

**КРУЖОК
«ОБУЧЕНИЕ
КОМПЬЮТЕРНОЙ
ГРАМОТНОСТИ»**

Изучение компьютера с нуля, позволит пройти путь от "чайника" до грамотного пользователя, расширив круг общения и интересов до виртуальных масштабов. Занятия клуба проходят в индивидуальной и групповой форме.

Компьютерные технологии - это уже неотъемлемая часть современной жизни. Для человека на пенсии - это ещё и новые возможности коммуникации, источник информации и развлечений. Общение с детьми и внуками, с родственниками в других городах или странах - все это новые возможности, которые спустя некоторое время станут привычными в повседневной жизни.

**Руководитель: Клевцов Николай
Петрович**

Расписание занятий:
Ежедневно
9.00 - 12.00

Теннис. Дартс.

**Руководитель: Трафимов
Максим Владимирович**

Расписание занятий:
Вторник, четверг
15.30 - 16.30

**Клуб «ФАНТАЗИЯ»
для детей ОВЗ**

Цель клуба – содействие социализации детей с ограниченными возможностями здоровья, расширение их жизненного пространства и круга общения.

Расписание занятий:

Понедельник, среда - с 10.00 до 11.30

Шашки, шахматы

Основные задачи клуба:

- Раскрытие личностного потенциала.
- Развитие логического мышления.
- Повышение самооценки и позитивного эмоционального настроения личности.
- Совершенствование шахматного мастерства.
- Пропаганда здорового образа жизни.

Расписание занятий:

Среда с 13.00 – 15.00

Клуб «Волшебный клубок»

Цели и задачи клуба:

- организация культурного досуга старшего поколения;
- объединение людей, имеющих общие интересы и увлечения;
- создание доброжелательной атмосферы для интеллектуального и духовного общения.

Расписание занятий:

Понедельник с 13.00 – 15.00

Четверг с 10.00 – 12.00

**Клуб для молодых инвалидов
«Мастерица»**

Расписание занятий:

Вторник, четверг – с 13.00 до 15.00

**Руководитель клубов:
Симанович
Татьяна Владимировна**

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ
«КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО
ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ

«АБАНСКИЙ»

СОЦИАЛЬНО
РЕАБИЛИТАЦИОННОЕ
ОТДЕЛЕНИЕ

**НАШ
ДОСУГ**



п. Абан

Наш сайт:

www.кцсон-абан.рф

Клубы для граждан пожилого возраста и инвалидов

Когда человек выходит на пенсию, меняется образ его жизни, и первое с чем он сталкивается – узкий круг общения. Пожилые люди часто испытывают одиночество. Это относится как к людям, живущим одиноко, так и проживающим в семье. Для пожилых и престарелых людей сохранить нормальное, полноценное общение означает не поддаться одиночеству и, следовательно, отодвинуть старость. Для того, чтобы помочь пожилым людям преодолеть одиночество, замкнутость, предоставить возможность общаться, помочь установить новые социальные связи. Главной целью клубов пожилых людей является предоставление возможности приятно и интересно проводить свободное время, удовлетворения разнообразных культурно-просветительных потребностей, а так же пробуждение новых интересов, облегчения установления дружеских отношений. Клубы пожилых людей предлагают помощь, советы, организуют отдых и развлечения.

Деятельность клубов направлена на:

- развитие познавательных навыков
 - повышение самооценки пожилых людей
 - возможность самовыражения и объединение в группы по интересам
 - приобщение пожилых людей к активной жизни в обществе
 - создание равных прав и возможностей для пожилых людей
 - гуманизацию самого общества.
- В настоящее время в Центре работают уже 6 клубов по интересам, ориентированных на пожилых граждан и инвалидов п. Абан и Абанского района.**

**Руководитель клуба
«ЗДОРОВЬЕ»
Инструктор по адаптивной
физической культуре:**

Киселева Тамара Егоровна

Клуб «ЗДОРОВЬЕ»

Цель клуба:

оздоровление пожилых граждан и инвалидов с использованием комплекса современных методик физкультурных занятий, элементов дыхательной гимнастики, физиотерапевтических процедур и других методов.

Основные задачи клуба:

- пропаганда здорового образа жизни;
- профилактика заболеваний у пожилых граждан и инвалидов средствами физической культуры и спорта;
- формирование двигательной активности для преодоления физических и психологических барьеров у пожилых граждан и инвалидов;
- адаптация к условиям труда и быта;
- интеграция пожилых граждан и инвалидов в обществе.

расписание занятий для

женщин:

ежедневно

10.00 – 12.00

13.00 – 15.00

расписание занятий для

мужчин:

понедельник

среда

пятница

15.00 – 16.30