

**Распорядок дня
работы отделения дневного пребывания «Уют»**

Время	Мероприятие	Направление	Период проведения	Примечания
8.45 – 9.00	Приём отдыхающих		Ежедневно	ОДП «Уют»
9.10 – 10.00	Скандинавская ходьба	Активное долголетие	Ежедневно	ОДП «Уют»
10.00 – 12.00	Занятия йогой, Дыхательная гимнастика	Активное долголетие	Вторник, четверг	ДК «Красная поляна»
10.00 – 11.00	Занятия с психологом	Индивидуальные занятия	Ежедневно	ОДП «Уют»
10.00 – 12.30	Танцы	Активное долголетие	Вторник, четверг, воскресенье	ДК «Красная поляна»
11.00 – 11.45	Бассейн		Вторник, четверг	ФОК «Красная поляна»
11.00 – 12.00	Творчество	Активное долголетие	Ежедневно	ОДП «Уют»
11.00 – 12.00	Компьютерная грамотность	Активное долголетие	Среда	Библиотека №3 м-он Красная поляна
12.00 – 12.30	Занятия с психологом	Релаксация	Ежедневно	ОДП «Уют»
12.00 – 13.00	Пение	Активное долголетие	Вторник, пятница	ОДП «Уют»
13.00 – 14.00	Обед		Ежедневно	ОДП «Уют»
13.00 – 14.00	Пение	Активное долголетие	Ежедневно	ДК «Красная поляна»
14.00 – 15.00	Занятия с психологом	Групповые занятия	Ежедневно	ОДП «Уют»
15.00 – 16.30	Скандинавская ходьба	Активное долголетие	Ежедневно	ОДП «Уют»
15.00 – 17.00	Компьютерная грамотность	Активное долголетие	Среда	Центральная библиотека
16.00 – 17.00	Компьютерная грамотность	Активное долголетие	Ежедневно	ОДП «Уют»
16.00 – 17.00	Творчество	Активное долголетие	Ежедневно	ОДП «Уют»
17.00 – 18.00	Занятия с психологом	Индивидуальные занятия	Ежедневно	ОДП «Уют»
17.00 – 18.00	Прогулка		Ежедневно	ОДП «Уют»
11.00 – 16.00	Творчество	Активное долголетие	Суббота	ОДП «Уют»
14.00 – 15.00	Бассейн	Активное долголетие	Суббота, воскресенье	ФОК «Красная поляна»