

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБУ КЦСОН
 Дубровского района
 Н.В. Трифонова
 «19» февраля 2023 г.

**План работы
 «Университета третьего возраста»
 Отделения дневного пребывания и реабилитации
 ГБУ КЦСОН Дубровского района
 на 2024 год**

№ п/п	Название занятий	Форма занятий	Дата проведения	Место проведения	Ответственный
I. Факультет здоровьесберегающей деятельности «Стадион здоровья»					
1.	Организация работы факультета «В здоровом теле - здоровый дух» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Собрание членов факультета Тематическая беседа	Январь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
2.	«Движение – путь к совершенству» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Тематическая беседа	Февраль 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
3.	«От пищи полезной не будет болезней» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Тематическая лекция	Март 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
4.	«Роль режима в здоровом образе жизни» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Тематическая беседа	Апрель 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК

					Петрушина Л.П.
5.	«Полезные привычки» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Тематическая лекция	Май 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
6.	«Искусство быть здоровым» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Тематическая беседа	Июнь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
7.	«Летом время не теряй - сил, здоровья набирай» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Тематическая лекция	Июль 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
8.	«Жить, не старея» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Тематическая беседа	Сентябрь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
9.	«Слагаемые отличного самочувствия» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Тематическая лекция	Октябрь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации, тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
10.	«Пять минут зарядки-целый день в порядке» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Тематическая беседа	Ноябрь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации, тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.

11.	«Лечебные возможности даров природы» занятие по теме «Здоровый образ жизни» Подведение итогов года.	Тематическая лекция	Декабрь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
II. Факультет социально-психологической деятельности «В гармонии с собой»					
1.	Организация работы факультета «Как жить сегодня, чтобы иметь шансы завтра» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Собрание членов факультета Тематическая беседа. Занятие с элементами релаксации	Январь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
2.	«Что я ценю в людях» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Тренинг. Занятие с элементами релаксации	Февраль 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
3.	«Знакомство с психогимнастикой» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Занятие с элементами релаксации	Март 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
4.	«Приемы снятия стресса» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Тематическая беседа. Занятие с элементами релаксации	Апрель 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
5.	«Гармония общения-залог психоэмоционального здоровья» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Тематическая беседа. Занятие с элементами релаксации	Май 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
6.	«Внутренний луч» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Релаксационный тренинг. Занятие с элементами релаксации	Июнь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
7.	«Музыкотерапия» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Тематическая беседа. Занятие с элементами релаксации	Июль 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.

8.	«Эмоции и здоровье» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Тематическая беседа. Занятие с элементами релаксации	Сентябрь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
9.	«Сказкотерапия» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Тематическая беседа. Занятие с элементами релаксации	Октябрь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
10.	«Арт-терапия» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Тематическая беседа. Занятие с элементами релаксации	Ноябрь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
11.	«Проведение тестирование, опроса. Подведение итогов за год» занятие по теме «Психологическая безопасность». Подведение итогов года.	Тематическая беседа. Занятие с элементами релаксации	Декабрь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
III. Факультет социокультурной деятельности с инвалидами старше 18 лет «Свет твоей души»					
1.	Организация работы факультета «Рождественские посиделки»	Собрание членов факультета. Мероприятие, посвященное Рождеству Христову	Январь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
2.	«Диалоги о защитниках»	Тематическая беседа, посвященная Дню защитника Отечества.	Февраль 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
3.	«Музыка весны»	Мероприятие, посвященное Международному женскому дню.	Март 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
4.	«Мы веселые ребята»	Тематическая беседа, посвященная Дню смеха	Апрель 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
5.	Великая война - великая Победа»	Музыкальный вечер, посвященный Дню Победы над немецко-фашистскими захватчиками.	Май 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.

6.	«Белые ангелы»	Тематическая беседа, посвященная Дню медицинского работника	Июнь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
7.	«Откуда взялся этот праздник»	Тематическая беседа, посвященная Дню семьи, любви и верности	Июль 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
8.	«Герои-земляки»	Тематическая беседа, посвященная Дню освобождения Брянщины.	Сентябрь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
9.	«Советы мудрых»	Вечер - беседа, посвященный Дню пожилого человека.	Октябрь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
10.	«От чистого сердца»	Тематическая беседа, посвященная Дню Матери в России.	Ноябрь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
11.	«Мир вокруг доступен всем»	Мероприятие посвященное, Международному Дню инвалидов	Декабрь 2024 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.

Специалист по социальной работе
 Отделения дневного пребывания и реабилитации
 ГБУ КЦСОН Дубровского района
 Иванина Н.И. 