

**Расписание работы группы дневной занятости для граждан пожилого возраста, в том числе  
с когнитивными нарушениями  
на март 2026 года**

| Дата       | Время                                                                       | Тема занятия                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Тип занятия                                                            | Исполнитель                                         |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 03.03.2026 | 10.00-10.20<br>10.25-11.00<br>11.00-11.10<br>11.10-12.00                    | 1.Нейрогимнастика для пальцев.<br>2.Упражнения для развития когнитивных возможностей.<br>3.Физическая зарядка<br>4. Час романа «Позвольте, я в любви Вам объяснюсь»<br>(Л.Миклина)                                                                                                                                                     | Информационное,<br>Развлекательное.                                    | инструктор по труду,<br>музыкальный<br>руководитель |
| 05.03.2026 | 10.00-10.15<br>10.20-10.50<br>10.50-11.00<br>11.05-13.00                    | 1.Нейрогимнастика для пальцев.<br>2. Упражнения для развития когнитивных возможностей.<br>3.Физическая зарядка<br>4. Праздничное мероприятие к 8 марта «Весна в душе»                                                                                                                                                                  | Информационное,<br>практическое.                                       | инструктор по труду<br>музыкальный<br>руководитель  |
| 06.03.2026 | 10.00-13.00                                                                 | Экскурсия в Музей – усадьбу Г.Юдина                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Выездное культурно-<br>массовое мероприятие                            | музыкальный<br>руководитель                         |
| 10.03.2026 | 10.00-10.15<br>10.20-10.50<br>10.50-11.00<br>11.05-12.00                    | 1.Нейрогимнастика для пальцев.<br>2. Упражнения для развития когнитивных возможностей.<br>3.Физическая зарядка<br>4. Концерт ансамбля «Золотые года»                                                                                                                                                                                   | Информационное,<br>практическое.                                       | инструктор по труду,<br>музыкальный<br>руководитель |
| 12.03.2026 | 10.00-11.00<br><br>11.00-11.20<br>11.20-12.00<br>12.00-12.10<br>12.10-13.00 | 1.Мероприятие, совместно с Краевой научной библиотекой «Киноказачники» - 120 лет со дня рождения Александра Роу.<br>2. Нейрогимнастика для пальцев.<br>3. Упражнения для развития когнитивных возможностей.<br>4.Физическая зарядка<br>5. «Час классической музыки» преподаватели и студенты института искусств им. Д. Хворостовского. | Информационное,<br>практическое.                                       | инструктор по труду,<br>музыкальный<br>руководитель |
| 13.03.2026 | 10.00-13.00                                                                 | Экскурсия в Успенский мужской монастырь                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Выездное культурно-<br>массовое мероприятие                            | музыкальный<br>руководитель                         |
| 17.03.2026 | 10.00-10.20<br>10.25-11.05<br>11.10-11.20<br>11.20-13.00                    | 1.Нейрогимнастика для пальцев.<br>2.Упражнения для развития когнитивных возможностей.<br>3.Физическая зарядка.<br>4. Встреча с врачом-волонтером Л.П.Солодовниковой<br>«Грибковые заболевания»                                                                                                                                         | Информационное,<br>практическое.<br>Познавательное-<br>развлекательное | инструктор по труду,<br>музыкальный<br>руководитель |

|            |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                         |                                               |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------|
| 19.03.2026 | 10.00-11.00<br><br>11.00-11.50<br><br>11.50-12.10<br>12.10-12.55<br>12.55-13.00 | 1. Лекция «Традиционные ценности русской культуры» Татьяна Михайловна Гончарова общественная организация «Знание»<br>2. Тематический час к Всемирному дню поэзии «Душа в стихах спасение найдёт»<br>3. Нейрогимнастика для пальцев.<br>4. Упражнения для развития когнитивных возможностей.<br>5. Физическая зарядка                       | Информационное, практическое.           | инструктор по труду, музыкальный руководитель |
| 20.03.2026 | 10.00-13.00                                                                     | Экскурсия в Храм Новомучеников.                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Выездное культурно-массовое мероприятие | музыкальный руководитель                      |
| 24.03.2026 | 10.00-10.20<br>10.20-11.20<br>11.20-11.30<br>11.30-13.00                        | 1. Нейрогимнастика для пальцев.<br>2. Упражнения для развития когнитивных возможностей.<br>3. Физическая зарядка<br>4. Смехотерапия: загадки, шутки, афоризмы.                                                                                                                                                                             | Информационное, практическое.           | инструктор по труду, музыкальный руководитель |
| 26.03.2026 | 10.00-11.00<br><br>11.00-11.20<br>11.20-12.00<br>12.00-12.10<br>12.10-13.00     | 1. Мероприятие, совместно с Краевой научной библиотекой «Родом из Сибири» - 100 лет со дня рождения Инны Макаровой.<br>2. Нейрогимнастика для пальцев.<br>3. Упражнения для развития когнитивных возможностей.<br>4. Физическая зарядка<br>5. «Час классической музыки» преподаватели и студенты института искусств им. Д. Хворостовского. | Информационное, практическое.           | инструктор по труду, музыкальный руководитель |
| 27.03.2026 | 10.00-13.00                                                                     | Экскурсия в Музей детства СССР                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Выездное культурно-массовое мероприятие | музыкальный руководитель                      |