**План мероприятий**

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

**ОСФР РБ**

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

**02.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 11.00-12.00 | Настольные игры (лото, домино) |  |
| 15.00-16.30 | Уроки компьютерной грамотности | Специалист КС |

**03.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика (дыхательная/суставная) |  |
| 11.00-12.00 | Настольные игры (лото, домино) |  |
| 15.00-17.00 | Вопросы-ответы к Международному дню инвалидов | Специалисты КС |

**04.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 13.00-17.00 | Плетение маскировочных сетей (помощь СВО) |  |

**05.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 10.30-12.00 | Упражнения для тренировки памяти (кроссворды, судоку, головоломки) |  |
| 15.00-17.00 | «День коллекционера»- выставка коллекций вещей | Дамбаева И.Д. |

**06.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 11.00-13.00 | Настольные игры (лото, домино) |  |
| 15.00-17.30 | Клуб любителей игр шахматы-шашки «Оптимист» |  |

**09.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 10.30-11.00 | Упражнения для тренировки памяти (кроссворды, судоку, головоломки) |  |
| 15.00-17.00 | День здорового человека | ЦРБ Бужиева Д.Б. |

**10.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 15.00-17.00 | «Чемодан историй» (ежемес.)  История об одном человеке | Бадмаева В.В. |

**11.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 10.30-11.00 | Упражнения для тренировки памяти (кроссворды, судоку, головоломки) |  |
| 13.00-17.00 | Плетение маскировочных сетей (помощь СВО) |  |

**12.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 10.30-12.00 | Игра в настольный теннис |  |
| 15.30-16.30 | «Как избежать мошенничества?»  Лекция, вопросы-ответы | Ламажапов А.С. участковый |

**13.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 10.30-11.00 | Настольные игры |  |
| 15.00-17.00 | Клуб любителей игр шахматы-шашки «Оптимист» |  |

**16.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 10.30-11.00 | Упражнения для тренировки памяти (кроссворды, судоку, головоломки) |  |
| 15.00-17.00 | «Театр и мы» | Дамбаева И.Д. |

**17.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 11.00-12.00 | Игра в настольный теннис |  |
| 14.00-16.00 | Занятия на тренажерах |  |

**18.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 10.30-11.00 | Упражнения для тренировки памяти (кроссворды, судоку, головоломки) |  |
| 14.00-17.00 | Плетение маскировочных сетей (помощь СВО) |  |

**19.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 10.30-11.00 | Настольные игры (лото, домино) |  |
| 14.00-16.00 | Занятия на тренажерах |  |

**20.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 11.00-12.00 | Игра в настольный теннис |  |
| 15.00-17.00 | Клуб любителей игр шахматы-шашки «Оптимист» |  |

**23.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 10.30-11.00 | Упражнения для тренировки памяти (кроссворды, судоку, головоломки) |  |
| 15.00-17.30 | Мастер класс по изготовлению новогодней игрушки | Будунова М.П. |

**24.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 13.30-15.00 | Настольные игры (лото, домино) |  |
| 14.00-16.00 | Занятия на тренажерах |  |

**25.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 10.30-11.00 | Мастер класс по рисованию | Педагог РЦДО |
| 15.00-17.00 | Плетение маскировочных сетей (помощь СВО) |  |

**26.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 10.30-11.00 | Упражнения для тренировки памяти (кроссворды, судоку, головоломки) |  |
| 14.00-16.00 | Занятия на тренажерах |  |

**27.12.2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Время*** | ***Мероприятие*** | ***Ответственное лицо*** |
| 10.00-10.30 | Утренняя гимнастика  (дыхательная/суставная) |  |
| 13.30-15.00 | Настольные игры (лото, домино) |  |
| 15.00-17.00 | «Блестящее новогодье» - поздравления, чаепитие |  |