



Краевое государственное автономное учреждение  
социального обслуживания  
«Приморский центр социального обслуживания населения»

---

***Программа***

***«Феникс»***

Цигун и тайцзи (тайцзи-цюань) – традиционные древние развивающие - оздоровительные системы Китая. Изучение этих систем приобретает всё большую популярность в мире. Они основаны на обращении к скрытым внутренним возможностям человека, раскрытии и использовании этих возможностей. Данный процесс напрямую связан с естественными природными законами и силами.

Занятия проводятся исключительно в зоне эмоционального и физического комфорта, исключаются чрезмерные физические нагрузки. Упражнения основаны на расслаблении и плавных, гармоничных, текучих движениях. Занятия пробуждают познавательный интерес к жизни, интерес к жизни как таковой, способствуют доброжелательному общению и взаимопомощи, созданию положительному эмоциональному климату в группе.

Занятия в группе психотелесного тренинга на основе цигун и тайцзи способствуют тому, чтобы максимально восстановить, обновить у людей, страдающих ДЦП мотивацию к жизни, веру в свои творческие способности и возможности улучшать качество своей жизни во многих областях, вернуть удивление и интерес к бесконечным возможностям в жизни.

**Цель программы:**

улучшение качества жизни людей с ДЦП, максимально возможная компенсация ограниченных возможностей ПСУ, компенсация и обеспечение психологического благополучия посредством метода «Психотелесный тренинг на основе тайцзи и цигун, адаптированный для больных ДЦП».

**Целевая группа:**

категория получателей социальных услуг ОДП, относящаяся к группе «А» - физически и когнитивно сохранные пожилые люди и инвалиды 18+.