

Клуб здорового образа жизни «Тонус»

В 2011 году при социально-реабилитационном отделении центра создан клуб по формированию здорового образа жизни «Тонус».

Клуб «Тонус» располагается по адресу: ул. Октябрьская д.11б. каб. №1. Руководитель клуба – специалист по социальной работе социально-реабилитационного отделения Нестеров Дмитрий Александрович.

Членами клуба являются молодые люди с ограниченными возможностями здоровья.

Занятия в клубе проводятся 1 раз в неделю.

Цель клуба – сформировать мотивацию к ведению здорового образа жизни, путем привлечения к социокультурным и оздоровительным мероприятиям.

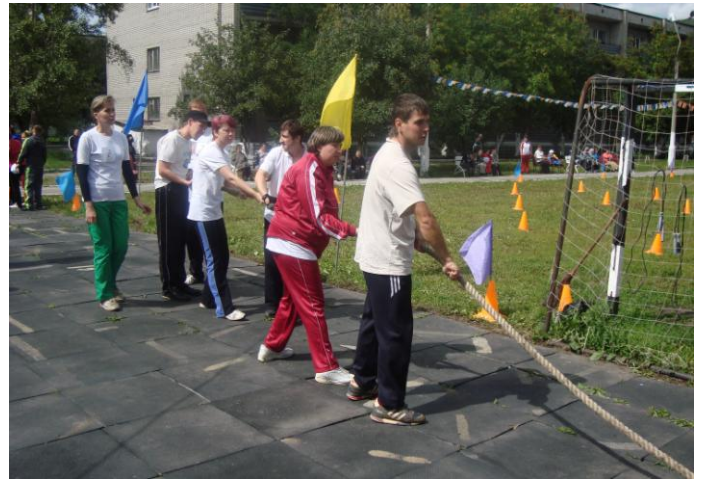
Формы работы – лекции, посещение Центра адаптивной физической культуры по адресу ул. Белинского д.22а, посещение бассейна, туристические походы, проведение культурно-оздоровительных мероприятий.

В процессе проведения занятий в клубе «Тонус» реабилитационная работа направлена на:

- улучшение психоэмоционального и физического состояния клиентов,
- повышение уверенности в себе, в своих возможностях и способностях,
- формирование мотивации к ведению здорового образа жизни,
- формирование эффективных форм общения и поведения с другими людьми,
- развитие личностных и социальных качеств (отзывчивость, доброта, инициативность).

Клуб «Тонус» поможет Вам укрепить здоровье, обрести друзей и союзников, предоставит возможность принимать участие в спортивных соревнованиях и турнирах.





Приглашаем всех желающих в наш клуб!