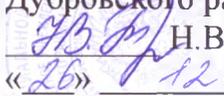


УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБУ КЦСОН
 Дубровского района

 Н.В. Трифонова
 «26» 12 2024 г.

План работы
«Университета третьего возраста»
Отделения дневного пребывания и реабилитации
ГБУ КЦСОН Дубровского района
на 2025 год

№ п/п	Название занятий	Форма занятий	Дата проведения	Место проведения	Ответственный
	I. Факультет здоровьесберегающей деятельности «Стадион здоровья»				
1.	Организация работы факультета «Адаптивная физическая культура в пожилом возрасте» занятие по теме «Здоровый образ жизни» (лекция)	Собрание членов факультета Тематическая беседа	Январь 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
2.	«5 способов укрепления всех мышц тела» занятие по теме «Здоровый образ жизни» (практика)	Тематическая беседа	Февраль 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
3.	«Гигиена в зрелом возрасте» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Тематическая лекция	Март 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
4.	«Профилактика инсульта» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Тематическая беседа	Апрель 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК

					Петрушина Л.П.
5.	«С пользой для здоровья» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Мастер-класс по использованию тренажеров	Май 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
6.	«Всем кто хочет быть здоров» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Тематический лекторий	Июнь 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
7.	«Витамины в жизни человека» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Тематическая беседа	Июль 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
8.	«Точечный массаж. Массаж головы. Массаж лица» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Профилактические упражнения	Сентябрь 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
9.	«Роль и значение воды в жизни человека» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Тематическая лекция	Октябрь 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации, тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
10.	«Тренинги познавательных процессов для лиц пожилого возраста» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Профилактические упражнения	Ноябрь 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации, тренажерный зал	Специалист по соц. работе Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
11.	«Спорт нам поможет силу умножить» занятие по теме «Здоровый образ жизни»	Тематическая лекция	Декабрь 2025г.	Отделение дневного пребывания и	Специалист по соц. работе

	Подведение итогов года.			реабилитации тренажерный зал	Иванина Н.И. инструктор АФК Петрушина Л.П.
II. Факультет социально-психологической деятельности «В гармонии с собой»					
1.	Организация работы факультета «Картина из пластилина «Моё настроение» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Собрание членов факультета Занятие с элементами релаксации	Январь 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
2.	Мандала «Моё состояние здесь и сейчас» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Тематическая беседа. Занятие с элементами релаксации	Февраль 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
3.	«Картина из атласных цветов «Будем знакомы» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Тематическая беседа. Занятие с элементами релаксации	Март 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
4.	«Рисунок на крахмале «Мой мир» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Тематическая беседа. Занятие с элементами релаксации	Апрель 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
5.	«Коллажирование «Сочувствие» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Тематическая беседа. Занятие с элементами релаксации	Май 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
6.	«Тканевая арт-терапия. Техника «Платочная коммуникация» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Занятие с элементами релаксации	Июнь 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
7.	«Музыкотерапия «Мой идеальный мир» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Тематическая беседа. Занятие с элементами релаксации	Июль 2025г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
8.	«Солевая изо-терапия «Конфликтные ситуации» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Тематическая беседа. Занятие с элементами релаксации	Сентябрь 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.

9.	«Сказкотерапия «Сказка апельсиновые друзья» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Тематическая беседа. Занятие с элементами релаксации	Октябрь 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Психолог Иванина Н.И.
10.	«Эспресс топиарий из салфеток «Дерево счастья» занятие по теме «Психологическая безопасность»	Тематическая беседа. Занятие с элементами релаксации	Ноябрь 2025 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 2025 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 «Наш весёлый старый Новый год!»	Собрание членов факультета. Мероприятие, посвященное Старому Новому году	Январь 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
2.	«23 февраля»	Тематическая беседа, посвященная Дню защитника Отечества.	Февраль 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
3.	«Женский день календаря»	Мероприятие, посвященное Международному женскому дню.	Март 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
4.	«Кривое зеркало»	Тематическая беседа, об истории возникновения праздника	Апрель 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
5.	«Великая Победа»	Виртуальная экскурсия в музей Победы	Май 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
6.	«Упражнения для тела и настроения»	Обзор зарядок на каждый день	Июнь 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.

7.	«Пётр и Феврония Муромские»	Виртуальная экскурсия, посвященная Дню семьи, любви и верности	Июль 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
8.	«Брянский партизанский край»	Обзор литературы о героях-партизанах Брянского края	Сентябрь 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
9.	«Поколения вместе»	Вечер - беседа, посвященный Дню пожилого человека.	Октябрь 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
10.	«История праздника День матери»	Тематическая беседа, посвященная Дню Матери в России.	Ноябрь 2025 г.	Отделение дневного пребывания и реабилитации	Специалист по соц. работе Иванина Н.И.
11.	«Судьба особого назначения»	Мероприятие посвященное, Международному Дню инвалидов	Декабрь 2025 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. 