

**ПЛАН**  
**мероприятий ГАУ «КЦСОН Ленинского района г. Екатеринбурга»**  
**на Январь 2024 года.**

Дата, время проведения мероприятия	Мероприятие	Описание мероприятия
<b>01-08 января</b>	<b>Новогодние праздники!</b>	
<b>09 января (вторник)</b> 1. 10.00 2. 11.00 3. 13.00 4. 14.00 5. 11.00 6. 11.00	1. Занятие в клубе «Незабудки», ул. Московская. 37 2. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 3. Школа пожилого возраста по направлению «Творческая и прикладная деятельность», ул. Московская. 37. 4. Школа пожилого возраста по направлению «Финансовая грамотность», ул. Московская, 37. 5. Школа пожилого возраста по направлению «Безопасная жизнедеятельность», ул. Московская, 37. 6. Школа пожилого возраста по направлению «Профессиональная ориентация», ул. Московская, 37	1. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 2. Занятия по оздоровительной гимнастике. 3. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 4. Вводная лекция. Финансовая грамотность. Проведение инструктажа по технике безопасности. Практическое занятие: Анкетирование. 5. Лекция: «Основы безопасности жизнедеятельности, введение в дисциплину и основные понятия». Беседа: «Взаимосвязь качества жизни и безопасной жизнедеятельности». 6. Лекция: «Профессиональная ориентация пожилых людей». Практическое занятие: «Как выбрать профессию. Основные правила выбора профессии».
<b>10 января (среда)</b> 1. 11.00 2. 12.00 3. 11.00 4. 16.00 5. 14.00	1. Занятие в клубе «Вязаночка», ул. Московская, 37. 2. Занятие в клубе «Джайв 55+», КДЦ «Дружба», ул. Сурикова, 31. 3. Школа пожилого возраста по направлению «Компьютерная грамотность», ул. Хохрякова, 104	1. Варежки на двух спицах без шва. Разбор схемы. 2. Занятие танцами. 3. Обучение навыкам работы на компьютере (теоретическое и практическое занятие).

	<p>4. Школа пожилого возраста по направлению «Правовая и экономическая культура», ул. Московская, 37.</p> <p>5. Школа пожилого возраста по направлению «Социальный туризм», ул. Московская, 37.</p>	<p>4. Лекция. «Вводная лекция. Правовая культура» Практическое занятие «Анкетирование».</p> <p>5. Вводная лекция специалиста о целях и задачах данного направления. Инструктаж. Практическое занятие: «Роль и значение социального туризма для граждан пожилого возраста».</p>
<p><b>11 января (четверг)</b></p> <p>1. 11.00</p> <p>2. 12.00</p> <p>3. 11.00</p> <p>4. 15.00</p> <p>5. 11.00</p> <p>6. 15.00</p> <p>7. 14.00</p>	<p>1. Занятие в клубе «Бусинка», ул. Московская, 37.</p> <p>2. Занятие в клубе «Теннисист», клуб «Удар», ул. Сакко и Ванцетти, 38.</p> <p>3. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11.</p> <p>4. Занятие в клубе «Навигатор», ул. Московская, 37.</p> <p>5. Школа пожилого возраста по направлению «Садоводство и огородничество», ул. Московская, 37</p> <p>6. Школа пожилого возраста по направлению «Социокультурная реабилитация», ул. Московская, 37</p> <p>7. Школа пожилого возраста по направлению «Краеведение», ул. Московская, 37</p>	<p>1. Занятие бисероплетением.</p> <p>2. Игра в теннис.</p> <p>3. Занятия по оздоровительной гимнастике.</p> <p>4. Занятие клуба. Интернет для любого телефона, как настроить интернет.</p> <p>5. Вводная лекция о целях и задачах данного направления. Инструктаж. Практическое занятие: «История развития садоводства и огородничества в России и мире».</p> <p>6. Лекция: «Роль социально-культурной реабилитации в процессе работы с пожилыми людьми». Практическое занятие: «Вводное анкетирование».</p> <p>7. Вводная лекция о целях и задачах данного направления. Проведение инструктажа по технике безопасности. Практическое занятие: Введение в краеведение. География Свердловской области.</p>
<p><b>12 января (пятница)</b></p> <p>1. 10.00</p> <p>2. 12.00</p>	<p>1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова.</p> <p>2. Занятие в клубе «Джайв 55+», КДЦ «Дружба», ул. Сурикова, 31.</p>	<p>1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева.</p> <p>2. Занятие танцами.</p>

3. 11.00 4. 14.00 5. 10.00	3. Занятие в клубе «Наши лучшие!», ул. Московская, 37 4. Школа пожилого возраста по направлению «Обучение навыкам ухода», ул. Московская, 37 5. Школа пожилого возраста по направлению «Активное долголетие», ул. Московская, 37	3. Творческий вечер, приуроченный творчеству Владимира Высоцкого. 4. Лекция: «Здоровый образ жизни – основа долголетия. Понятие о здоровье, факторах, риски развития заболеваний». Беседа: «Социально – психологические особенности лиц пожилого возраста». 5. Лекция: «Теоретические основы социальной геронтологии». Беседа: «Что такое активное долголетие?»
<b>15 января (понедельник)</b> 1. 10.00 2. 14.00 3. 12.00	1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова. 2. Занятие в клубе «Узорщики слова», ул. Московская, 37 3. Занятие в клубе «Казачи», Свердловский фильмофонд, ул. Блюхера, 4	1.Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 2. Занятие в клубе «Рождественские встречи». 3. Просмотр семейной драмы «Эта замечательная жизнь»
<b>16 января (вторник)</b> 1. 10.00 2. 11.00 3. 13.00 4. 11.00 5. 11.00  <b>6. 11.00</b>	1. Занятие в клубе «Незабудки», ул. Московская. 37 2. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 3. Школа пожилого возраста по направлению «Творческая и прикладная деятельность», ул. Московская, 37 4. Школа пожилого возраста по направлению «Безопасная жизнедеятельность», ул. Московская, 37 5. Школа пожилого возраста по направлению «Профессиональная ориентация», ул. Московская, 37  <b>6. Экскурсия в Эрмитаж, ул. Вайнера, 11</b>	1. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 2. Занятия по оздоровительной гимнастике. 3. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 4.Лекция: «Старение и связанные с этим проблемы безопасной жизнедеятельности пожилых людей». Беседа: «Изменения в организме человека при старении». 5. Лекция: «Особенности трудоустройства». Практическое занятие: «Советы на

		испытательный срок».
		<b>6. Экскурсия в Эрмитаж.</b>
<b>17 января (среда)</b> 1. 11.00 2. 12.00 3. 15.00 4. 11.00 5. 16.00 6. 14.00  <b>5. 15.00</b>	1. Занятие в клубе «Вязаночка», ул. Московская, 37 2. Занятие в клубе «Джайв 55+», КДЦ «Дружба», ул. Сурикова, 31. 3. Занятие в клубе «Дамский каприз», ул. Московская, 37 4. Школа пожилого возраста по направлению «Компьютерная грамотность», ул. Хохрякова, 104 5. Школа пожилого возраста по направлению «Правовая и экономическая культура», ул. Московская, 37. 6. Школа пожилого возраста по направлению «Социальный туризм», ул. Московская, 37  <b>5. Праздничное мероприятие «Новые песни о старом» ул. Московская, 37</b>	1. Варежки на двух спицах без шва. 2. Занятие танцами. 3. Рождественские посиделки «Звуки Рождества». 4. Обучение навыкам работы на компьютере (теоретическое и практическое занятие). 5. Лекция «Вводная лекция. Правовая культура» Практическое занятие. Анкетирование. 6. Лекция: «Особенности рекреационно – оздоровительного (медицинского) туризма. Тематическое занятие, приуроченное к 90-летию со дня образования Свердловской области  <b>5. Праздничное мероприятие.</b>
<b>18 января (четверг)</b> 1. 11.00 2. 12.00 3. 11.00 4. 14.00 5. 15.00 6. 14.00 7. 11.00 8. 15.00  <b>9. 15.00</b>	1. Занятие в клубе «Бусинка», ул. Московская, 37 2. Занятие в клубе «Теннисист», клуб «Удар», ул. Сакко и Ванцетти, 38. 3. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 4. Занятие в клубе «Сплетницы», ул. Волгоградская, 185. 5. Занятие в клубе «Светоч», ул. Щербакова, 2. 6. Школа пожилого возраста по направлению «Краеведение», ул. Московская, 37 7. Школа пожилого возраста по направлению «Садоводство и огородничество», ул. Московская, 37 8. Школа пожилого возраста по направлению	1. Занятие бисероплетением. 2. Игра в теннис. 3. Занятия по оздоровительной гимнастике. 4. «Таня, Танечка, Танюша» - вспоминаем студенческие годы Игра в боулинг.. Чаепитие. 5. 6. Занятие «Флора и животный мир Среднего Урала». Тематическое занятие, приуроченное к 90-летию со дня образования Свердловской области.

	<p>«Социокультурная реабилитация», ул. Московская, 37</p> <p><b>9. Боулинг, ул. Щербакова 2.</b></p>	<p>7. Лекция: «Основные овощные и плодовые культуры» Практика: "Особенности выращивания овощных и плодово-ягодных культур на Урале".</p> <p>8. Лекция: «Виды социокультурной реабилитации людей пожилого возраста». Практическое занятие: «Индивидуальное интервью».</p> <p><b>9. Игра в боулинг.</b></p>
<p><b>19 января (пятница)</b></p> <p>1. 10.00 2. 12.00 3. 11.00 4. 10.00</p>	<p>1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова. 2. Занятие в клубе «Джайв 55+», КДЦ «Дружба», ул. Сурикова, 31. 3. Школа пожилого возраста по направлению «Обучение навыкам ухода», ул. Московская, 37 4. Школа пожилого возраста по направлению «Активное долголетие», ул. Московская, 37.</p>	<p>1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 2. Занятие танцами. 3. Лекция: «Создание благоприятного микроклимата. Санитарные требования к содержанию помещения». Лекция: «Двигательная активность лиц пожилого возраста. Оказание помощи при перемещении в пространстве». 4. Лекция: «Роль и место пожилых людей в системе общественных отношений». Лекция: «Государственная политика в отношении пожилых людей».</p>
<p><b>22 января (понедельник)</b></p> <p>1. 10.00 2. 15.00 3. 11.00</p>	<p>1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова. 2. Занятие в клубе «Муза», ул. Московская, 37. 3. Занятие в клубе «Театральный», ул. Московская, 37</p>	<p>1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 2. Занятие клуба любителей творчества А.С. Пушкина 3. Занятие «Сказки каждому нужны, сказки каждому важны»</p>

<b>23 января (вторник)</b> 1. 10.00 2. 11.00 3. 15.00 4. 11.00 5. 11.00 6. 13.00	1. Занятие в клубе «Незабудки», ул. Московская. 37 2. Занятие в клубе «Смородинка», 3. Занятие в клубе «Дядя Ваня <sup>К</sup> », 4. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 5. Школа пожилого возраста по направлению «Безопасная жизнедеятельность», ул. Московская, 37. 6. Школа пожилого возраста по направлению «Творческая и прикладная деятельность», ул. Московская, 37	1. Занятие творческой и прикладной деятельностью 2. Занятие «Календарь работ в саду и огороде в январе». 3. Интеллектуальный квиз «Первые поселения Свердловской области». 4. Занятия по оздоровительной гимнастике. 5. Лекция: «Психологические особенности работы с людьми пожилого возраста». Практическое занятие: «Психодиагностика людей пожилого возраста». 6. Занятие творческой и прикладной деятельностью.
<b>24 января (среда)</b> 1. 11.00 2. 15.00 3. 12.00 4. 14.00 5. 11.00  <b>6. 11.00</b>	1. Занятие в клубе «Вязаночка», ул. Московская, 37 2. Занятие в клубе «Ностальгия», ул. Московская, 37 3. Занятие в клубе «Джайв 55+», КДЦ «Дружба», ул. Сурикова, 31. 4. Школа пожилого возраста по направлению «Социальный туризм», ул. Амундсена, 66. 5. Школа пожилого возраста по направлению «Компьютерная грамотность», ул. Хохрякова, 104.  <b>6. Выставка ретрофотографий, приуроченная к 90-летию со дня образования Свердловской области, Московская, 37</b>	1. Варежки на двух спицах без шва. 2. Праздничная встреча: «Новогодняя перезагрузка». 3. Занятие танцами. 4. Лекция: «Возможности социального туризма в Свердловской области». Практическое занятие: «Виды и особенности культурно – развлекательного и познавательного туризма». 5. Обучение навыкам работы на компьютере (теоретическое и практическое занятие).  <b>6. Фотовыставка</b>
<b>25 января (четверг)</b> 1. 11.00 2. 12.00 3. 15.00 4. 11.00	1. Занятие в клубе «Бусинка», ул. Московская, 37. 2. Занятие в клубе «Теннисист», клуб «Удар», ул. Сакко и Ванцетти, 38 3. Занятие в клубе «Навигатор», ул. Московская, 37. 4. Занятие в клубе «Оптимисты»,	1. Бисероплетение. Оплетение яйца к Пасхе. 2. Игра в теннис. 3. Занятие. Вопросы и ответы. 4. Занятия по оздоровительной

<p>5. 12.00 6. 14.00 7. 16.00 8. 15.00 9. 11.00 10. 14.00 <b>11. 15.00</b> <b>12. 16.00</b></p>	<p>Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 5. Занятие в клубе «Ладья», Теннисный клуб «Удар», ул. Сакко и Ванцетти, 38. 6. Занятие в клубе Сплетницы», ул. Московская, 37. 7. Занятие в клубе «Открытие», ул. Московская, 37 8. Школа пожилого возраста по направлению «Социокультурная реабилитация», ул. Московская, 37 9. Школа пожилого возраста по направлению «Садоводство и огородничество», ул. Московская, 37 10. Школа пожилого возраста по направлению «Краеведение», Московская, 37</p> <p><b>11. Интеллектуальный квиз на тему «Первые поселения Урала», приуроченный к 90-летию со дня образования Свердловской области, ул. Московская, 37</b></p> <p><b>12. Праздничное мероприятие «День студента», ул. Московская, 37</b></p>	<p>гимнастике. 5. Занятие. Игра в шахматы. 6. Интеллектуальный квиз «Первые поселения Урала». 7. Интеллектуальный квиз «Первые поселения Урала». 8. Лекция «Здоровый образ жизни в постпенсионный период». Практическое занятие «Мы помним ваш подвиг». 9. Лекция: «Основы овощеводства». Лекция: «Классификация овощных культур». 10. Лекция: Культура региона. Практика: Виды и особенности культурно-развлекательного туризма.</p> <p><b>11. Интеллектуальная викторина.</b> <b>12. Праздничное мероприятие.</b></p>
<p><b>26 января (пятница)</b> 1. 10.00 2. 12.00 3. 10.00 4. 10.00  <b>5. 15.00</b> <b>6. 11.00</b></p>	<p>1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова. 2. Занятие в клубе «Джайв 55+», КДЦ «Дружба», ул. Сурикова, 31. 3. Школа пожилого возраста по направлению «Обучение навыкам ухода», ул. Московская, 37. 4. Школа пожилого возраста по направлению «Активное долголетие», ул. Московская, 37.</p> <p><b>5. Акция «Город мужества и славы», посвященная Дню снятия блокады Ленинграда. Пешеходная часть перекрестка улицы Московская и проспекта Ленина.</b></p>	<p>1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 2. Занятие танцами. 3. Беседа: «Профилактика травматизма лиц пожилого возраста». Практическое занятие: «Комплекс упражнений для поддержания двигательной активности для людей старшего возраста». 4. Лекция «Роль и место старости в онтогенезе человека». Лекция «Новая модель старости».</p> <p><b>5. Акция «Город мужества и славы».</b></p>

	<i>6. Посещение на дому пожилых граждан, награжденных знаком «Житель блокадного Ленинграда». Вручение подарков. Ленинский район.</i>	<i>6. Посещение на дому пожилых граждан, награжденных знаком «Житель блокадного Ленинграда». Вручение подарков.</i>
<b>29 января (понедельник)</b> 1. 10.00	1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова	1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева.
<b>30 января (вторник)</b> 1. 10.00 2. 11.00 3. 13.00 4. 14.00  <b>5. 14.00</b>	1. Занятие в клубе «Незабудки», ул. Московская. 37 2. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 3. Школа пожилого возраста по направлению «Творческая и прикладная деятельность», ул. Московская. 37 4. Школа пожилого возраста по направлению «Финансовая грамотность», ул. Московская, 37  <b>5. Выставка творческих работ, приуроченная к 90-летию со дня образования Свердловской области, «Урал мой чудесный», Вайнера, 13</b>	1. Занятие творческой и прикладной деятельностью 2. Занятия по оздоровительной гимнастике. 3. Занятие творческой и прикладной деятельностью 4. Лекция: Банки и кредитные организации. Практическое занятие: Банковские карты, интернет-банк.  <b>5. Открытие выставки</b>
<b>31 января (среда)</b> 1. 11.00 2. 15.00  <b>3. 15.00</b>	1. Занятие в клубе «Вязаночка», ул. Амундсена, 66. 2. Занятие в клубе «Джайв 55+», КДЦ «Дружба», ул. Сурикова, 31.  <b>3. Экскурсия на выставку «Древняя история народов Урала», приуроченная к 90-летию со дня образования Свердловской области, пр. Ленина 69/10</b>	1. Вязание манишки спицами. 2. Занятие танцами.  <b>3. Экскурсия в Музей истории и археологии Урала</b>

Полную информацию о работе клубов и занятиях по направлениям Школы пожилого возраста, о порядке записи в них, вы можете получить по телефонам:

8(343)371-63-04; 8(950)545-95-53

Директор



Н.М. Луначева

Артамонова Татьяна Юрьевна  
8(343)376-68-52