

ПЛАН
мероприятий ГАУ «КЦСОН Ленинского района г. Екатеринбурга»
на Март 2024г.

Дата, время проведения мероприятия	Мероприятие	Описание мероприятия
01 марта (пятница) 1. 10.00 2. 12.00 3. 11.00	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.	1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 2. Занятие танцами. 3. Лекция «Особенности ухода за пожилыми людьми при заболеваниях органов мочевого выделения». Лекция «Уход за пожилыми людьми при сахарном диабете и ожирении».
04 марта (понедельник) 1. 10.00 2. 16.00	1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова. 2. Школа пожилого возраста по направлению «Правовая и экономическая культура», ул. Московская, 37.	1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 2. Лекция «Экономика. Бюджетная система сбережения и банковская система» Практическое занятие «Профилактика жестокого обращения в отношении пожилых людей».
05 марта (вторник) 1. 10.00 2. 11.00 3. 13.00 4. 11.00 5. 11.00 6. 14.00	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 «Безопасная жизнедеятельность», ул. Московская, 37. 5. Школа пожилого возраста по направлению	1. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 2. Занятия по оздоровительной гимнастике. 3. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 4. Лекция «Основные правила личной безопасности на улице». Лекция «Факторы риска здоровью в

	<p>«Профессиональная ориентация», ул. Московская, 37.</p> <p>6. Школа пожилого возраста по направлению «Финансовая грамотность», ул. Московская, 37.</p>	<p>жизни пожилого человека».</p> <p>5. Лекция «Новые востребованные профессии в 21 веке».</p> <p>Практическое занятие «Как выбрать профессию. Основные правила выбора профессии».</p> <p>6. Лекция «Защита собственности, прав и свобод граждан»</p> <p>Практическое занятие «Порядок подачи исковых заявлений»</p>
<p>06 марта (среда)</p> <p>1. 12.00</p> <p>2. 14.00</p> <p>3. 11.00</p>	<p>1. Занятие в клубе «Джайв 55+», КДЦ «Дружба», ул. Сурикова, 31</p> <p>2. Школа пожилого возраста по направлению «Социальный туризм», ул. Московская, 37.</p> <p>3. Школа пожилого возраста по направлению «Компьютерная грамотность», ул. Хохрякова, 104.</p>	<p>1. Занятие танцами.</p> <p>2. Лекция «Основные аспекты формирования социориентированного продукта». Занятие. Транспортное обслуживание.</p> <p>3. Обучение навыкам работы на компьютере (теоретическое и практическое занятие).</p>
<p>07 марта (четверг)</p> <p>1. 11.00</p> <p>2. 12.00</p> <p>3. 11.00</p> <p>4. 14.00</p> <p>5. 15.00</p> <p>6. 11.00</p> <p>7. 15.00</p> <p>8. 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 «Вязаночка», ул. Амундсена, 66</p> <p>5. Занятие в клубе «Навигатор», ул. Московская, 37</p> <p>6. Школа пожилого возраста по направлению «Садоводство и огородничество», ул. Московская, 37.</p> <p>7. Школа пожилого возраста по направлению «Социокультурная реабилитация», ул. Московская, 37</p> <p>8. Концерт, посвященный Международному женскому дню 8 Марта, подготовленный студентами Свердловского колледжа искусств и культуры.</p>	<p>1. Занятие бисероплетением.</p> <p>2. Игра в теннис.</p> <p>3. Занятия по оздоровительной гимнастике.</p> <p>4. «Пасхальный кролик» - изготовление поделки крючком.</p> <p>5. Занятие клуба: Смартфон. Серфинг в Интернете.</p> <p>6. Лекция: «Способы выращивания огородных культур».</p> <p>Практика: «Однолетние цветы. Правила ухода за цветами».</p> <p>7. Лекция «Психологические основы социально-культурной реабилитации людей пожилого возраста»</p>

	<i>пр. Решетникова, 5</i>	Практическое занятие «Профилактика когнитивных нарушений» <i>8.Концерт.</i>
08 марта (пятница)	С Международным женским днём- 8 Марта! С праздником!	
11 марта (понедельник) 1. 10.00 2. 15.00 3. 11.00	1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова. 2. Занятие в клубе «Узорщики слова», ул. Московская, 37.	1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 2. Занятие клуба любителей прозы и поэзии. 3. Обучение навыкам работы на компьютере (теоретическое и практическое занятие).
12 марта (вторник) 1. 10.00 2. 11.00 3. 14.00 4. 11.00 5. 13.00 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.Занятие в клубе «Наши лучшие!» 4. Школа пожилого возраста по направлению «Безопасная жизнедеятельность», ул. Московская, 37. 5. Школа пожилого возраста по направлению «Творческая и прикладная деятельность», 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. «Зиму провожаем – масленицу поджидаем»- литературная программа, викторина. 4. Лекция «Поведение и действия при землетрясении и урагане». Лекция «Поведение и действия при наводнении снежных заносах и при грозе». 5. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 6. Лекция «Резюме – главный «инструмент» при поиске работы» Практическое занятие «Рекомендации при составлении резюме».

13 марта (среда) 1. 12.00 2. 14.00 3. 11.00	1. Занятие в клубе «Джайв 55+», КДЦ «Дружба», ул. Сурикова, 31. 2. Школа пожилого возраста по направлению «Социальный туризм», Библиотека им. Герцена, ул. Чапаева, 5. 3. Школа пожилого возраста по направлению «Компьютерная грамотность», ул. Хохрякова, 104.	1. Занятие танцами. 2. Лекция: Особенности организации некоторых видов социального туризма. Практика: Экскурсия на выставку «Отражение весны». 3. Обучение навыкам работы на компьютере (теоретическое и практическое занятие).
14 марта (четверг) 1. 11.00 2. 12.00 4. 11.00 5. 14.00 6. 15.00 7. 14.00 8. 14.00 9. 11.00 10. 15.00 11. 13.00	1. Занятие в клубе «Бусинка», ул. Московская, 37. 2. Занятие в клубе «Теннисист», клуб «Удар», ул. Сакко и Ванцетти, 38 4. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 5. Занятие в клубе «Сплетницы», ул. Московская, 37. 6. Занятие в клубе «Светоч», ул. Щербакова, 2 7. Занятие в клубе «Вязаночка», ул. Амундсена, 66 8. Школа пожилого возраста по направлению «Краеведение», ул. Московская, 37. 9. Школа пожилого возраста по направлению «Садоводство и огородничество», ул. Московская, 37. 10. Школа пожилого возраста по направлению «Социокультурная реабилитация», ул. Московская, 37. 11. Праздничное мероприятие, приуроченное к празднованию 8 Марта с чаепитием. ул. Вайнера, 13 (круглый зал)	1. Занятие бисероплетением. 2. Игра в теннис. 4. Занятия по оздоровительной гимнастике. 5. «Зиму провожаем – масленицу поджидаем»- литературная программа, викторина. 6. Игра в боулинг 7. «Пасхальный кролик» - изготовление поделки крючком. 8. Лекция: Социальное краеведение. Занятие: Экономическое развитие Края. 9. Занятие «Календарь садовода – огородника». Занятие: Безопасность на садовом участке. 10. Лекция «Основные направления работы по психологической реабилитации» Практическое занятие игра «Не по годам молодцы» 11. Праздничное мероприятие.
15 марта (пятница) 1. 10.00	11. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова. 2. Занятие в клубе «Джайв 55+», КДЦ «Дружба», ул. Сурикова, 31.	1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева.

2. 12.00 3. 10.00 4. 11.00 5. 15.00	3. Школа пожилого возраста по направлению «Активное долголетие», ул. Московская, 37. 4. Школа пожилого возраста по направлению «Обучение навыкам ухода», ул. Московская, 37. 5. Масленица с лицами БОМЖ, проводят волонтеры «серебряного» возраста. (Конкурсы, блины и чай)	2. Занятие танцами. 3. Лекция «Социальный туризм» - анкетирование, с целью узнать пожелания слушателей по экскурсиям, прогулкам и т.д. Практическое занятие. 4. Лекция «Уход за пожилыми людьми при заболеваниях органов движения и опоры». Лекция «Уход за пожилыми людьми при заболеваниях органов зрения». 5. Масленица с лицами БОМЖ
18 марта (понедельник) 1. 10.00 2. 15.00 3. 18.00	1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова. 2. Занятие в клубе «Муза», ул. Московская, 37. 3. Занятие в клубе «Казачи», ул. Блюхера, 4.	1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 2. Занятие в клубе любителей творчества А.С. Пушкина. 3. Кинолекторий: «Судьба в кино Тамары Коковой».
19 марта (вторник) 1. 11.00 2. 10.00 3. 14.00 4. 11.00 5. 13.00 6. 11.00 7. 14.00	1. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 2. Занятие в клубе «Незабудки», ул. Московская, 37. 3. Занятие в клубе «Дядя Ваня», ул. Амундсена, 66. 4. Занятие в клубе «Смородинка», ул. Московская, 37. 5. Школа пожилого возраста по направлению «Творческая и прикладная деятельность», ул. Московская, 37. 6. Школа пожилого возраста по направлению «Безопасная жизнедеятельность», ул. Московская, 37. 7. Школа пожилого возраста по направлению «Финансовая грамотность», ул. Московская, 37.	1. Занятия по оздоровительной гимнастике. 2. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 3. Заседание клуба 4. Занятие «Готовим семена, для высадки в открытый грунт» 5. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 6. Лекция «Первая медицинская помощь». Практическое занятие. 7. Лекция «Личный (семейный) бюджет» Практическое занятие «Способы планирования личного бюджета».

<p>20 марта (среда)</p> <p>1. 12.00 2. 15.00 3. 14.00 4. 11.00</p> <p>5. 15.00</p>	<p>1. Занятие в клубе «Джайв 55+», КДЦ «Дружба», ул. Сурикова, 31. 2. Занятие в клубе «Дамский каприз», ул. Вайнера, 13. 3. Школа пожилого возраста по направлению «Социальный туризм», ул. Московская, 37. 4. Школа пожилого возраста по направлению «Компьютерная грамотность», ул. Хохрякова, 104.</p> <p>5. Встреча волонтеров «серебряного» возраста за 1 квартал 2024 года</p>	<p>1. Занятие танцами. 2. Праздничное мероприятие «Масленица». 3. Лекция «Организация экскурсионного обслуживания». Занятие: «Размещение и питание во время тура». 4. Обучение навыкам работы на компьютере (теоретическое и практическое занятие).</p> <p>5. Встреча волонтеров «серебряного» возраста.</p>
<p>21 марта (четверг)</p> <p>1. 11.00 2. 12.00 3. 11.00 4. 14.00 5. 15.00 6. 12.00 7. 15.00 8. 14.00 9. 11.00</p> <p>10. 15.00</p>	<p>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 клубе «Вязаночка», ул. Амундсена, 66 5. Занятие в клубе «Навигатор», ул. Московская, 37 6. Занятие в клубе «Ладья», клуб «Удар», ул. Сакко и Ванцетти 7. Школа пожилого возраста по направлению «Социокультурная реабилитация», ул. Московская, 37. 8. Школа пожилого возраста по направлению «Краеведение», ул. Московская, 37. 9. Школа пожилого возраста по направлению «Садоводство и огородничество», ул. Московская, 37.</p> <p>10. Игра в боулинг, ул. Щербакова, 2 РЦ «Венеция»</p>	<p>1. Занятие бисероплетением. 2. Игра в теннис. 3. Занятия по оздоровительной гимнастике. 4. «Пасхальный кулич» - изготовление поделки крючком. 5. Смартфоны «Интернет-серфинг». 6. Игра в шахматы 7. Лекция «Содержание социокультурной реабилитации при работе с пожилыми людьми» Практическое занятие «Серебряное» волонтерство, как форма социокультурной реабилитации» 8. Занятие: Культура региона. Практика: Экскурсия на выставку «Отражение весны». 9. Занятие «Безопасность на садовом участке». Практическое занятие «Календарь садовода – огородника»</p> <p>10. Игра в боулинг.</p>

22 марта (пятница) 1. 12.00 2. 10.00 3. 10.00 4. 15.00	1. Занятие в клубе «Джайв 55+», КДЦ «Дружба», ул. Сурикова, 31. 2. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова. 3. Школа пожилого возраста по направлению «Активное долголетие», ул. Московская, 37. 4. Экскурсия на «Смак», ул. Свердлова, 8.	1. Занятие танцами. 2. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 3. Лекция «Очищение организма пожилых и старых людей». Практическое занятие. Прогулка по тропе здоровья Юго-западного лесопарка. 4. Экскурсия на «Смак»
25 марта (понедельник) 1. 10.00 2. 11.00 3. 16.00	1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова. 2. Занятие в клубе «Театральный», ул. Московская, 37. 3. Школа пожилого возраста по направлению «Правовая и экономическая культура», ул. Московская, 37.	1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 2. Занятие клуба «Весне дорогу...» 3. Лекция «Государственные пособия» Лекция «Приватизация и налогообложения».
26 марта (вторник) 1. 11.00 2. 10.00 3. 13.00 4. 14.00	1. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 2. Занятие в клубе «Незабудки», ул. Московская 37. 3. Школа пожилого возраста по направлению «Творческая и прикладная деятельность», ул. Московская 37. 4. Школа пожилого возраста по направлению «Финансовая грамотность», ул. Московская 37.	1. Занятия по оздоровительной гимнастике. 2. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 3. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 4. Лекция «Официальные источники информации по финансовой грамотности» Практическое занятие «Сайт Банка России и приложение в телефоне».
27 марта (среда) 1. 12.00 2. 15.00	1. Занятие в клубе «Джайв 55+», КДЦ «Дружба», ул. Сурикова, 31. 2. Занятие в клубе «Ностальгия», посещение выставки «Урал_поэт_издат», выставка-аналогия уральской поэзии в книжном формате времён миллениума», ул. Белинского, 15.	1. Занятие танцами. 2. Заседание клуба. Посещение выставки
28 марта (четверг) 1. 11.00 2. 14.00	1. Занятие в клубе «Бусинка», ул. Московская, 37. 2. Занятие в клубе «Вязаночка», ул. Амундсена, 66	1. Занятие бисероплетением. 2. «Пасхальный кулич» - изготовление поделки крючком.

3. 12.00 4. 11.00 5. 16.00 6. 14.00 7. 14.00	3. Занятие в клубе «Теннисист», клуб «Удар» ул. Сакко и Ванцетти, 38 4. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 5. Занятие в клубе «Открытие», ул. Московская, 37. 6. Занятие в клубе «Сплетницы», ул. Амундсена, 66 7. Школа пожилого возраста по направлению «Краеведение», ул. Московская, 37.	3. Игра в теннис. 4. Занятия по оздоровительной гимнастике. 5. Заседание клуба 6. «Весь мир театр!» - информационно – тематическое занятие. 7. Занятие: Поселения управленческих округов. Практика: Малая Родина (Екатеринбург - столица Урала).
29 марта (пятница) 1. 12.00 2. 10.00 3. 11.00 4. 10.00	1. Занятие в клубе «Джайв 55+», КДЦ «Дружба», ул. Сурикова, 31. 2. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова. 3. Школа пожилого возраста по направлению «Обучение навыкам ухода», ул. Московская, 37. 4. Школа пожилого возраста по направлению «Активное долголетие», ул. Московская, 37.	1. Занятие танцами. 2. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 3. Лекция «Все о профилактике когнитивных нарушений». Практическое занятие. Тест на выявление ранних признаков деменции. 4. Лекция «Правильное питание в пожилом возрасте». Практическое занятие «Составление оптимального меню».

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)371-63-04