**Приложение 4**

 **к приказу ОСФР по Республике Бурятия**

 **от «\_16\_»\_января\_2023 №\_58-од\_**

**План мероприятий**

 **Клиентской службы (на правах отдела) Селенгинского района**

 **ОСФР РБ**

 **«Центр общения старшего поколения» на апрель 2024г.**

**1 неделя**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№№** | **Наименование мероприятий**  | **Форма проведения** | **Дата проведения** | **время** | **Ответственные** **исполнители** |
| **1** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»«Праздник юмора, шутки и весёлого розыгрыша» |  Упражнение с мячами  Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник» Вечер отдыха | **1 апреля****(понедельник)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-17.00 | БудаеваЭнгельсинаДоржиевнаБудаеваЭнгельсинаДоржиевнаБудаеваЭнгельсинаДоржиевнаФомина Нелли Ринчиновна |
| **2** | Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»«Порыв к высокому» |  Упражнение с мячами  Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник»Выставка — юбилей: « Творчество Н.В. Гоголя | **2 апреля****(вторник)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//-//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0015.00-16.30 | БудаеваЭнгельсинаДоржиевна-//-//-//--//-//-//-Демидова Ирина Ивановна-главный специалист городскойбиблиотеки |
| **3** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»«Спрашивали? Отвечаем!» | Упражнение с мячами  Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник»Встреча с руководителем Отдела Социального защиты населения.(Вопросы компенсации ЖКУ, кому положены,необходимый пакет документов) | **3 апреля****(среда)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-15.00 | БудаеваЭнгельсинаДоржиевнаБудаеваЭнгельсинаДоржиевнаБудаеваЭнгельсинаДоржиевнаДашинимаева Елена Вандановна |
| **4** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»ЛФК — при малоподвижном образе жизни | Упражнение с мячами  Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник»Практическое занятие с инструктором ЛФК | **4 апреля****(четверг)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0013.30-14.30 | БудаеваЭнгельсинаДоржиевнаБудаеваЭнгельсинаДоржиевнаБудаеваЭнгельсинаДоржиевнаАртем МихайловичСоколов — инструктор ЦРБ |
| **5** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»«Трещит лед под бременем ратным»- Исторический час | Упражнение с мячами практические упражнения«Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник»Видео-лекторий(Александр Невский — Ледовое побоище) | **5 апреля****(пятница)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0015.00-16.00 | БудаеваЭнгельсинаДоржиевнаБудаеваЭнгельсинаДоржиевна-//-//-//-Фомина Нелли Ринчиновна |

* **Книги и журналы-мини-библиотека**
* **Настольные игры (шашки, домино, шахматы, лото, лего)**
* **Медицинский уголок (измерение давления, температура)**
* **Игра в Дарц**

**2 неделя**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **6** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»«Не просто жить, а быть здоровым»День Здоровья«Движение — это жизнь»Всероссийский день ходьбы |  Упражнение с палками  Практические упражнения «Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник»Видеорассказ к «Дню Здоровья»активная пешая прогулка до стадионаФлешмоб(массовые физ.упражнения под руководством инструктора ) | **8 апреля****(понедельник)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//-,Открытый стадион-Спортивный комплекс ГО ГРЭС | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0013.30-15.3015.30-17.30 | Ростова Татьяна КорнеевнаРостова Татьяна КорнеевнаРостова Татьяна КорнеевнаДемидова Ирина Ивановна-главный специалист городской библиотеки РайонныйКомитет по спортуКорякина Татьяна Анатольевна |
| **7** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»«Театральная неделя» - в рамках совместного проекта « Теплые ладошки»с детским садом № 10 |  Упражнение с палками Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник» Театральная постановка совместно с детьми старших групп детского сада «Сказка» | **9 апреля****(вторник)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//-Детсад № 10 «Сказка» ул.Ключевская,.10 | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0016.00-17.30 | Ростова Татьяна КорнеевнаРостова Татьяна КорнеевнаРостова Татьяна КорнеевнаКонстантинова Анна Валерьевна — руководитель дет.садаФомина Нелли Ринчиновна |
| **8** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»«Красиво стареть возможно»  | Упражнение с палками Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник»-Лекция-Практические занятия с психологом  | **10 апреля****(среда)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-15.00 | Ростова Татьяна КорнеевнаРостова Татьяна КорнеевнаРостова Татьяна КорнеевнаБадмаева Оксана Баировна (клинический психолог отделения сосудистой терапии ) |
| **9** | «Развитие мышления, общение онлайн» | Онлайн-Викторина «Битва Эрудит компаний» с ЦОСП г. Северобайкальска  | **11 апреля****(четверг)**Здание СФР,ул.Комсомольская,5 | 10.00-11.00 | Ильина Валентина ЛеонидовнаФомина Нелли Ринчиновна |
| **10** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»«Он сказал: «Поехали !» -День космонавтики | Упражнение с палками Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник»Информационное досье ко Дню авиации и космонавтики | **12 апреля****(пятница)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//-**-//-//-//-****-//-//-//-** | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-15.00 | Ростова Татьяна КорнеевнаРостова Татьяна КорнеевнаРостова Татьяна Корнеевнасовет ЦОСП |

**Ежедневно**

* **Книги и журналы-мини-библиотека**
* **Просмотр фильмов, спектаклей и.т.д.-1 зал центра**
* **Настольные игры (шашки, домино, шахматы, лото, лего)**
* **Медицинский уголок (измерение давления, температура)**
* **Игра в ДАРЦ**

**3 неделя**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№№** | **Наименование мероприятий**  | **Форма проведения** | **Дата проведения** | **время** | **Ответственные** **исполнители** |
| **11** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»«100 советов на здоровье» |  Зарядка не вставая со стула Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник» Книжная выставка | **15 апреля****(понедельник)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0013.00-15.00 | Доржиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДоржиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДоржиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДемидова Ирина Ивановна-главный специалист городской библиотеки |
| **2** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»«Труд — дело чести, будь в труде на первом месте» |  Зарядка не вставая со стула Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник»Субботник — проведение благоустройства близлежайшей территории | **16 апреля****(вторник)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-16.00 | Доржиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДоржиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДоржиева ДаримаЦыбикдоржиевнаСовет ЦОСП |
| **13** |  -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»«Финансоваясреда» | Зарядка не вставая со стула  Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник»Основные правила безопасности при использовании банковских карт (Защита от финансового мошенничества)(Беседа, вопросы-ответы) | **17 апреля****(Среда)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-15.00 | Доржиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДоржиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДоржиева ДаримаЦыбикдоржиевнаБаниева Елена ВладимировнаУправляющая филиалом «Россельхозбаек»г. Гусиноозерско |
| **14** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»ЛФК — при малоподвижном образе жизни |  Зарядка не вставая со стула  Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник»Практическое занятие с инструктором ЛФК | **18 апреля****(четверг)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0013.30-14.30 | Доржиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДоржиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДоржиева ДаримаЦыбикдоржиевнаАртем МихайловичСоколов — инструктор ЦРБ |
| **15** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»«Защита организма от заражения» | Зарядка не вставая со стула Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник»Вакцинация против клещевого энцефалита — 3 прививка | **19 апреля****(пятница)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//-**-//-//-//-****-//-//-//-** | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0013.30-15.30 | Доржиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДоржиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДоржиева ДаримаЦыбикдоржиевнаЦРБ Перелыгина Светлана Геннадьевна |

**Ежедневно**

* **Книги и журналы-мини-библиотека**
* **Просмотр фильмов, спектаклей и.т.д.-1 зал центра**
* **Настольные игры (шашки, домино, шахматы, лото, лего)**
* **Медицинский уголок (измерение давления, температура)**

**4 неделя**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№№** | **Наименование мероприятий**  | **Форма проведения** | **Дата проведения** | **время** | **Ответственные** **исполнители** |
| **16** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»"Что есть человек?", «Великий мастер своего дела» |  Утренняя зарядка  Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник» Час интересных сообщений, посвященный 300-летию со дня рождения философа И.Канта | **22 апреля****(понедельник)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0013.00-15.00 | Соколова Татьяна ВасильевнаСоколова Татьяна ВасильевнаСоколова Татьяна ВасильевнаДемидова Ирина Ивановна-главный специалист городской библиотеки |
| **17** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»«Капелька тепла согреет душу»(Совместный проект «Бабушкин день»)  |  Утренняя зарядкаПрактические упражнения«Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник»посещение детского сада «Сказка» с целью проведения крнкурса чтецов с детьми | **23 апреля****(вторник)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//-Детсад № 10 «Сказка» ул.Ключевская,.10 | 08.00-19.0010.30-11.0011.00-12.0016.00-17.00 | Соколова Татьяна ВасильевнаСоколова Татьяна Васильевна//-//-//-Константинова Анна Валерьвна — заведующая д/с 10Фомина Н.Р. |
| **18** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»« Спрашивали? Отвечаем!» | Утренняя зарядка    Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник»Ответы на вопросы социально — пенсионного характера | **24 апреля****(среда)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-15.00 | Соколова Татьяна ВасильевнаСоколова Татьяна Васильевна//-//-//-Ниязова Татьяна Валерьевна, главный специалист КС СФР  |
| **19** | «Познаю свой край родной»в рамках пректа«Бурятия:  |   Экскурсия в с. Тарбагатай9Знакомство с бытом семейских  | **25 апреля****(четверг)**маршрут Гусиноозерск-Тарбагатай | 10.00-17.00 | Фомина Нелли Ринчиновна |
| **20** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Мы танцуем и поем»“Святая верба» | Утренняя зарядка   Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика» репетиция самодеятельного ансамбля «Багульник»Видео — лнкторий посвященный провославным праздникам «Вербное воскресенье» и «Благовещение». | **26 апреля****(пятница)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А-//-//-//-**-//-//-//-****-//-//-//-** | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0015.00-16.00 | Соколова Татьяна ВасильевнаСоколова Татьяна ВасильевнаСоколова Татьяна ВасильевнаГубкина Валентина Кирилловна |
| **21** | «Словно яркая раскраска в гости к нам явилась Пасха» | Беседа — диалог о традициях празднования ПасхиМастер -класс по раскрашиванию яиц , изготовлению куличей к празднику | **,27 апреля****(суббота)**место проведе-ния: ЦОСПпос. Энергетиков,26А | 10.00-10.30 | Соколова Татьяна Васильевна,Ростова Татьяна Корнеевна |