**План мероприятий для пожилых людей старшего возраста,**

**проводимых на постоянной основе в МКУ «КЦСОН Кемеровского муниципального округа»**

**(«Кузбасское долголетие»)**

**на 2023 год**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование мероприятия | Место проведения | Контактные сведения ответственных лиц | Периодичность, расписание мероприятий |
| 1 | Экскурсия в Ботанический сад | г. Кемерово, просп. В.В. Михайлова, 11А, жилой район Лесная Поляна | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 2 | Выездное спортивное мероприятие «Скандинавская ходьба» | МКУ «КЦСОН Кемеровского муниципального округа»  (г. Кемерово, ул. Терешкова, 30а) | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 3 | Экскурсия в музей-заповедник  Красная горка | г. Кемерово, ул. Красная Горка, 17, | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 4 | Экскурсия в Музей истории православия на земле Кузнецкой | г. Кемерово, Соборная ул., 24 | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 5 | Экскурсия по городу Кемерово | МКУ «КЦСОН Кемеровского муниципального округа»  (г. Кемерово, ул. Терешкова 30а) | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 6 | Экскурсия в Католический храм и мечеть | г. Кемерово, ул. Черняховского, 2 б, просп. Ленина, 147 | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 7 | Экскурсия в «Кузбасский государственный краеведческий музей» | г. Кемерово,  Советский просп., 55 | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 8 | Концертная программа  в ДК п. Металлплощадка | п. Металлплощадка, ул. Зелёная, 4А | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 9 | Компьютерная грамотность | МКУ «КЦСОН Кемеровского муниципального округа»  (г. Кемерово, ул. Терешкова 30а) | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 10 | Фильмотерапия  (совместный просмотр фильма и обсуждение) | МКУ «КЦСОН Кемеровского муниципального округа»  (г. Кемерово, ул. Терешкова 30а) | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 11 | Релаксационно-развивающие занятия («Утро у моря», «Поход в горы») | МКУ «КЦСОН Кемеровского муниципального округа»  (г. Кемерово, ул. Терешкова 30а) | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 12 | Краткий экскурс в историю земли Сибирской и Кузнецкой | МКУ «КЦСОН Кемеровского муниципального округа»  (г. Кемерово, ул. Терешкова 30а) | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 13 | Задания на развитие образного и логического мышления  (викторины, логические загадки, головоломки, лабиринты и т.д.) | МКУ «КЦСОН Кемеровского муниципального округа»  (г. Кемерово, ул. Терешкова 30а) | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 14 | Мини-турнир по шашкам | МКУ «КЦСОН Кемеровского муниципального округа»  (г. Кемерово, ул. Терешкова 30а) | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 15 | Творческие занятия (тестопластика, бумагапластика и др.) | МКУ «КЦСОН Кемеровского муниципального округа»  (г. Кемерово, ул. Терешкова 30а) | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 16 | Занятие на развитие мелкой моторики (пальчиковая гимнастика с карандашами, упражнения с массажными мячиками) | МКУ «КЦСОН Кемеровского муниципального округа»  (г. Кемерово, ул. Терешкова 30а) | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 17 | Работа с воспоминаниями  «Мои радостные воспоминания» | МКУ «КЦСОН Кемеровского муниципального округа»  (г. Кемерово, ул. Терешкова 30а) | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 18 | Занятия по финансовой грамотности для старшего поколения | МКУ «КЦСОН Кемеровского муниципального округа»  (г. Кемерово, ул. Терешкова 30а) | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 19 | Посещение памятника «Воину Освободителю» | г. Кемерово, Ленинский район | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц |
| 20 | Комплексные творческие мероприятия (праздник Урожая, 8 Марта, 23 февраля, 9 мая, День пожилого человека, Новый год и т.д.) | МКУ «КЦСОН Кемеровского муниципального округа»  (г. Кемерово, ул. Терешкова 30а) | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в квартал |
| 21 | Экскурсия в музей-заповедник «Томская писаница» | Кемеровская область, Яшкинский муниципальный округ, деревня Писаная | Заведующий отделением дневного пребывания  А.В. Адмакин  т. 8(3842)-53-75-55 | Один раз в месяц в летний период |