Российская Федерация

**Ханты – Мансийский автономный округ - Югра**



**Городская Общественная Организация**

**Валеологический Центр**

**«ЛУЧ СВЕТА»**

**г. Мегион**

Исх.\_\_\_15\_\_\_\_\_\_от\_\_\_17.04.\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017\_\_

На\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ от\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017\_\_

**О Т Ч Е Т**

**о проделанной работе ГОО ВЦ «ЛУЧ СВЕТА» за 2016 год**

Городская общественная организация Валеологический центр "Луч света" осуществляет свою деятельность в соответствии с Конституцией РФ, гражданским кодексом РФ, Федеральным законом «Об общественных объединениях», «О не коммерческих организациях», иными правовыми актами РФ и руководствуется в своей деятельности общепризнанными международными принципами, нормами и стандартами, осуществляет свою деятель­ность на территории г. Мегиона Ханты-Мансийского автономного округа - Югра.

Основными, основополагающими целями в работе Организации являются:

 -популяризация здорового образа жизни, изучение путей достижения и поддержания идеального здоровья; содействие в улучшении морально-психологического состояния граждан; интеллектуально - нравственному развитию и подъему творческого потенциала личности путем проведения просветительской работы, патриотическое воспитание личности; профилактика социально опасных форм поведения граждан. Тем самым, принимать активное участие в социально-значимой жизни города и округа.

Организация приняла участие в проекте **«Активное старшее поколение на благо обществу».**

**Целевая аудитория проекта:**

Проект не имеет ограничений по возрасту.

Участники проекта:

- пожилые люди

- люди заинтересованные в здоровом образе жизни

- члены организации

- родственники и члены семей

В течение года проводились тематические мероприятия:

- лекции

- семинары

- вебинары

- творческие мастер-классы с детьми и взрослыми

- встречи с депутатами города

- организация волонтерской работы, выезды на природу с целью очистки береговых территорий

**Отчет о выполнении мероприятий за год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ пп** | **Мероприятие** | **Сроки проведения** |
| 1 | Проведение чайно-музыкальной церемонии (дегустация чаев по цветовым спектрам и музыкальное сопровождение) | в течение года еженедельно |
| 2 | Проведен лекторий на тему «Что дает книга по передаче «Книги и файлы» | 10 января |
| 3 | Прослушали информацию на тему «Факторы риска неинфекционных заболеваний – сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания» | 10 января |
| 4 | Проведен круглый стол по обсуждению темы: «Прощение» | 17 января |
| 5 | Знакомство с Исламом | 24 января |
| 6 | Проведен лекторий на тему «Мозг» по книге В.Бехтеревой «Магия мозга» | 31 января |
| 7 | Проведен инструктаж по скандинавской ходьбе. Доведена информация о том, что она дает в плане физического здоровья. | 7 февраля |
| 8 | Празднование христианского праздника – Сретение, что он означает. | 14 февраля |
| 9 | Проведена беседа на тему «табачный дым – невидимый убийца» | февраль |
| 10 | Проведен лекторий на тему «От чего возникает раздражительность» | 20 февраля |
| 11 | Информация на тему: витамины и микроэлементы | 20 февраля |
| 12 | Проведение праздничного мероприятия посвященного Дню Защитника Отечества | 23 февраля |
| 13 | Заслушали лекцию на тему: Влияние классической музыки на здоровье и продолжительность жизни | 28 февраля |
| 14 | Заслушали информацию Г.Шариповой о здоровой пище. Гречка – заменитель мяса | 28 февраля |
| 15 | Проведена лекция на тему: Женщина и спасение мира. Христианский взгляд | 6 марта |
| 16 | Проведение праздничного мероприятия посвященного Международному женскому дню 8 марта | 8 марта |
| 17 | Лекция на тему: Пост и диета, в чем различие | 13 марта |
| 18 | Выполнение оздоровительного комплекса упражнений «Гармонизация физического и духовного начала в человеке» | в течение года, постоянно |
| 19 | Проведена лекция на тему: Душа | 3 апреля |
| 20 | Изучение темы: Какой должна быть медитация | 10 апреля |
| 21 | Лекция на тему: Духовно-физические аспекты заболеваний сердечно-сосудистой системы | 17 апреля |
| 22 | Встреча с депутатом Малышевым В.А, обсуждение вопросов благоустройства города, установки в городе фонтана | 24 апреля |
| 23 | Заслушали информацию Г.Шариповой «О целебной силе овощей и фруктов» | 24 апреля |
| 24 | Светлое Христово Воскресенье, праздник весны и труда. Участие в праздничном общегородском шествии | 1 мая |
| 25 | Проведен лекторий на тему: «Нужно ли христианство современному человеку» по книге А.Ткаченко «Спасение безнадежных» | 1 мая |
| 26 | Обсуждение кандидатов на предстоящие выборы в Думу. | 8 мая |
| 27 | Встреча с мастером, проведен мастер-класс с привлечением детей и взрослых по изготовлению обережной славянской куклы | 8 мая12 мая8 июня |
| 28 | Лекция на тему «Сны», Даосская йога сновидений | 15 мая |
| 29 | Организация волонтерской работы, выезд на Соленое озеро, уборка мусора на берегу | 29 мая5 июня |
| 30 | Круглый стол на тему «Информационная безопасность. Дети и интернет» | 5 июня |
| 31 | Обзор по книге доктора Мясникова на тему «Гипертония – болезнь, которую можно контролировать | 19 июня |
| 32 | Проведена акция «Свеча памяти» | 22 июня |
| 33 | Семинар на тему «Здоровое питание и вырабатывание новых пищевых привычек» | 3 июля |
| 34 | Проведен лекторий «Экология мысли» | 17 июля |
| 35 | Заслушали информацию по теме Аюрведа | 7 августа |
| 36 | Проведен лекторий на тему «Влияет ли чтение на долголетие. Мнение ученых» | 21 августа |
| 37 | Лекция на тему «Признаки инфаркта и инсульта», как их избежать | 31 августа |
| 38 | Прослушали лекцию Полиенко «7 правил, которые меняют вашу жизнь» | 10 сентября |
| 39 | Лекция на тему «Белые одежды души» и «Как не увязнуть в «самокопании»» | 18 сентября |
| 40 | Обзор журнала «Фома». Знакомство с писателем Водолазкиным, «Человек между толпой и Богом». История романа «Авиатор» | 25 сентября |
| 41 | Участие в городской выставке к Дню пожилого человека  | 1 октября |
| 42 | Тема: Наше здоровье. Доказательная медицина - советы врачей. Продукты для омоложения. | 2 октября |
| 43 | Лекция на тему: «Зона особого внимания» В зоне особого внимания дети и подростки  | 23 октября |
| 44 | Мастер-класс по бисероплетению и вышивке | 28 октября |
| 45 | Изучаем тему «День народного Единства». В чем заключается единство. Двуглавый орел над Россией  | 30 октября  |
| 46 | Мастер – класс, обучение и проведение практических занятий по вязанию крючком и спицами  | 6 ноября |
| 47 | Семинар на тему «Целительные мудры» | 13 ноября |
| 48 | Лекция на тему «Еще раз о молитве», накануне Великого поста. | 27 ноября |
| 49 | Встреча с депутатом Малышевым В.А. | 27 ноября |
| 50 | Обзор журнала «Фома». Тема:  1-одиночество.; 2-грипп. | 4 декабря |
| 51 | Обучение методам оздоровительного массажа | 11 декабря |
| 52 | Обсуждение темы: «Церковь и мы» | 11 декабря |
| 53 | Семинар по книге Залманова «Тайная мудрость человеческого организма» | 18 декабря |
| 54 | Обсуждение темы: «Возвращение валеологии» | 20 декабря |
| 55 | Проведение вокального конкурса на лучшее исполнение | 24 декабря |
| 56 | Обсуждение темы «О знаках на пути» по лекциям М.Урих | 25 декабря |
| 57 | Организация праздничного Новогоднего мероприятия, конкурсная развлекательная программа | 30 декабря |
| 58 | Работа в городской комиссии по делам несовершеннолетних | 1 раз в неделю |
| 59 | Сбор литературы для КЦСОН «Гармония» | январь |
| 60 | Семинарские занятия для Сообщества «Анонимные наркоманы» | Еженедельно по пятницам |

Председатель ГОО ВЦ «Луч Света» пп Л.С. Митрофанова