

«Утверждаю»  
 Директор ОГБУСО  
 «Заларинский специальный дом-  
 интернат для престарелых и инвалидов»  
 А.И.Шавелкин  
 «    »    2019 год

**План мероприятий по реализации проекта «Активное  
 долголетие» на 2019 год  
 в Областном государственном бюджетном учреждении  
 социального обслуживания «Заларинский специальный дом-  
 интернат для престарелых и инвалидов».**

№ п/п	Наименование мероприятий	Срок выполнения	Ответственный
<b>Раздел 1. Популяризация здорового образа жизни, культуры здорового питания.</b>			
1.1.	<p><b>Проведение месячников, декад, посвящённых здоровому образу жизни:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-проведение семинара «Правила технологии приготовления блюд с учетом специфики лечебного, профилактического или диетического питания»</li> <li>-проведение лекций «Принципы рационального питания», «Суточная потребность в пищевых веществах и энергии для отдельных диет»</li> <li>- «Роль пищевых продуктов в лечебном питании»</li> <li>-оформление тематических стендов по здоровому образу жизни согласно темам.</li> </ul>	в течение года	<p style="text-align: center;">м/с по диет.питанию</p> <p style="text-align: center;">Медицинский персонал</p>
1.2.		согласно	

	<p>-проведение занятий на тему «Физическая активность для пожилых людей»</p> <p>-организация практикума по садоводству и огородничеству. Клуб гарденотерапии.</p> <p>- организация экскурсий, посещение музеев, театров,</p> <p>-работа клуба «Компьютерной грамотности среди пожилых»</p> <p>- Организация оздоровительных терренкуров по садово-парковым зонам с добавлением элементов квеста.</p> <p>- Мастер-классы по современным (декупаж, скрапбукинг, валяние и др.) и традиционным видам рукоделия и декоративно-прикладного искусства.</p>	<p>календарного плана</p> <p>весенне-летний период</p> <p>согласно плана мероприятий</p> <p>согласно плана мероприятий</p> <p>согласно плана мероприятий</p> <p>согласно плана мероприятий</p>	<p>Массажист Мальков А.Н.</p> <p>Садовод Прощина Н.В.</p> <p>Культурорганизатор Строкова М.Н.</p> <p>Социальный работник Прощина И.Ф.</p> <p>Культурорганизатор Строкова М.Н.</p> <p>Социальный работник Жмурова М.А.</p>
<b>2. Спортивно-оздоровительные мероприятия и программы.</b>			
<b>2.1.</b>	<b>Участие в соревнованиях среди лиц с ограниченными возможностями с участием общества инвалидов п.Залари</b>	В течении года	Социальный работник Жмурова М.А.

2.3.	<p align="center"><b>Организация индивидуальных и групповых занятий лечебной физкультурой:</b></p> <p align="center">-разработка комплексов физических упражнений в зависимости от заболевания;</p> <p align="center">-проведение восстановительно-реабилитационных упражнений (дыхательная гимнастика, упражнения на восстановление мелкой моторики рук, занятия с мягким и жестким эспандерами);</p>	В течении года	<p align="center">Массажист Мальков А.Н.</p> <p align="center">Медицинский персонал</p>
2.4.	Занятия на «Тропе здоровья» в летний период на территории учреждения	Ежегодно в летнее время	<p align="center">Культурорганизатор Строкова М.Н. Социальный работник Жмурова М.А.</p>
2.5.	Реализация социальной программы «Здоровый образ жизни-дорога к долголетию»	В течение года	<p align="center">Культурорганизатор Строкова М.Н. Социальный работник Жмурова М.А.</p>
	Реализация социальной программы «социальный туризм для пожилых	В течение года	<p align="center">Культурорганизатор Строкова М.Н. Социальный</p>

	людей»		работник Жмурова М.А.
<b>Раздел 3. Мероприятия, направленные на профилактику алкоголизма, наркомании, потребления табака.</b>			
3.1.	<p><b>Проведение лекций, бесед, семинаров на профилактику вредных привычек:</b></p> <p>- беседа «Особенности женского пьянства и алкоголизма»;</p> <p>-беседа «Опасный миф о «безопасных» сигаретах и бездымном курении»</p> <p>- индивидуальные беседы с клиентами по вопросам вредных привычек;</p>	В течении года	<p>Психолог Мозгова Ю.В.</p> <p>Медицинский персонал</p>
3.2.	<p><b>Показ документальных фильмов о вреде алкоголизма и потребления табака:</b></p> <p>-показ фильма « Алкоголизм – трагедия для всего общества»»</p> <p>- показ фильма «Откажитесь от курения»</p>	Один раз в квартал.	Культурорганизатор Строкова М.Н.
3.3.	<p><b>Оформление тематических стендов по здоровому образу жизни:</b></p> <p>- «Профилактика гриппа и ОРВИ»;</p> <p>«Радуга здоровья- лекарственные травы и растения»;</p> <p>- «Роль чистой воды, воздуха</p>	Раз в квартал	<p>Медицинские службы учреждения.</p> <p>Культурорганизатор Строкова М.Н.</p>

---

	и природы в жизни человека» - «Жить здорово, весело, активно в любом возрасте»		Психолог Мозгова Ю.В.
--	--	--	--------------------------