План еженедельных онлайн-мероприятий для организации досуга граждан

в возрасте 65 лет и старше с 16.11.2020 по 20.11.2020

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование учреждения социального обслуживания | Наименование  онлайн-  мероприятия | Дата и время проведение мероприятия, Ф.И.О.  Ответственного специалиста, контактный телефон | Количество человек, принявших участие в мероприятии |
| Наименование муниципального образования | | | | |
| 1 | БУ «Пыть-Яхский комплексный центр социального обслуживания населения» | 1. Утренняя зарядка для тех, кто хочет похудеть.  2. Лечебные свойства крема Бора Плюс. | **16.11.2020**,  09:30-10:10,  Е.С. Бринзюк - инструктор по физ.культуре, тел. 42-32-41. | 14 человек |
| 1. Комплекс упражнений при плечевом артрите.  2. Лечебные свойства мази Стрептоцид | **17.11.2020,**  09:30-10:10,  Е.С. Бринзюк - инструктор по физ.культуре, тел. 42-32-41. | 15 человек |
| 1. Комплекс упражнений для укрепления мышц живота и спины.  2. Лечебные свойства мази Левомеколь. | **18.11.2020,**  09:30-10:10,  Е.С. Бринзюк - инструктор по физ.культуре, тел. 42-32-41. | 13 человек |
| 1. Упражнения при боли в пояснице.  2. Лечебные свойства крема Бепантен. | **19.11.2020**,  09:30-10:10,  Е.С. Бринзюк - инструктор по физ.культуре, тел. 42-32-41. | 14 человек |
| 1. Упражнения для позвоночника на растягивание.  2. Упражнения для укрепления мышц живота и спины. | **20.11.2020**,  09:30-10:10,  Е.С. Бринзюк - инструктор по физ.культуре, тел. 42-32-41. | 14 человек |
| 1. Александр Малинин - советский и российский эстрадный певец, Народный артист России.  2. Виртуальная экскурсия в Музей Акрополя - Афины. Греция. | **16.11.2020,**  10:30-11:10,  З.Р. Зулумханова, культорганизатор, тел. 42-32-41. | 14 человек |
| Екатерина II - российская императрица  ( 1762-1796) | **17.11.2020,**  10:30-11:10,  З.Р. Зулумханова, культорганизатор, тел. 42-32-41. | 15 человек |
| Эльдар Рязанов - советский и российский кинорежиссер, сценарист, телеведущий, Народный артист СССР. | **18.11.2020,**  10:30-11:10,  З.Р. Зулумханова, культорганизатор, тел. 42-32-41. | 13 человек |
| Михаил Ломоносов - русский ученый-естествоиспытатель, основатель МГУ. Михаил Калинин - советский политический деятель, «Всесоюзный староста». | **19.11.2020,**  10:30-11:10,  З.Р. Зулумханова, культорганизатор, тел. 42-32-41. | 14 человек |
| 1. Патриарх Кирилл - патриарх Московской и Всея Руси (с 2009г.)  2. Майя Плисецкая - советская и российская балерина, хореограф, педагог, Народная артистка СССР. | **20.11.2020,**  10:30-11:10,  З.Р. Зулумханова, культорганизатор, тел. 42-32-41. | 14 человек |
| Презентация на тему «Как снять тревожность в период самоизоляции» | **16.11.2020,**  11:30-12:10, Д.А.Загидуллина, психолог, тел. 42-32-41 | 14 человек |
| Лекция на тему  «Бесконфликтное общение и связь между поколениями» | **17.11.2020,**  11:30-12:10, Д.А.Загидуллина, психолог, тел. 42-32-41 | 15 человек |
| Профилактика деменции | **18.11.2020,**  11:30-12:10, Д.А.Загидуллина, психолог, тел. 42-32-41 | 13 человек |
| Арт-терапия. Релаксация. | **19.11.2020,**  11:30-12:10, Д.А.Загидуллина, психолог, тел. 42-32-41 | 14 человек |
| Презентация на тему «Молоды душой» | **20.11.2020,**  11:30-12:10, Д.А.Загидуллина, психолог, тел. 42-32-41 | 14 человек |
| Развитие и тренировка внимательности у граждан пожилого возраста и инвалидов. | **16.11.2020,**  15:30-16-10  Н.М. Саранчук, специалист по комплексной реабилитации и абилитации, тел. 42-32-41. | 14 человек |
| Ребусы для взрослых с целью развития фантазии, логики, мышления. | **17.11.2020,**  15:30-16-10  Н.М. Саранчук, специалист по комплексной реабилитации и абилитации, тел. 42-32-41. | 15 человек |
| 1. Логика. Развитие и тренировка логического мышления у граждан пожилого возраста и инвалидов с целью поддержания мозговой активности.  2. Тренировка нестандартного мышления. | **18.11.2020,**  15:30-16-10  Н.М. Саранчук, специалист по комплексной реабилитации и абилитации, тел. 42-32-41. | 13 человек |
| «Найди отличия» - дидактическая игра для восстановления концентрации внимания. | **19.11.2020,**  15:30-16-10  Н.М. Саранчук, специалист по комплексной реабилитации и абилитации, тел. 42-32-41. | 14 человек |
| Мудры: йога для пальцев рук для омоложения и укрепления здоровья граждан пожилого возраста инвалидов. | **20.11.2020,**  15:30-16-10  Н.М. Саранчук, специалист по комплексной реабилитации и абилитации, тел. 42-32-41. | 14 человек |