|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | «Островок здоровья» |
| 1. | Наименование проекта | «Островок здоровья» |
| 2. | Наименование организации | Учреждение «Территориальный центр социального обслуживания населения Ленинского района г.Бобруйска» (далее – центр). |
| 3. | Физический и юридический адрес организации, телефон, факс, e-mail | Адрес организации, телефон, факс, е-mail: Республика Беларусь, Могилевская область, г. Бобруйск, ул. К.Либкнехта, д. 58, тел./факс 80225 72 19 12,  Email: info@tcsonlen.by |
| 4. | Информация об организации | Учреждение «Территориальный центр социального обслуживания населения Ленинского района г.Бобруйска» |
| 5. | Руководитель организации | Шептицкая Ирина Николаевна, директор центра, тел. 80225 72 18 26 |
| 6. | Менеджер проекта | Бондарчук Юлия Владимировна +375445349661, info@tcsonlen.by |
| 7. | Прежняя помощь полученная от других иностранных источников | - |
| 8. | Требуемая сумма | 1735,5$ |
| 9. | Софинонсирование | База ТЦСОН для проведения разминки, игр и соревнований. |
| 10. | Срок реализации проекта | 2025-2026 |
| 11. | Цели проекта | Повышение активного уровня жизни граждан, получающих социальные услуги в центре, посредством игры в настольный теннис. |
| 12. | Задачи проекта | **Задачи:**   * укрепление здоровья граждан, улучшение их физического состояния, совершенствование  функционального состояния костной, сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем; * повышение работоспособности организма и его защитных свойств. * формирование зрительно-двигательных взаимосвязей (выполнение движений под контролем зрения); * совершенствование ранее освоенных умений; * формирование новых двигательных навыков, в том числе навыков игры в настольный теннис; * развитие физических качеств посредством специальных упражнений с разными мячами (координационные способности – меткость, глазомер; способность дифференцировать пространственные, временные и силовые параметры движений; скоростные способности); |
| 13. | Детальное описание деятельности в рамках проекта в соответствии с поставленными задачами | Целевая группа: граждане, получающие социальные услуги в центре.  Краткое описание мероприятий в рамках проекта:  1.Старт проекта. Написание и размещение статей в газете, статей на сайте в соц.сетях. Проведение занятий с волонтерами для получения навыков игры в настольный теннис.  2.Проведение соревнований с гражданами, получающих социальные услуги в центре:  - между лицами из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей;  - между гражданами с нарушением слуха;  - между пожилыми гражданами;. **3.** Награждение победителей почетными грамотами.  **4**. Привлечение большего количества граждан к игре в настольный теннис.  **5.** Распространение опыта реализации проекта. |
| 14. | Обоснование проекта | С помощью проекта будет привлечено внимание граждан различных категорий к здоровому образу жизни посредством игры в настольный теннис. Будут изготовлены буклеты «В здоровом теле - здоровый дух»  Благодаря проекту повысится уровень межличностного общения, укрепится здоровье граждан, улучшится их физическое состояние, повысится работоспособность организма. |
| 15. | Деятельность после окончания проекта | - |
| 16. | Бюджет проекта | 1. Теннисный стол Kettler Outdoor-6 в количестве 2 единиц – 687 $\* 2  = 1374 $. (сайт - <https://deal.by/p85049736-tennisnyj-stol-kettler.html> ).  2. Сетка для теннисного стола Gambler RIVAL 2 единицы – 24 $ \*2 = 48 $. (сайт - <https://vishop.by/catalog/igrovye-stoly/aksessuary-k-igrovym-stolam/setka-dlya-tennisnogo-stola-gambler-rival/> ).  3. Набор START LINE 4 Ракетки Level 200 \* 2 – 33.75 $ \*2 = 67.5$ (сайт - https://vishop.by/catalog/igrovye-stoly/aksessuary-k-igrovym-stolam/nabor-start-line-4-raketki-level-200-s/).  4. Помещение для проведения разминок и соревнований (база центра) – свой вклад.  5. Средства дезинфекции перед и после проведения разминок и соревнований – свой вклад.  6. [Кулер для воды напольный с электронным охлаждением и нагревом Starwind SW-1005EW белый](https://ozon.by/product/kuler-dlya-vody-napolnyy-s-elektronnym-ohlazhdeniem-i-nagrevom-starwind-sw-1005ew-belyy-826872125/?asb=1Qydt6TpZpTeJU3HhIJejXX2hFSrVCqitdr5SoZA5sA%253D&asb2=u56uWeVnzl7gGZ-vcsLIg6kuKuW04pr2tP9Weodbq4yuAwIGmtXfzebwL56ttK_4&avtc=1&avte=2&avts=1720791189&keywords=%D0%BA%D1%83%D0%BB%D0%B5%D1%80+%D0%B4%D0%BB%D1%8F+%D0%B2%D0%BE%D0%B4%D1%8B+lagretti+85ldc%2C+%D0%B1%D0%B5%D0%BB%D1%8B%D0%B9) = 110$.  (сайт - <https://ozon.by/category/kuler-dlya-vody-lagretti-85ldc-belyy/> ).  7. Вода для кулера 19 л. - 12.00 $ \* 3 = 36 $ (сайт –  <https://ozon.by/search/?text=%D0%B2%D0%BE%D0%B4%D0%B0+%D0%B4%D0%BB%D1%8F+%D0%BA%D1%83%D0%BB%D0%B5%D1%80%D0%B0&from_global=true>  8. Специалист по связям с общественностью = 100 $.    Итого: 1735,5$ |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | "Island of health" |
| 1. | Nameofproject | "Island of health" |
| 2. | Nameoforganization | Establishment the «Territorial center of social maintenance of population of the Leninist district Bobruyska» |
| 3. | Machine and legal address of organization, telephone, fax, e-mail | Address of organization, telephone, fax, е-mail: is Republic of Belarus, Mogilev area, g.Bobruisk, street of К.Libknehta,d. 58, tel./fax 80225 72 19 12, info@tcsonlen.by |
| 4. | Organization Information | Institution "Territorial center of social services for the population of the Leninsky district of Bobruisk" |
| 5. | Head of the organization | Sheptitskaya Irina Nikolaevna, director of the center, tel. 80225 72 18 26 |
| 6. | Projectmanager | Bondarchuk Julia Vladimirovna +375445349661,  info@tcsonlen.by |
| 7. | Previous assistance received from other foreign sources | - |
| 8. | The required amount is | 1735,5$ |
| 9. | Co-sponsoring | of the Center for the provision of training |
| 10. | Projectduration | 2025-2026 |
| 11. | Aimsofproject | Increasing the active standard of living of citizens receiving social services in the center through the game of table tennis. |
| 12. | Tasksofproject | Objectives:  - Strengthen the health of citizens, improve their physical condition, improve the functional state of the bone, cardiovascular, respiratory and nervous systems;  - to increase the body's capacity for work and its protective properties.  - form visual-motor interrelations (performance of movements under the control of vision);  - improve previously mastered skills;  - to form new motor skills, including the skills of playing table tennis;  - develop physical qualities through special exercises with different balls (coordination abilities - accuracy, eye-hand coordination; ability to differentiate spatial, temporal and power parameters of movements; speed abilities) |
| 13. | Detailed description of activity within the framework of project in accordance with the put tasks | Target group: citizens receiving social services in the center.  Brief description of the project activities:  1. Start of the project. Writing and posting articles in the newspaper, articles on the website in social networks. Conducting classes with volunteers to teach them table tennis skills.  2. Conducting competitions with citizens receiving social services in the center:  - Between persons from the number of orphans and children left without parental care;  - Between citizens with hearing deficiencies;  - Between the elderly citizens;  3. awarding the winners with certificates of merit.  4. Involving more citizens in the game of table tennis.  5. Dissemination of the project experience. |
| 14. | Groundofproject | The project will draw the attention of citizens of different categories to healthy lifestyles by playing table tennis. Booklets "A Healthy Body Has a Healthy Spirit" will be produced.  Thanks to the project, the level of interpersonal communication will increase, citizens' health will improve, their physical condition will improve, and their ability to work will increase. |
| 15. | Activity after completion of project | Distribution of experience of realization of project. To share experience of joint work of elderly citizens and persons from a number children-orphans and children, remaining without the care of parents with other centers with the purpose of increase of self-appraisal, confidence in a morrow, necessariness of elderly citizens and young people. From the side of young people it is planned to fix looks to the domestic values and stimulate to behave in high regard to the elderly citizens. |
| 16. | Budgetofproject | Kettler Outdoor-6 tennis table in quantity of 2 units - 687 $\* 2  = 1374 $. (site - <https://deal.by/p85049736-tennisnyj-stol-kettler.html>).  2. Net for tennis table Gambler RIVAL 2 units - 24 $ \*2 = 48 $ (site - <https://vishop.by/catalog/igrovye-stoly/aksessuary-k-igrovym-stolam/setka-dlya-tennisnogo-stola-gambler-rival/> ).  3. START LINE set 4 Rackets Level 200 \* 2 - 20 $ \*2 = 67.5 $ (site - <https://vishop.by/catalog/igrovye-stoly/nastolnyi-tennis/kettler-outdoor-6/>).  4. Room for warm-ups and competitions (center base) - own contribution.  5. Means of disinfection before and after workouts and competitions - own contribution.  6. Starwind floor water cooler with electronic cooling and heating SW-1005EW white = $110.  (website - <https://ozon.by/category/kuler-dlya-vody-lagretti-85ldc-belyy/>).  7. Water for the cooler 19l. - 12.00 $ \* 3 = 36 $ (website - <https://ozon.by/search/?text=%D0%B2%D0%BE%D0%B4%D0%B0+%D0%B4%D0%BB%D1%8F+%D0%BA%D1%83%D0%BB%D0%B5%D1%80%D0%B0&from_global=true> ).  8. Public relations specialist 100$.  Total: 1735,5$ |