**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 февраль 2025г.**

**1 неделя**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№№** | **Наименование мероприятий**  | **Форма проведения** | **Дата проведения** | **время** | **Ответственные** **исполнители** |
| **1** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»**«Двести дней и ночей»** | Утренняя зарядка с палкамиПрактические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»  Мероприятие посвященное победе **в** **Сталинградской** **битве**. (В виде сообщений и показа слайдов) | **3 февраля****(понедельник)**место проведе-ния: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-15.00 | Дашиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДашиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДашиева ДаримаЦыбикдоржиевнаСовет ЦОСП |
| **2** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»**«Дед на час»** | Утренняя зарядка с палкамиПрактические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»Акция -помощь серебрянных волонтеров одиноким женщинам, в заточке ножей, вкручивании энергосберегающих лампочек | **4 февраля****(вторник)**место проведения: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-16.00 | Дашиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДашиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДашиева ДаримаЦыбикдоржиевнаРуководитель «ММДМС»Соболева Татьяна Васильевна |
| **3** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»**«Что такое сахарный диабет 2 типа»** | Утренняя зарядка с палкамиПрактические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»Беседа с врачом-эндокринологом | **5 февраля**(среда)место проведе-ния: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.00**14.00-15.00** | Дашиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДашиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДашиева ДаримаЦыбикдоржиевнаБальжинова Дарима Дармажаповна -врач-эндокринолог ЦРБ |
| **4** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен» **«Интернет -мошенничество»** | Утренняя зарядка с палкамиПрактические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»Лекция о защите от мошенников  |  **6 февраля**(четверг)место проведе-ния: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А)-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0013.30-14.30 | Дашиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДашиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДашиева ДаримаЦыбикдоржиевна**сотрудники МВД по Селенгинскому району** |
| **5** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»**«Спрашивали-отвечаем»** | Утренняя зарядка с палкамиПрактические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»**Встреча со специалистами Селенгинского ОСЗН** | **7 февраля**(пятница)место проведе-ния: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А)-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-15.00 | Дашиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДашиева ДаримаЦыбикдоржиевнаДашиева ДаримаЦыбикдоржиевна**Баторова Ольга Алексеевна,****заместитель руководителя ОСЗН** |

 **(бодрящая зарядка)Ежедневно**

* **Книги и журналы-мини-библиотека**
* **Настольные игры (шашки, домино, шахматы, лото, лего)**
* **Медицинский уголок (измерение давления, температура)**
* **Игра в ДАРТЦ**
* **Плетение маскировочных сетей на СВО**
* **Изготовление окопных свечей на СВО**

**2 неделя**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **6** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»**,«Книжный бульвар новинок»** |  Утренняя зарядка с мячамиПрактические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»Литературная гостиная | **10 февраля***(понедельник)*место проведе-ния: ЦОСП(пос. Энергетиков,26а-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-15.30. | Соколова Татьяна ВасильевнаСоколова Татьяна ВасильевнаСоколова Татьяна ВасильевнаДемидова И.И — главный специалист городской библиотеки Отдела Культуры |
| **7** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»**«Когнитивное здоровье. Что это такое?»**(Профилактика деменции) |  Утренняя зарядка с мячамиПрактические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»Сообщение, практическое занятие с психологом | **11 февраля**(вторник)место проведе-ния: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0013.00-15.00 | Соколова Татьяна ВасильевнаСоколова Татьяна ВасильевнаСоколова Татьяна ВасильевнаСизоненко Т. А.- проректор института «Знание» |
| **8** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»**«Когнитивное здоровье. Что это такое?»**(Профилактика деменции) | Утренняя зарядка с мячамиПрактические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»Беседа, 2-ое практическое занятие с психологом | **12 февраля****(среда)**место проведе-ния: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0013.00-15.00 | Соколова Татьяна ВасильевнаСоколова Татьяна ВасильевнаСоколова Татьяна ВасильевнаСизоненко Т. А.- проректор института «Знание» |
| **9** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»**«Основы религии»** | Утренняя зарядка с мячамиПрактические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»**Беседа о духовности, нравственности** **«Сагаалган» - белый месяц» -смысл, история, традиция** | **13 февраля**(четверг)место проведе-ния: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-15.00 | Соколова Татьяна ВасильевнаСоколова Татьяна ВасильевнаСоколова Татьяна ВасильевнаБудаева Энгельсина Доржиевна |
| **10** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»**«Эхо огненных дорог»** | Утренняя зарядка с мячамиПрактические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»**Видео- показ ко Дню вывода советских войск из Афганистана** | **14 февраля**(пятница)место проведе-ния: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-15.00 | Соколова Татьяна ВасильевнаСоколова Татьяна ВасильевнаСоколова Татьяна ВасильевнаДемидова И.И — главный специалист городской библиотеки Отдела Культуры |

**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 Дартц**
* **Плетение маскировочных сетей на СВО**
* **Изготовление окопных свечей для СВО**

**3 неделя**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№№** | **Наименование мероприятий**  | **Форма проведения** | **Дата проведения** | **время** | **Ответственные** **исполнители** |
| **11** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»**«Согрей теплом солдата"** |  Видеоурок (дыхательная гимнастика) по Стрельниковой А.Н. Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник» **Изготовление** **окопных** **свечей** | **17 февраля****(понедельник)**место проведения: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0013.00-17.00 | Невьянцева ВалентинаАлексеевнаНевьянцева ВалентинаАлексеевнаНевьянцева ВалентинаАлексеевнаГалсанова Оксана Даба-Нимаевнаспециалист Сектора по работе с населением ОСЗН Селенгинского района |
| **12** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»**«Победим шейно-грудной остеохондроз »** |  Видеоурок (дыхательная гимнастика) по Стрельниковой А.Н. Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»**-Практическое занятие-обучение** | **18 февраля**(вторник)место проведения: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-15.00 | Невьянцева ВалентинаАлексеевнаНевьянцева ВалентинаАлексеевнаНевьянцева ВалентинаАлексеевна**Инструктор ЛФК ЦРБ****Соколов Артем Михайлович** |
| **13** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»**Финансовая****гамотность** | Видеоурок (дыхательная гимнастика) по Стрельниковой А.Н. Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»**Лекция «Защита от финансового мошенничества», игра «Финансовая грамотность»** | **19 февраля**(Среда)место проведения: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А)-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-15.00 | Невьянцева ВалентинаАлексеевнаНевьянцева ВалентинаАлексеевнаНевьянцева ВалентинаАлексеевна**Капустина Ольга Алексеевна** |
| **14** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»**«Лейся песня фронтовая»** |  Видеоурок (дыхательная гимнастика) по Стрельниковой А.Н. Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»Вечер патриотической песни, совместно с ОСЗН по Селенгинскому району | **20 февраля**(четверг)место проведения: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А)-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-17.00 | Невьянцева ВалентинаАлексеевнаНевьянцева ВалентинаАлексеевнаНевьянцева ВалентинаАлексеевнаГалсанова Оксана Даба-Нимаевнаспециалист Сектора по работе с населением |
| **15** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен» **«Наследие предков»** | Видеоурок (дыхательная гимнастика) по Стрельниковой А.Н. Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»**Флешмоб к Международному Дню родного языка** | **21 февраля**(пятница)место проведения: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А)-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-15.00 | Невьянцева ВалентинаАлексеевнаНевьянцева ВалентинаАлексеевнаНевьянцева ВалентинаАлексеевнаМолодежное движение «Свежий ветер» - руководитель Валерия Дубинина |

**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)**
* **Плетение маскировочных сетей на СВО**
* **Изготовление окопных свечей на СВО**

**4 неделя**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№№** | **Наименование мероприятий**  | **Форма проведения** | **Дата проведения** | **время** | **Ответственные** **исполнители** |
| **16** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»**«Масленица наступила- весну подарила»** |  Видеоурок (дыхательная гимнастика) по Стрельниковой А.Н. Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»Праздничное мероприятие | **24 февраля**(понедельник)место проведения: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А)-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-15.00 | Невьянцева ВалентинаАлексеевнаНевьянцева ВалентинаАлексеевнаНевьянцева ВалентинаАлексеевнаСовет ЦОСП |
| **17** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»**«Основа религии»** |  Утренняя гимнастика(зарядка на стульях) Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»**Будизм. Главные праздники** | **25 февраля**(вторник)место проведения: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А)-//-//-//--//-//-//--//-//-//- | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-15.30 | Будаева Энгельсина ДоржиевнаБудаева Энгельсина ДоржиевнаБудаева Энгельсина ДоржиевнаБудаева Энгельсина Доржиевна |
| **18** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»«Зула-хурал» (Праздник тысячи лампад)  | Утренняя гимнастика(зарядка на стульях) Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»Будизм. Главные праздники | **26 февраля**(среда)место проведения: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А)-//-//-//--//-//-//-ЗАГУСТАЙСКИЙ ДАЦАН "ДЭЧЕН РАБЖЕЛИНГ" | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.00 | Будаева Энгельсина ДоржиевнаБудаева Энгельсина ДоржиевнаБудаева Энгельсина ДоржиевнаБудаева Энгельсина Доржиевна |
| **19** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»**Дугжууба — это особый обряд очищения в канун нового года.**  |  Утренняя гимнастика(зарядка на стульях) Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»Будизм. Главные праздники | **27 февраля**(четверг)место проведения: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А)-//-//-//--//-//-//-ЗАГУСТАЙСКИЙ ДАЦАН "ДЭЧЕН РАБЖЕЛИНГ" | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0017.00-20.00 | Будаева Энгельсина ДоржиевнаБудаева Энгельсина ДоржиевнаБудаева Энгельсина ДоржиевнаСовет ЦОСП |
| **20** | -Жить активно (бодрящая зарядка)«Развитие мозга в любом возрасте» «Разучивание песен»**Обучение компьютерной грамотности** | Утренняя гимнастика(зарядка на стульях) Практические упражнения«Пальчиковая гимнастика»репетиция ансамбля «Багульник»**Вводное занятие** | **28 февраля**(пятница)место проведения: ЦОСП(пос. Энергетиков,26А)-//-//-//--//-//-//-**IT -Куб «Сэлэнгэ»** | 10.00-10.3010.30-11.0011.00-12.0014.00-15.00 | Будаева Энгельсина ДоржиевнаБудаева Энгельсина ДоржиевнаБудаева Энгельсина ДоржиевнаНадмитов Саян Бимбаевич -преподователь информатики |

**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 Дартц**
* **Плетение маскировочных сетей на СВО**
* **Изготовление окопных свечей на СВО**