, you may lay out rugs and practice yoga or give an exercise therapy lesson

ПОКАЗАНИЯ:

- искривление позвоночника, сколиоз, остеохондроз;
- межпозвоночная грыжа;
- проблемы с сосудами;
- дистрофия мышц;
- психосоматические последствия длительных стрессов;
- постоперационное восстановление.

НИШЛӘРГӘ

- умыртканың тайпылышы, сколиоз, остеохондроз;
- умыртка арасы бүсере;
- йөрәк-кан тамырлары белән проблемалар;
- мускуллар дистрофиясе;
- озакка сузылган стресслардан килеп туган психосоматик тайпылышлар;
- операциядән соң тернәкләнү.

INDICATIONS:

- spinal curvature, scoliosis, osteochondrosis;
- spinal disc herniation;
- vascular issues;
- muscular dystrophy;
- psychosomatic effects of steady stress;
- post-operative rehabilitation.



АРОМА- ОАЗИС

Ароматерапия – лечение седативными и тонизирующими ароматами трав.



ЛАВАНДА
АЛА МИЛӘУШӘ
LAVENDER

Способствует снятию напряжения и устранению симптомов депрессивных состояний.

Ала миләушә психологик саламәтлеккәне тергезә, рухи халәтне жиңеләйтәргә булыша.

The scent of lavender is able to restore psychological health.



КОТОВНИК
ПЕСИ УЛӘНЕ
NEPETA

Запах котовника способствует балансировке эмоций. Расслабляет, освежает, вызывает аппетит.

Эмоцияларне тәртипкә китерә, яна көчләр, күңел халәтне жиңеләйтә, рухны күтәрә. Аппетитны уята.

The scent of Nepeta helps to balance emotions. It induces appetite.

ХУШ ИСЛЕ ОАЗИС

Ароматерапия-тынычландыра һәм хуш исе белән тонусны күтәрә торган үләннәр ярдамендә дөваләу.



ШАЛФЕЙ ДУБРАВНЫЙ
ИМӨНЛЕКТӘ ҮСӨ
ТОРГАН ШАЛФЕЙ
WOODLAND SAGE

Способствует снятию напряжения и устранению симптомов депрессивных состояний.

Киеренкелекне жиңарга һәм депрессив халәт-ләренә симптомнарныннан арынырга булыша.

It helps to relieve stress and eliminate symptoms of a depressed state.



ПЕРЕЧНАЯ МЯТА
БӨТНЕК
PEPPERMINT

Снимает нервозность, эмоциональное истощение и рассеянность после недосыпания.

Нервләр киеренкелеге белән йокысызлыктан интеккәндә барлыкка килә торган таркау халәтләргә жиңарга бик яхшы булыша.

Effectively relieves nervousness and distraction after lack of sleep.

АРОМА- OASIS

Aromatherapy – is a treatment with sedative and tonic herbal aromas.



ИССОП
ИССОП
HYSSOPUS

Оптимизирует работу сердечно-сосудистой системы.

Йерәк-кан тамырлары системасы эшчәнлеген ныгыта.

It optimizes the work of cardiovascular system.



ТИМЬЯН
ТИМЬЯН
THYMUS

Гармонизирует психологические состояния. Помогает при лечении зависимостей.

Психологик халәтләргә гармониягә китерәргә мөмкинлек бира. Төрлө бәйләлек очрақларында ярдәм итү терапиясе уздырганда кулланыла торган.

It harmonizes psychological states, supportive therapy in the treatment of all kinds of addictions.



ОГОРОД

Садовая терапия – это вид профилактики и реабилитации психологических и физических недостатков с использованием растений.

ЗАЧЕМ?

Все те зрительные образы, которые окружают человека в саду, благоприятно влияют на его внутреннее психологическое состояние, развитие сенсорных чувств и тактильных ощущений. Подобные проекты могут принести удовлетворение от проделанной работы и радость от возможности принести пользу обществу. Уход за растениями и сбор урожая умиротворяют и успокаивают человека.

БАКЧА

Бакча терапиясе – бу үсемлекләр утырту һәм аларны кайгырту юлы белән психологик һәм физик реабилитация, профилактика ысулы.

НИГӘ?

Кешене бакчада әйләндереп алган образлар һәм хозурлык аның эчке психологик халәтенә яхшы тәэсир итә, сенсор тойгыларын үстәрә, тактиль тойгыларын яхшырта. Мондый төр проектлар үзәкнең эчке халәтенә дә уңай йогынты ясыя ала, шулай ук жәмгыятькә кирәкле булуыңны тоярга да булыша. Үсемлекларне тарбияләү һәм уңыш жыеп алу кешегә табигый яктан тынычлык һәм рахатлек тойгысы китерә

VEGETABLE GARDEN

Garden Therapy is a type of prevention and rehabilitation of psychological and physical disabilities using plants.

WHAT FOR?

All those visual images that surround a person in the garden have a beneficial effect on his/her internal psychological state, the development of sensory feelings and tactile senses. The projects of this kind may bring satisfaction from the work done and the joy of being able to benefit the community. Caring for plants and harvesting crops pacify and calm the person.



- ❑ Министерство здравоохранения Республики Татарстан
- ❑ Управление здравоохранения города Казани МЗ РТ
- ❑ Мэрия города Казани
- ❑ Архитектурная компания ООО "Мириада групп"
- ❑ Помощник президента РТ, член Общественной палаты РФ, Фишман- Бекмамбетова Наталия Львовна
- ❑ ГАУЗ «Городская клиническая больница №7» города Казани

