

Министерство социальной политики Свердловской области
Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания
населения Свердловской области «Комплексный центр социального
обслуживания населения Новолялинского района»

**ОРГАНИЗАЦИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РЕАБИЛИТАЦИОННОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ГБУ «КЦСОН Новолялинского района»**

Методическое пособие

г. Новая Ляля
2013

Согласовано:
Методическим Советом по социальной
реабилитации в государственных
учреждениях социального
обслуживания населения
Свердловской области
протокол № 3
от « 27 » сентября 2013 г.

Утверждено:
Директор ГБУ СО «Комплексный
центр социального обслуживания
населения Новолялинского района»
_____ Н.В.Ющенко
« ____ » _____ 2013 г.

Согласовано:
Научно-методическим советом
ГБУ СО «Областной центр
Реабилитации инвалидов»
Протокол № 6
от « 08 » июля 2013 г.

Авторы:

-Кардапольцева О.А., специалист по социальной работе;

-Морозова Н.И., специалист по социальной работе ГБУ «КЦСОН
Новолялинского района».

«Организация оздоровительно-реабилитационной деятельности в комплексном центре социального обслуживания населения». Методическое пособие. ГБУ «КЦСОН Новолялинского района». 2013 год

Содержание

| | |
|---|----|
| Введение..... | 5 |
| 1. Нормативные документы | 6 |
| 2. Алфавитные список специальных терминов | 7 |
| 3. Основные принципы деятельности ГБУ «КЦСОН Новолялинского района»..... | 8 |
| 4. Основные направления деятельности..... | 8 |
| 5. Социальные партнёры..... | 9 |
| 6. Формы и методы работы..... | 10 |
| Заключение..... | 23 |
| Список использованной литературы..... | 24 |
| Приложения..... | 25 |

Введение

Под реабилитацией людей преклонного возраста и людей с ограниченными возможностями понимается процесс восстановления утраченных навыков, социальных связей, налаживание разрушенных человеческих отношений, принятия на себя ответственности за собственные поступки.

Стремясь к увеличению продолжительности жизни людей, общество обязано должным образом заботиться о тех, кто достигает преклонного возраста, а также о людях с ограниченными возможностями.

Для людей этих категорий большое значение имеет качество жизни, определяющееся способностью человека быть независимым от окружающих, наслаждаясь физическим и умственным благополучием.

Здоровье имеет огромное значение для каждого человека, а в пожилом возрасте – особенно, так как помогает поддержать уверенность в своих силах, вести привычный образ жизни и способствует активному долголетию.

Одной из важнейших задач оздоровительно-реабилитационной деятельности социальных служб является сохранение и поддержание здоровья человека в состоянии активного, самостоятельного отношения к себе, своей жизни и деятельности. В её решении очень важную роль играет процесс восстановления этого состояния, которое может быть утрачено в силу ряда причин.

Целью оздоровительно-реабилитационной деятельности является достижение оптимально возможного уровня здоровья, функционирования и адаптации людей пожилого возраста, людей с ограниченными возможностями.

Задачи:

1. Проведение комплексной реабилитации людей с ограниченными возможностями и граждан пожилого возраста;
2. Консультирование людей с ограниченными возможностями и граждан пожилого возраста по техническим средствам реабилитации и обучение их пользованию;
3. Объединение людей пенсионного возраста и людей с ограниченными возможностями для общения и поддержке здорового образа жизни;
4. Пропаганда здорового образа жизни среди населения;
5. Формирование активной жизненной позиции.

Данное методическое пособие создано для специалистов по социальной работе в комплексных центрах социального обслуживания населения.

Данные рекомендации не могут быть использованы клиентами в домашних условиях, так как оздоровительно-реабилитационные мероприятия должны проводиться под наблюдением специалистов (медицинских работников, социальных работников и др.).

Методическое пособие является результатом работы государственного бюджетного учреждения социального обслуживания населения Свердловской области «Комплексный центр социального обслуживания населения Новолялинского района».

1. Нормативные документы

В работе с гражданами пожилого и старшего возраста и людьми с ограниченными возможностями необходимо руководствоваться следующими нормативно правовыми актами, обеспечивающими права и гарантии жизнедеятельности граждан Российской Федерации:

* Конституция Российской Федерации;

* Гражданский Кодекс РФ;

* Постановление Правительства Свердловской области от 09.06.2006 года № 489 – ПП «Об утверждении Положения о порядке и условиях предоставления в государственной системе социальных служб Свердловской области временного приюта клиентам социальной службы, в том числе бесплатного временного приюта на условиях полной или частичной оплаты совершеннолетним гражданам»

* Постановление Правительства Свердловской области № 572-ПП от 10.06.2008 г. «Об утверждении положения о порядке и условиях предоставления в государственной системе социальных служб Свердловской области социального обслуживания на дому, полустационарного социального обслуживания в дневное время, реабилитационных услуг, консультативной помощи и срочного социального обслуживания бесплатно, а также на условиях полной или частичной оплаты»;

* Постановление Правительства Свердловской области № 520 - ПП от 30.06.2005 г. « О мерах социальной поддержки отдельных категорий граждан, проживающих в Свердловской области»;

* Федеральные законы Российской Федерации:

- от 07.02.1992 года № 2300-1 «О защите прав потребителей»;

- от 10.12. 1995 № 195 – ФЗ «Об основах социального обслуживания населения в Российской Федерации»;

- от 02.08. 1995 № 122- ФЗ «О социальном обслуживании граждан пожилого возраста и инвалидов»;

- от 24.11. 1993 года № 181 – ФЗ «О социальной защите инвалидов В Российской Федерации»;

* Постановление Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 18.05. 2010 года № 58 «Об утверждении СанПин 2.1.3.2630-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям, осуществляющим медицинскую деятельность»;

* Закон Свердловской области от 07.03. 2006 года № N 10-ОЗ «О социальном обслуживании населения в Свердловской области»;

* Постановление Правительства Свердловской области от 19.04. 2011 года N 426 –ПП «Об утверждении базового (отраслевого) перечня государственных услуг (работ), оказываемых (выполняемых) государственными учреждениями в сфере социального обслуживания населения»;

* Постановление Правительства Свердловской области от 05.07.2011 N 856 – ПП «О перечне гарантированных государством социальных услуг, предоставляемых гражданам пожилого возраста и инвалидам в государственной системе социальных служб свердловской области».

2.Алфавитный список специальных терминов

Адаптация социальная - система мероприятий, направленных на приспособление гражданина, годящегося в трудной жизненной ситуации, к принятым в обществе правилам и нормам поведения, окружающей его среде жизнедеятельности.

Инвалидность – социальная недостаточность вследствие нарушения здоровья со стойким расстройством функций организма, приводящая к ограничению жизнедеятельности и необходимости социальной защиты.

Качество социальной услуги – совокупность свойств социальной услуги, определяющая её возможность и способность удовлетворить потребности клиента социальной службы и осуществить его, социальную реабилитацию или социальную адаптацию.

Консультирование – предоставление клиенту информации, рекомендаций о конкретных действиях, необходимых ему для преодоления трудной жизненной ситуации.

Клиент социальной службы - это гражданин, находящийся в трудной жизненной ситуации.

Психологически тренинг – это социально-психологическая услуга, заключающаяся в активном воздействии, направленном на снятие последствий психотравмирующих ситуаций, нервно-психической напряженности, формирование личностных предпосылок для адаптации к новым условиям.

Реабилитация социальная - система мероприятий, направленных на восстановление утраченных гражданином социальных связей, социального статуса, устранение или возможно полную компенсацию ограничений жизнедеятельности.

Самообеспечение – самостоятельные действия клиента, заключающиеся в поддержании и улучшении личного жизненного уровня и жизненного уровня своей семьи.

Социальная услуга – это действия социальной службы, заключающиеся в оказании социальной помощи клиенту для преодоления им трудной жизненной ситуации.

Социально-медицинская услуга – это социальная услуга, предоставляемая клиентам в целях поддержания и улучшения состояния их здоровья, социально-медицинской реабилитации путем организации лечебно-оздоровительных мероприятий, предоставление медикаментов и медицинской техники.

Социально-психологическая услуга – это социальная услуга, направленная на содействие клиентам в улучшении их психического здоровья, восстановление способности к адаптации в среде жизнедеятельности.

Форма социальной услуги – это характер конкретных действий социальной службы при оказании социальной помощи клиенту.

3. Основные принципы деятельности ГБУ «КЦСОН Новолялинского района»

Деятельность государственного бюджетного учреждения «Комплексный центр социального обслуживания населения» построена на следующих принципах:

1. **Принцип гуманности** основывается на гуманном обращении с пожилыми и старыми людьми, а также людьми с ограниченными возможностями, не нарушающих их конституционного права как полноценного гражданина общества.

2. **Принцип адресности** основывается на адресном, индивидуальном, дифференцированном осуществлении оздоровительно-реабилитационной деятельности в отношении этих граждан.

3. **Принцип добровольности** обуславливает то, что оздоровительная реабилитация осуществляется при добровольном согласии пожилых людей и людей с ограниченными возможностями.

4. **Принцип доступности** заключается в доступности к информации по вопросам осуществления оздоровительно-реабилитационной деятельности, а также в доступности обращения этих граждан в соответствующие учреждения по оказанию им помощи.

5. **Принцип конфиденциальности** базируется на том, что вся информация о бывших клиентах не подлежит разглашению, и тем более не может быть использована им во вред.

4. Основные направления деятельности

ГБУ «КЦСОН Новолялинского района» реализует региональную комплексную программу «СТАРШЕЕ ПОКОЛЕНИЕ».

I. АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

Цель: формирование целостного, системного представления о социальной группе пожилых и старых людей, составляющих значительную часть современного общества и имеющих специфический характер; раскрытия сущности необходимости социальной работы с населением старших возрастов; культивирование геронтофильных стереотипов в отношении пожилых и старых людей, формирование основ ценности социально-геронтологического мышления.

Задачи:

1. Углубление и систематизация знаний слушателей о пожилых людях;
1. Выработка цельного научного мировоззрения о месте старости в онтогенезе человека;
2. Формирование социально-экономического подхода к проблеме здоровья в пожилом и старческом возрасте, активной и жизнеспособной пропаганде сохранения самостоятельности и независимости в повседневной жизни;
3. Овладение методиками изучения конкретных потребностей отдельных категорий населения старшего поколения в социальной защите и умение своевременно их удовлетворять.

II. БЕЗОПАСНАЯ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Цель: формирование у специалистов социального обслуживания населения системного представления об изменениях, происходящих в пожилом и старшем возрасте на уровне организма и на личностном уровне; о проблемах, связанных с этими изменениями и повышающими риск возникновения опасностей для здоровья и жизни.

Задачи:

1. Углубление и систематизация знаний слушателей об особенностях поведения людей старшего поколения, их эмоционального состояния;
2. Овладение диагностикой некоторых психологических состояний пожилых людей;
3. Помощь в обеспечении грамотности пожилого населения в области безопасной жизнедеятельности.

III. ОБУЧЕНИЕ НАВЫКАМ УХОДА

Цель: формирование представлений об основах практического ухода за больными людьми.

Задачи:

1. Поддержание удовлетворительного качества жизни больных, частично или полностью утративших способность к самообслуживанию;
2. Защита гарантированных государством прав на медицинское и социальное обслуживание;
3. Реализация необходимых мероприятий коллективами, состоящих из врачей, медицинских сестер, социальных работников и других специалистов.

IV. ТВОРЧЕСКАЯ И ПРИКЛАДНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Цель: организация досуга для удовлетворения духовных и творческих потребностей пожилых людей и расширение их общего и культурного кругозора.

Задачи:

1. Разработка и апробация технологий по творческой и прикладной деятельности в области социально-культурной реабилитации граждан пожилого возраста;
2. Применение современных форм и методов социально-культурной реабилитации граждан пожилого возраста;
3. Организация культурно-массовой и индивидуальной форм участия граждан пожилого возраста в процессе социально-культурной реабилитации;
4. Создание условий для развития мелкой моторики пальцев и кистей рук.

5. Социальные партнёры

Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания населения Свердловской области «Комплексный центр социального обслуживания населения Новолялинского района» тесно сотрудничает:

1. Управление социальной политики по Новолялинскому району

Задачи:

- координировать деятельность специалистов по реализации программы «Школа пожилого возраста»;

- готовить документа для направления нетрудоспособных граждан, имеющих показания для помещения в стационарное учреждение социального обслуживания населения;

- совместное проведение дня пожилого человека;

- обмен методическими материалами;

- направление людей с ограниченными возможностями, требующих индивидуального изготовления технических средств.

2. Управление образованием

Задачи:

- участвовать в разработки совместных планов по реализации программы «Школа пожилого возраста»;

- содействовать в организации и проведении праздничных мероприятий для людей пожилого возраста и людей с ограниченными возможностями;

3. Бюро медико – социальной экспертизы

Задачи:

- коррекция индивидуальных программ реабилитации (ИПР);

- контроль за реализацией ИПР;

- формирование банка данных людей с ограниченными возможностями, нуждающихся в социальной реабилитации.

4. Лечебно-профилактические учреждения

Задачи:

- направление людей с ограниченными возможностями и людей пожилого возраста к участковому врачу;

- направление людей с ограниченными возможностями и людей пожилого возраста к узким специалистам для реализации реабилитационных мероприятий (психиатру, невропатологу, кардиологу, ортопеду и др.);

- участвовать в разработки совместных планов по реализации программы «Школа пожилого возраста»;

- принимать активное участие в мероприятиях для слушателей программы «Школа пожилого возраста».

5. Культурно-досуговые учреждения

Задачи:

- направление людей с ограниченными возможностями и людей пожилого возраста для занятий;

- обмен методическими материалами;

- проведение совместных мероприятий;

- участвовать в разработки совместных планов по реализации программы «Школа пожилого возраста».

6. Формы и методы работы

Для системного проведения оздоровительно-реабилитационной деятельности в ГБУ «КЦСОН Новоялининского района» функционируют несколько отделений социального обслуживания:

- отделение срочного социального обслуживания;

- отделение срочного обслуживания на дому;

- отделение временного проживания;
- пункт проката технических средств реабилитации.

Формы и методы работы с пожилым населением и людьми с ограниченными возможностями рассматриваются в данной главе только в рамках *оздоровительно-реабилитационной деятельности* учреждения.

ОТДЕЛЕНИЕ СРОЧНОГО СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ (ОССО)

ОССО предназначается для оказания гражданам, остро нуждающимся в социальной поддержке, неотложной помощи разового характера, направленной на поддержание их жизнедеятельности.

В ОССО могут обслуживаться следующие категории населения, находящиеся в трудной жизненной ситуации, в том числе:

- граждане пожилого возраста;
- люди с ограниченными возможностями.

Зачисление на социальное обслуживание в ОССО производится на основании следующих документов:

- личное письменное или устное заявление (обращение) граждан или их законных представителей о предоставлении им социальных услуг;

- документы, удостоверяющие личность гражданина (паспорт; заграничный паспорт – для постоянно проживающих за границей граждан, которые временно находятся на территории РФ; справка об освобождении – для лиц, освободившихся из мест лишения свободы; иные выдаваемые в установленном порядке документы, удостоверяющие личность гражданина);

- заключение лечебно-профилактического учреждения о состоянии здоровья лица, об отсутствии медицинских противопоказаний к принятию на обслуживание и о необходимости постоянного постороннего ухода и обслуживания вследствие частичной или полной утраты к самообслуживанию;

- акт материально-бытового обследования условий проживания;

- справка, свидетельство, удостоверение или другой документ установленного образца о праве на меры социальной поддержки в соответствии с действующим законодательством;

- справка (для пенсионеров), выданная органом, осуществляющим пенсионное обеспечение, о размере пенсии, в том числе с учетом надбавок, справка об иных имеющихся доходах.

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ОССО.

1. Выявление совместно с государственными и муниципальными органами (здравоохранения, образования, внутренних дел, занятости и др.), общественными

и религиозными организациями и объединениями граждан, нуждающихся в социальном обслуживании, и их учет;

2. Определение конкретных форм помощи гражданам, нуждающимся в социальном обслуживании, исходя из состояния их здоровья, возможности к самообслуживанию и материально-бытового положения;

3. Оказание необходимых гражданам социально-бытовых, социально-медицинских, социально-психологических, социально-педагогических, социально-экономических, социально-правовых услуг в соответствии с назначением учреждения, а также осуществление социального патронажа нуждающихся в социальной помощи, реабилитации и поддержке.

ФУНКЦИИ ОССО

1. Оказание социально-бытовых услуг:

- предоставление клиентам социального обслуживания оборудованных помещений для организации реабилитационных мероприятий, учебной деятельности и культурного обслуживания;

- содействие в получении направления в стационарные учреждения социального обслуживания населения при наличии соответствующих показаний или в отделения временного проживания.

2. Оказание социально-медицинских услуг:

- Осуществление посреднических действий между клиентом и Центральной районной больницей, Фондом обязательного медицинского страхования;

- Сопровождение клиента в ЦРБ;

- содействие клиентам в прохождении медико-социальной экспертизы;

- содействие в госпитализации, сопровождение нуждающихся в лечебно-профилактические и иные медицинские учреждения;

- содействие в обеспечении техническими средствами реабилитации;

- содействие в обеспечении лекарственными средствами;

- содействие в получении путевок на санаторно-курортное лечение.

3. Оказание социально-психологических услуг:

- социально-психологическое консультирование и оказание содействия в решении психологических проблем, стоящих перед клиентом;

- проведение социально-психологической диагностики особенностей психического, личностного и социального развития клиента, его поведения;

- психологическая коррекция нарушений психического, личностного и социального развития клиента, его поведения, оказание помощи в решении психологических проблем, стоящих перед ним;

- организация и проведение социально-психологического патронажа клиента;

- оказание клиентам первичной психологической помощи в решении трудных жизненных ситуаций;

- психологические тренинги.

4. Оказание социально-педагогических услуг:

- консультирование и оказание содействия в решение социально-педагогических проблем, стоящих перед клиентом;
- организация культурно-массовых мероприятий в учреждении;
- организация культурно-массовых мероприятий за пределами учреждения;
- организация кружковой/клубной работы;
- обучение клиентов пользованию техническими средствами реабилитации.

Переход человека в группу пожилых существенно изменяет его взаимоотношения с обществом, и совсем по-другому воспринимаются такие понятия, как цель и смысл жизни, добро и счастье и многое другое. Выход на пенсию особенно тяжело воспринимают люди, чья трудовая деятельность высоко ценилась в прошлом, а сейчас признается ненужной и бесполезной. Практика показывает, что разрыв с трудовой деятельностью отрицательно сказывается на состоянии здоровья, жизненном тонусе и психике людей.

И это естественно, поскольку труд является источником долголетия, одним из важнейших условий сохранения хорошего здоровья. Образ жизни людей во многом определяется тем, как они проводят свободное время, какие возможности для этого создает общество. Активно занимаясь общественной деятельностью, пожилые люди и люди с ограниченными возможностями делают свою жизнь более полноценной.

Сущность социальной работы с такими категориями граждан – восстановление в привычных обязанностях, функциях, видах деятельности, характере отношений с людьми, преодоление социальной изоляции, повышение самооценки пожилых людей и людей с ограниченными возможностями, создание условий для актуализации его жизненного опыта, признание его ценностей, реализация им своего творческого потенциала.

В этом смысле полезно привлекать людей старшего поколения и людей с ограниченными возможностями к работе в различных клубах, к организации разнообразных встреч.

При Центре создан клуб «Старость нас дома не застанет» на базе кружков и объединений художественного, декоративно-прикладного и спортивного циклов

Клубы по интересам – это конструктивный способ повысить качество жизни общества, и конкретно взятого человека, который нуждается в изменениях жизни. Люди пожилого возраста и люди с ограниченными возможностями ищут новый облик своего «Я», пытаются сохранить своё здоровье, используя при этом различные способы, в том числе и посещение клубов по интересам.

В нашем Центре проблемы людей старшего поколения и людей с ограниченными возможностями, в том числе проблемы со здоровьем, успешно преодолеваются посредством использования различных методов и форм работы.

Цель создание клубов по интересам – объединить людей пенсионного возраста и людей с ограниченными возможностями для общения и поддержания здорового образа жизни.

Люди пожилого возраста и люди с ограниченными возможностями относятся к категории «маломобильного» населения и являются наименее защищенной, социально уязвимой частью общества. Это связано, прежде всего, с дефектами физического состояния, вызванного заболеваниями с пониженной двигательной

активностью. Возникают и психологические проблемы – при наступлении одиночества, при заострении характерологических особенностей в результате склеротического процесса. Всё это ведет к возникновению эмоционально-волевых расстройств, развитию депрессии, изменениям поведения.

Одиночество разрушает личность, её социальный строй истощает душевные силы человека и таким образом разрушает его физические силы.

Коллектив нашего Центра разработал модель работы с людьми старшего поколения и людьми с ограниченными возможностями, которая определяется не только увеличением периода жизни человека, но и позитивными изменениями её качества, включающее в себя значительные возможности индивидуально-личностного развития людей старшего поколения и людей с ограниченными возможностями. Эти возможности следует рассматривать как потенциал, а то, в каком объеме он может быть реализован, определяют условия, созданные в Центре.

Руководителями клубов по интересам являются члены этого же клуба, координирует деятельность этих объединений специалист по социальной работе Центра.

По направлению оздоровительно-реабилитационной деятельности «Активное долголетие» созданы такие клубы, как шейпинг «Грация», группа здоровья «Спорт нас зовёт, к здоровью ведёт» состоящие из групп пожилых людей и людей с ограниченными возможностями.

Главная цель этих клубов: проведение комплекса оздоровительных мероприятий, обеспечивающих гармоничное развитие и укрепление здоровья, повышение работоспособности людей, продление их творческого долголетия.

Для достижения основной цели клубов специалисты поставили следующие задачи:

- провести разъяснительную работу среди пенсионеров и людей с ограниченными возможностями о целях и задачах клубов «Спорт нас зовёт, к здоровью ведёт» и «Грация»;
- объединить людей старшего возраста и людей с ограниченными возможностями по интересам, привычкам, возрастным категориям и другим критериям;
- совместно выработать план занятий для каждой из сформировавшихся групп с учетом реальных возможностей учреждения и состояния здоровья каждого желающего;
- создать комфортные условия для занятия физической культуры с целью укрепления здоровья, профилактики заболеваемости и раннего старения.

Занятия шейпинга «Грация» ведёт высококвалифицированный хореограф при Новолялинском центре культуры, а организацию мероприятий клуба «Спорт нас зовёт, к здоровью ведёт» взяли на себя специалисты участковой службы.

Составленный план регулярных занятий спортивного направления клуба «Спорт нас зовёт, к здоровью ведёт» можно посмотреть в Приложении 4.

Мероприятия проводятся на свежем воздухе, в городском стадионе, базе спортивного комплекса и т.п.

Регулярное и систематическое занятие физкультурой полезно как для тела, так и для психики человека.

С точки зрения физической пользы занятия физкультурой благотворно влияют на функционирование важнейших мышечных групп. Кроме того, улучшается кровообращение и снабжение сердце кислородом.

Занятия практически любым видом спорта активизируют опорно-двигательный аппарат и способствуют подвижности суставов.

Занятия физкультурой и спортом также благотворно влияют на психику. Любое движение помогает снимать нервное напряжение; не мешают посторонние мысли, яснее становится ум, улучшается память.

Во время занятий физкультурой и спортом человек вынужден гораздо быстрее реагировать на неожиданное изменение ситуации, что является хорошей тренировкой адаптационных механизмов.

Следовательно, двигательная активность – эффективный способ адаптации для пожилых людей и людей с ограниченными возможностями к новым жизненным обстоятельствам, непривычным условиям.

Регулярные занятия физкультурой способствуют улучшению самочувствия, являются профилактическим средством против некоторых факторов риска (гиподинамии, ожирения и т.п.)

Таким образом, регулярные занятия физкультурой приносят пользу здоровью пожилого человека и людей с ограниченными возможностями и являются одним из средств подготовки к активной старости.

Также в Центре по направлению «Безопасность жизнедеятельности» и «Обучение навыкам ухода» для специалистов по социальной работе проводятся лекции, представляющие собой психологические основы безопасности жизнедеятельности, изучаются методики для диагностики психологических особенностей лиц пожилого возраста, даются рекомендации по их коррекции, рассматриваются особенности организма пожилого человека, организация условий его жизни, организация ухода за больными с различными заболеваниями.

Один раз в месяц проводятся занятия с пожилыми людьми и людьми с ограниченными возможностями о безопасности жизнедеятельности, на которых рассматриваются часто встречающиеся факторы риска для таких категорий граждан, предлагаются советы для их нейтрализации или избегания, посетители делятся опытом.

Занятия проводят различные специалисты (медики, волонтеры, специалисты по социальной работе, представители разных медицинских организаций и др.) Планы лекций по направлениям «Безопасность жизнедеятельности» и «Обучение навыкам ухода» можно посмотреть в Приложениях 1, 2.

Основу учебно-тематического плана по направлениям «Безопасность жизнедеятельности» и «Обучение навыкам ухода» составляет планирование занятий, разработанной авторами региональной комплексной программы «Старшее поколение»

Наряду с обучающими занятиями специалисты учреждения оформляют стенд по безопасности жизнедеятельности и публикуют различные памятки по данной тематике, которые распространяют среди населения.

Особенное место в оздоровительно-реабилитационной деятельности занимает направление «Творческая и прикладная деятельность» в программе «Школа пожилого возраста».

По этому направлению организовано несколько клубов по интересам.

1. Клуб «Рукодельница»

Основное направление: ручной труд, вещи, искусно выполняемые своими руками.

Для пожилых людей и людей с ограниченными возможностями рукоделие – это приятное развлечение. В клубе пенсионеры пробуют себя во многих видах деятельности: шитьё, вязание крючком и спицами, вышивание, плетение, бисероплетение, модульное оригами, работы с природными и подручными материалами и многое другое.

Люди, посещающие клубные занятия, часто не имеют уверенной координации движения пальцев рук. Как правило, у них отмечается моторная неловкость, неточность движений, трудности с переключением движений.

Ещё в середине прошлого века было установлено, что движения пальцев стимулируют развитие центральной нервной системы и ускоряют развитие речи, поэтому используются различные виды деятельности, направленные на тренировку тонких движений пальцев рук.

Задачи:

- формировать графические навыки;
- развивать мелкую моторику пальцев, кистей рук;
- развивать точность и координацию движений руки и глаза, гибкость рук;

совершенствовать движения рук, развивая психические процессы: произвольное внимание, логическое мышление, зрительное и слуховое восприятие, память, речь.

Работы членов клуба представлены в коридоре Центра, они радуют и восхищают одновременно посетителей учреждения.

2. Кукольный театр «Сказка»

Основное направление: развитие образных представлений, познавательной и эмоциональной активности.

В кукольном театре проводятся занятия по развитию и коррекции эмоциональной сферы, что немаловажно и для здоровья людей. Основная их цель – ввести людей старшего поколения и людей с ограниченными возможностями в мир человеческих эмоций, помочь прожить определенные эмоциональные состояния.

Куклы разных систем помогают в коррекции и профилактике эмоциональных расстройств, приводящих к отклонению в развитии личности человека, нарушению у него социальных контактов.

Пожилые люди и люди с ограниченными возможностями находятся в плену эмоций, поскольку не могут управлять своими чувствами, что приводит к импульсивности, к осложнению в общении.

Также, как и при работе по изготовлению разных изделий своими руками, управление куклами развивает моторику рук, происходит становление речи.

3. Клуб «Русская песня»

Основное направление: хоровое пение – нелекарственная реабилитация функционального состояния здоровья.

Пение – это дыхание в биологически полезном ритме, благотворно сказывающемся на работе сердечной мышцы. А пение в хоре – это «глоток кислорода», нормальная форма взаимоотношений между посетителями. Создаются определенные эмоциональные переживания, оказывающие влияние на психику человека, на интенсивность обменных процессов, на дыхательную и сердечнососудистую системы, на повышение тонуса головного мозга и кровообращения.

Умело построенные занятия оказывают влияние на целенаправленную деятельность человека, способствуя такой ритмической перестройке организма, при которой физиологические процессы протекают более эффективно. Пение – это лучшая дыхательная гимнастика, которая не только укрепляет сердце, но и развивает мышление и сбрасывает нервное напряжение.

Положительное эмоциональное возбуждение при звучании приятных мелодий усиливает внимание, активизирует центральную нервную систему, стимулирует мыслительную деятельность, ослабляет нагрузку на работающие звенья, увеличивает работоспособность человека.

Занятия в клубе «Русская песня» - это не только способ организации досуга и различных мероприятий, но и мощный оздоровительный фактор, обеспечивающий эффективность воздействия на организм поющих, равный спортивным тренировкам «умеренной мощности».

Работа клубов проводится в различных формах: посиделки, прогулки, экскурсии, лекции, встречи, конкурсы, соревнования, выставки, музыкальные вечера, концерты, шоу и многое другое.

При отделении срочного социального обслуживания функционирует участковая служба, в задачи которой входит создание системы социального обслуживания, ориентированной на продление активного долголетия граждан пожилого возраста и людей с ограниченными возможностями.

ОТДЕЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НА ДОМУ

Социальное обслуживание населения на дому в Центре осуществляется в отношении граждан, нуждающихся в постоянном или временном нестационарном социальном обслуживании, в том числе в отношении одиноких граждан и граждан, частично утративших способность к самообслуживанию в связи с преклонным возрастом, болезнью, инвалидностью.

Консультативная помощь оказывается клиентам Центра путем предоставления консультаций по вопросам социально-бытового и социально-медицинского обеспечения жизнедеятельности, психолого-педагогической помощи, социально-правовой защиты. Консультативная помощь гражданам

пожилого возраста и людям с ограниченными возможностями ориентирована на их психологическую поддержку и активизацию усилий в решении собственных проблем. Консультативная помощь оказывается в письменной или устной форме, в том числе по телефону. Зачисление на социальное обслуживание на дому в Центре и оказание оздоровительно-реабилитационных услуг производится на основании письменного заявления гражданина на имя руководителя учреждения социального обслуживания. К заявлению должны прилагаться следующие документы:

1. документ, удостоверяющий личность гражданина;
2. справка о размере получаемой пенсии, в том числе с учетом надбавок;
3. справки о других доходах, получаемых социальных пособиях и компенсациях;
4. справка с места жительства с указанием состава семьи;
5. справка о доходах каждого члена семьи;
6. при наличии права на внеочередное принятие на социальное обслуживание предоставляется удостоверение, дающее право на получение мер социальной поддержке;
7. заключение лечебно-профилактического учреждения здравоохранения о состоянии здоровья и отсутствии у заявителя противопоказаний к социальному обслуживанию;
8. индивидуальная программа реабилитация человека с ограниченными возможностями.

Специалисты отделения социального обслуживания на дому в рамках оздоровительно-реабилитационной деятельности центра оказывают следующие услуги:

- помощь в приготовлении пищи;
- топка печей, содействие в обеспечении топливом – для проживающих в жилых помещениях без центрального отопления;
- содействие в получении направления в стационарные учреждения социального обслуживания при наличии отсутствующих показаний;
- сопровождение в медицинские учреждения;
- услуги сиделки;
- обеспечение санитарно-гигиенического ухода с учётом состояния здоровья (обтирание, обмывание, гигиенические ванны, стрижка ногтей, причёсывание и иное);

Содействие в оказании медицинской помощи в объёме базовой программе обязательного медицинского страхования граждан РФ, целевых и территориальных программ обязательного медицинского страхования в государственных и муниципальных лечебно-профилактических учреждениях;

- содействие в проведении медико-социальной экспертизы;
- содействие в обеспечении по заключению врачей лекарственными средствами и изделиями медицинского назначения;
- содействие в госпитализации, сопровождение нуждающихся в лечебно-профилактические учреждения;

- содействие в получении бесплатной зубопротезной, протезно-ортопедической и слухопротезной помощи, а также в обеспечении техническими средствами ухода и реабилитации;
- содействие в получении путевок на санитарно-курортное лечение;
- содействие в проведении реабилитационных мероприятий социально-медицинского характера, в том числе в соответствии с индивидуальными программами реабилитации людей с ограниченными возможностями и людей пожилого возраста;
- посещение в стационарных учреждениях здравоохранения для оказания морально-психологической поддержки;
- консультирование по вопросам самообеспечения.

ПУНКТ ПРОКАТА ТЕХНИЧЕСКИМИ СРЕДСТВАМИ РЕАБИЛИТАЦИИ

Пункты проката должны иметь место для хранения технических средств и место (стенд) с информацией о предназначении, оснащении пункта проката и порядке получения технических средств.

Социальные услуги по временному обеспечению граждан техническими средствами организуются руководителями территориальных отраслевых исполнительных органов государственной власти Свердловской области - управлений социальной политики Министерства социальной политики Свердловской области (далее - управления социальной политики), а также руководителями государственных учреждений социального обслуживания населения Свердловской области.

Социальные услуги по временному обеспечению техническими средствами хода, реабилитации и адаптации (далее - технические средства) предоставляются гражданам, находящимся в трудной жизненной ситуации, объективно нарушающей жизнедеятельность гражданина (инвалидность, неспособность к самообслуживанию в связи с преклонным возрастом или болезнью, сиротство, безнадзорность, малообеспеченность, безработица, отсутствие определенного места жительства, конфликты и жестокое обращение в семье, одиночество), которую он не может преодолеть самостоятельно.

Технические средства выдаются получателям во временное пользование бесплатно.

Технические средства выдаются получателям на основании договора о выдаче технического средства во временное пользование (далее - договор), заключенного между руководителем учреждения социального обслуживания и получателем (законным представителем или представителем по доверенности). По истечении срока, указанного в договоре, техническое средство сдается получателем в учреждение социального обслуживания.

Срок действия договора определяется соглашением сторон с учетом документа, подтверждающего трудную жизненную ситуацию получателя, но не может превышать шести месяцев.

Договор о выдаче технического средства во временное пользование оформляется на основании заявления, к которому прилагаются следующие документы:

1) паспорт гражданина Российской Федерации или временное удостоверение личности гражданина Российской Федерации (иностранные граждане и лица без гражданства в качестве документа, удостоверяющего личность, предъявляют разрешение на временное проживание либо вид на жительство);

2) документ, подтверждающий трудную жизненную ситуацию получателя (справка об установлении инвалидности, выданная федеральным государственным учреждением медико-социальной экспертизы; заключение учреждения здравоохранения о болезни, неспособности к самообслуживанию в связи с болезнью; заключение учреждения здравоохранения о неспособности к самообслуживанию в связи с пожилым возрастом; справка учреждения службы занятости населения о признании лица безработным; справка с места жительства с указанием состава семьи и справка о доходах для каждого члена семьи; акт обследования социально-бытовых условий);

3) документы, удостоверяющие полномочия законного представителя (представителя по доверенности). Документы предъявляются гражданином в нотариально заверенных копиях либо в подлинниках. С представленных подлинников специалист учреждения социального обслуживания снимает и заверяет копии, оригиналы возвращает заявителю.

Минимальный рекомендуемый перечень технических средств для оснащения одного пункта проката:

1) кресла-коляски и принадлежности к ним;

2) приспособления для восстановления способности к передвижению;

3) медицинские приборы для контроля за состоянием здоровья и лечения больных в домашних условиях без участия медицинского работника;

4) средства для получения информации для инвалидов с нарушениями зрения;

5) принадлежности для активного отдыха, занятий спортом и туризмом.

Техническими средствами, выдаваемыми через пункты проката, являются средства, облегчающие передвижение, адаптацию к условиям внешней среды, ифлотехнические средства, средства ухода за больными и престарелыми людьми, медицинские приборы и принадлежности, предназначенные для контроля за состоянием здоровья, оказания помощи и лечения в домашних условиях, а также

оснащение и принадлежности для активного отдыха, занятий спортом и туризмом людьми с ограниченными физическими возможностями.

ОТДЕЛЕНИЕ ВРЕМЕННОГО ПРОЖИВАНИЯ

В отделение временного проживания помещаются совершеннолетние граждане, попавшие в трудную жизненную ситуацию, нуждающиеся в предоставлении временного приюта, в том числе люди пожилого возраста и люди с ограниченными возможностями, не имеющие противопоказаний к приему в учреждение.

Противопоказаниями к приёму в учреждение являются, наличие туберкулеза в активной стадии, заразных заболеваний кожи и волос, острых и инфекционных заболеваний, острого алкогольного опьянения и признаков наркотических средств, психических заболеваний, сопровождающихся на момент поступления расстройствами поведения, опасными для самого больного и окружающих.

Лица, у которых при поступлении в учреждение обнаружены вышеуказанные противопоказания, а также повышенная температура, сыпь неясной этиологии, подлежат направлению в учреждения здравоохранения.

Временный приют предоставляется бесплатно, а также на условиях полной или частичной оплаты.

Услуги при предоставлении временного приюта в условиях круглосуточного пребывания в рамках оздоровительно-реабилитационной деятельности ГБУ «КЦСОН Новолялинского района»:

- обеспечение горячим питанием;
- предоставление постельных принадлежностей и спального места в специальном помещении, отвечающем санитарно-гигиеническим требованиям;
- содействие в проведении или проведение реабилитационных мероприятий социально-медицинского характера, в том числе в соответствии с индивидуальными программами реабилитации людей с ограниченными возможностями;
- оказание санитарно-гигиенических услуг;
- оказание первичной медико-санитарной помощи;
- содействие в проведении медико-социальной экспертизы;
- лечебная физкультура;
- физиопроцедуры;
- подкожное, внутримышечное введение лекарственных средств (лекарственные средства приобретаются клиентом);
- внутривенное введение лекарственных средств (лекарственные средства приобретаются клиентом);
- занятия на тренажёрах;

- массаж классический (ручной);
- ингаляция;
- фитотерапия;
- ароматерапия;
- кислородный коктейль;
- мультипрограммное массажное кресло;
- лечебное одеяло;
- лечебно-профилактический комплекс галокамера (соляная пещера);
- гидромассажная ванна;
- хвойная ванна;
- организация лечебно-оздоровительных мероприятий;
- проведение утренней гимнастики;
- помощь в оформлении страхового медицинского полиса обязательного страхования граждан, страхового свидетельства государственного пенсионного страхования;
- помощь в оформлении документов для устройства в дома-интернаты для престарелых и людей с ограниченными возможностями;
- социально-психологическое консультирование;
- психологическая коррекция;
- психологические тренинги.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В каждом из реализуемых направлений оздоровительно-реабилитационной деятельности ГБУ «КЦСОН Новолялинского района» происходит успешное восстановление личности, возрастает престиж в собственных глазах и глазах окружающих. Применение данных направлений позволяет проводить коррекцию внутренней картины болезни, в целом, все то, что формирует позитивное мировоззрение, улучшает здоровье человека.

Рассматриваемые направления деятельности Центра позволяют зачастую повысить качество жизни пожилых людей и людей с ограниченными возможностями. Оздоровительно-реабилитационная деятельность ориентирована на тех, кто не хочет больше полагаться на «везение», а хочет взять своё здоровье в свои руки и сделать его крепким.

А задача Центра – создать условия для их побед!

Анализируя работу Центра за 2012 год, можно привести следующие данные:

- отделением срочного социального обслуживания было принято 4371 человека;

- количество пожилых людей и людей с ограниченными возможностями, посещавших клубы в 2012 году составляет:

- * Группа здоровья - 32чел.

- * «Рукодельница» - 8 чел.

- * «Кукольный театр» - 8 чел.

- * «Русская песня» - 12 чел.

- на надомном социальном обслуживании населения находилось 280 человек;

- специалистами учреждения обучено 300 человек правилам пользования различными средствами технической реабилитации

- в отделении временного пребывания за 2012 год обслужено 53 человека.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Активное долголетие: Учебно-методическое пособие для преподавателей. – Екатеринбург: ИД «Ажур», 2011;
2. Активное долголетие: Учебно-методическое пособие для преподавателей. – Екатеринбург: ИД «Ажур», 2011;
3. Баркер Р. «Словарь по социальной работе». - Москва. 1994;
4. Безопасная жизнедеятельность: Учебно-методическое пособие для преподавателей. – Екатеринбург: ИД «Ажур», 2011;
5. Безопасная жизнедеятельность: Учебно-методическое пособие для слушателей. – Екатеринбург: ИД «Ажур», 2011;
6. Лечение естественными методами. – М.: Крон-Пресс, 1997;
7. Работник социальной службы, № 5, 2010;
8. Работник социальной службы, № 5, 2009;
9. Работник социальной службы, № 6, 2011;
10. Работник социальной службы, № 2, 2009;
11. Творческая и прикладная деятельность: Учебно-методическое пособие для преподавателей. – Екатеринбург: ИД «Ажур», 2011;
12. Творческая и прикладная деятельность: Учебно-методическое пособие для слушателей. – Екатеринбург: ИД «Ажур», 2011;
13. Обучение навыкам ухода: Учебно-методическое пособие для преподавателей. – Екатеринбург, 2011;
14. Обучение навыкам ухода: Учебно-методическое пособие для слушателей. – Екатеринбург, 2011;
15. Шухатович, В.Р. Здоровый образ жизни. Энциклопедия социологии / В.Р. Шухатович. - Мн.: Книжный Дом, 2003.

БЕЗОПАСНАЯ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**Учебно-тематический план**

| Тема занятия | Часов, в т.ч. | |
|--|---------------|---------------|
| | Лекций | Практ.занятия |
| Раздел 1. Общие вопросы безопасной жизнедеятельности | | |
| 1.1.Основные понятия, термины | 1 | - |
| 1.2.Взаимосвязь качества жизни и безопасной жизнедеятельности | 1 | - |
| Раздел 2. Старение и связанные этим проблемы безопасной жизнедеятельности пожилых людей | | |
| 2.1.Старость – закономерный период жизни человека | 1 | - |
| 2.2. Изменения в организме человека при старении | 1 | 1 |
| 2.3. Взаимосвязь возрастных изменений и безопасности жизнедеятельности | 1 | - |
| Раздел 3. Психологические особенности работы с людьми пожилого возраста | | |
| 3.1.Особенности психологии людей пожилого возраста | 1 | - |
| 3.2.Диагностика психологических особенностей людей пожилого возраста | 1 | 4 |
| 3.3.Коррекция психологических особенностей людей пожилого возраста | 1 | 4 |
| Раздел 4. Влияние на организм факторов внешней среды | | |
| 4.1.Влияние электромагнитного излучения на здоровье человека | 1 | 1 |
| 4.2.Воздействие на организм химических факторов окружающей среды | 1 | - |
| Раздел 5. Здоровый образ жизни как условие повышения безопасной жизнедеятельности пожилых людей | | |
| 5.1.Влияние ЗОЖ на жизненный потенциал человека | 1 | - |
| 5.2.Рациональное питание в пожилом возрасте | 1 | - |
| 5.3.Двигательная активность в пожилом возрасте | 1 | 1 |
| Раздел 6. Безопасная жизнедеятельность пожилых людей в жилых помещениях | | |
| 6.1.Факторы, угрожающие здоровью и жизни человека в повседневных условиях быта в квартире | 1 | - |
| 6.2.Пожарная безопасность | 1 | - |
| 6.3.Электробезопасность | 1 | - |
| 6.4.Опасность проникновения преступников в | 1 | - |

| | | |
|--|----|----|
| жилище | | |
| 6.5. Пищевая безопасность | 1 | - |
| Раздел 7. Безопасная жизнедеятельность пожилых людей вне дома | | |
| 7.1. Факторы риска здоровью и жизни пожилого человека вне дома | 1 | - |
| 7.2. Безопасность в транспорте | - | 1 |
| Раздел 8. Безопасная жизнедеятельность в чрезвычайных ситуациях | | |
| 8.1. Поведение и действия при наводнении, снежных заносах и при грозе | - | 2 |
| Раздел 9. Основы первичной медицинской подготовки | | |
| 9.1. Ушибы, растяжения, вывихи. Оказание первой медицинской помощи | - | 1 |
| 9.2. Первая медицинская помощь при обмороке, солнечном и тепловом ударе | - | 1 |
| 9.3. Первая медицинская помощь при обморожении и ожогах | - | 1 |
| 9.4. Первая медицинская помощь при головокружении, боли в груди, гипертоническом кризе | - | 1 |
| Всего | 19 | 18 |

ОБУЧЕНИЕ НАВЫКАМ УХОДА

| Тема занятия | Часов, в т.ч. | |
|--|---------------|---------------|
| | Лекции | Практ.занятия |
| 1.Организация медико-социальной помощи населению | 1 | - |
| 2.Здоровый образ жизни - основа долголетия. Понятие о здоровье, факторах рисков развития заболеваний | 1 | - |
| 3.Социально – психологические особенности лиц пожилого возраста | 1 | - |
| 4.Создание благоприятного микроклимата. Санитарные требования к содержанию помещения | 1 | - |
| 5.Двигательная активность лиц пожилого возраста. Оказание помощи при перемещении в пространстве | 1 | 1 |
| 6.Профилактика травматизма лиц пожилого возраста | 1 | 1 |
| 7.Организация сна и отдыха пожилых людей | 1 | - |
| 8.Особенности личной гигиены лиц пожилого возраста | 1 | - |
| 9.Быть красивым в любом возрасте, или правильный уход в пожилом возрасте | 1 | 1 |
| 10.Уход за тяжелобольными | 1 | 1 |
| 11.Уход за пожилыми людьми при заболеваниях органов дыхания | 1 | 1 |
| 12. Уход за пожилыми людьми при заболеваниях сердечнососудистой системы | 1 | 1 |
| 13. Особенности питания. Уход за пожилыми людьми при заболеваниях органов пищеварения | 1 | 1 |
| 14. Уход за пожилыми людьми при заболеваниях органов мочевого выделения | 1 | 1 |
| 15. Уход за пожилыми людьми при сахарном диабете и ожирении | 1 | 1 |
| 16. Уход за пожилыми людьми при заболеваниях органов движения и опоры | 1 | 1 |
| 17. Уход за пожилыми людьми при заболеваниях органов зрения | 1 | 1 |
| 18. Уход за пожилыми людьми при нарушении психики и старческом слабоумии | 1 | 1 |

ПОЛОЖЕНИЕ О КЛУБЕ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ «СТАРОСТЬ НАС ДОМА НЕ ЗАСТАНЕТ»

1. Общие положения.

1. Ответственный специалист за деятельность клуба – специалист участковой службы.
2. Клуб формируется из пожилых людей и людей с ограниченными возможностями, объединенных интересом к активной жизни и творчеству.
3. Администрация Центра способствует специалистам участковой службы в подготовке необходимых средств, наглядных пособий, материалов, проведение заседаний, встреч.
4. Документация оформляется специалистом участковой службы. В состав общей документации Клуба входит: положение клуба, список участников, план работы на год.

2. Цель и задачи клуба.

Цель: содействие самореализации лиц пожилого возраста и людей с ограниченными возможностями путем активизации опыта и жизненных ориентаций.

Задачи:

1. Обеспечить востребованность интеллектуального, творческого и профессионального потенциала пожилых граждан и людей с ограниченными возможностями;
2. Обеспечить полноценное человеческое общение;
3. Оказать психологическую помощь в адаптации, постоянно изменяющимся социально-экономическим условиям жизни;
4. Провести комплекс оздоровительных мероприятий.

3. Деятельность.

1. Участники клуба имеют право:

- соблюдать Положение клуба;
- активно работать по осуществлению его целей и задач;
- принимать участие на всех мероприятиях, проводимых в клубе;
- обращаться с вопросами и предложениями.

2. Для успешной организации клуба осуществляется взаимодействие со следующими учреждениями:

- Управлением пенсионного фонда;
- Социальной политикой по Новолялинскому району;
- Центральной районной больницей;
- Городским Советом ветеранов;
- Центральной городской библиотекой;

- Детской школой искусств;

3. Основные направления:

- проведение праздничных мероприятий, концертных программ, лекций, бесед;

- обеспечение взаимопомощи и морально-психологической поддержки между членами клуба;

- организация выставок, групповое посещение театров и т.д.;

4. Работа клуба строится на принципах самоуправления, добровольности, равноправия.

4. Порядок предоставления услуг

1. Членами клуба могут быть жители города и района, достигшие пенсионного возраста и люди с ограниченными возможностями.

2. Противопоказанием к посещению Клуба общения является: наличие у граждан психических заболеваний; хронического алкоголизма; венерических, инфекционных и других карантинных заболеваний; активных форм туберкулеза.

3. Работа Клуба Общения осуществляется в соответствии с учетом интересов граждан, с утвержденным планом работы.

**КЛУБ «СПОРТ НАС ЗОВЁТ, К ЗДОРОВЬЮ ПРИВЕДЁТ»
ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ НА ГОД**

| № | МЕРОПРИЯТИЕ | МЕСЯЦ |
|----------|---|--------------|
| 1 | Лыжные прогулки | Январь |
| 2 | «Лыжня России» | Февраль |
| 3 | Турнир по шахматам среди членов клубов по интересам | Март |
| 4 | Спортивно-развлекательное мероприятие «Бодрость и здоровье», посвященное Неделе Добра | Апрель |
| 5 | Спортивно-развлекательное мероприятие «Старушки-веселушки» | Май |
| 6 | Мастер-класс по фитнесу (в городском спорткомплексе) | Июнь |
| 7 | Праздничное мероприятие, посвященное Дню Рыбака | Июль |
| 8 | Выезд на лоно природы | Август |
| 9 | Турнир по настольному теннису | Сентябрь |
| 10 | Проведение спортивного состязания «В здоровом теле – здоровый дух» | Октябрь |
| 11 | Поездка в бассейн | Ноябрь |
| 12 | Мероприятие «Весёлые старты», посвященные декаде инвалидов | Декабрь |

КЛУБ «РУКОДЕЛЬНИЦА»



КЛУБ «КУКОЛЬНЫЙ ТЕАТР»



КЛУБ «РУССКАЯ ПЕСНЯ»





КЛУБ «СПОРТ НАС ЗОВЁТ, К ЗДОРОВЬЮ ВЕДЁТ»







ШЕЙПИНГ «ГРАЦИЯ»





ОТДЕЛЕНИЕ ВРЕМЕННОГО ПРЕБЫВАНИЯ

