**Социальный проект Деменция.net запустил серию полезных онлайн-лекций о когнитивном здоровье и активном долголетии для всех желающих**

Каких принципов активного долголетия нужно придерживаться, чтобы сохранить когнитивное здоровье в старшем возрасте – своё или близких? Что происходит с нашим организмом, а особенно с мозгом с возрастом? Что является нормой, а что – нет? Какие паттерны старения бывают и как правильно общаться с близкими старшего возраста? На все эти вопросы ответили ведущие медицинские эксперты, а их ответы теперь доступны в удобном формате видеолекций на платформе [Добро.рф](https://dobro.ru/) в разделе [Добро.Университет](https://edu.dobro.ru/):

https://edu.dobro.ru/courses/161/?utm\_source=avc&utm\_medium=social\_media&utm\_campaign=kurs\_161

Видеокурс разработан специалистами социального проекта Деменция.net при участии ведущих специалистов Российского геронтологического научно-клинического центра и Научно-исследовательского медицинского центра «Геронтология», Центра когнитивного здоровья ГКУЗ «ККПБ им. В.Х. Кандинского», ФДПО РНИМУ им. Н.И. Пирогова.

Актуальность вопросов когнитивного здоровья сложно переоценить – деменция обретает форму настоящей эпидемии и выходит на общемировой уровень. Согласно оценкам экспертов Всемирной Организации Здравоохранения, деменцией в мире страдает более 55 млн человек, и каждый год происходит почти 10 млн новых случаев. Благодаря профилактике, когнитивные нарушения можно отсрочить, если заметить их вовремя: облегчить состояние и повысить уровень жизни человека с деменцией, также правильно подобрать медицинскую терапию.

**Катерина Круглова, руководитель социального проекта Деменция.net**: «*Когнитивные заболевания — тема, которую у нас в стране не принято обсуждать, и отсюда очень низкая информированность населения. Мы хотим помочь преодолеть этот барьер и дать доступные инструменты для профилактики и диагностики*».

**Социальный проект Деменция.net**

Деменция.net – это социальный проект, направленный на поддержку людей с деменцией. С 2021 года специалисты проекта занимаются проблемами когнитивных расстройств, информированием о деменции, методах профилактики и ранней диагностики первых нарушений. Основная задача проекта – привлечь внимание к теме деменции и создать инфраструктуру в онлайн- и офлайн-пространстве, которая станет навигатором и проводником в вопросах профилактики когнитивных расстройств, диагностики, лечения и ухода.

Партнерами проекта выступают: ВОД «Волонтеры-медики», АНО «НИМЦ Геронтология», а также Российский геронтологический научно-клинический центр РНИМУ им. Н. И. Пирогова Минздрава России.