УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУСО

 «Железноводский КЦСОН»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.М.Устинова

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_202\_\_г.

**Правила участия в практике Хайкинг "Пешеходная тропа"**

**1. Общие положения:**

 1.1. Практика Хайкинг "Пешеходная тропа" направлена на улучшение физического и психического состояния пожилых людей, расширение их кругозора, а также укрепление социальных связей.

 1.2. Участие в практике добровольное и предполагает соблюдение всех правил и инструкций.

1.3. Необходимо ознакомиться с правилами участия и подписать согласие на участие в практике.

**2. Условия участия:**

* 1. К участию допускаются пожилые люди старше 55 лет, состоящие на обслуживании в социально-оздоровительном отделении ГБУСО «Железноводский КЦСОН», не имеющие медицинских противопоказаний для участия в подобных мероприятиях.
	2. Участники должны иметь соответствующую физическую подготовку и состояние здоровья, позволяющее безопасно участвовать в прогулках.
	3. При наличии каких-либо заболеваний или ограничений по здоровью необходимо предварительно проконсультироваться с врачом.
	4. Участники должны иметь одежду и обувь, соответствующие погодным условиям.
1. **Правила поведения во время прогулок:**
	1. Перед выходом на прогулку сообщите близким, куда вы собираетесь идти и когда планируете вернуться.
	2. Берите с собой необходимые лекарства и средства связи. Если у вас есть проблемы со зрением или слухом, возьмите с собой слуховой аппарат или очки.
	3. Выбирайте удобную обувь и одежду, соответствующую погоде.
	4. Не уходите далеко от места сбора. Если вы заблудились, позвоните специалисту по социальной работе, который сопровождает вас.
	5. Не вступайте в разговоры с незнакомыми людьми.
	6. Не берите с собой ценные вещи, которые могут потеряться.
	7. Участники обязаны соблюдать все указания и требования специалиста по социальной работе.
	8. Во время прогулок необходимо соблюдать правила поведения и меры безопасности, установленные специалистом по социальной работе.
	9. Запрещается покидать место проведения прогулки без разрешения специалиста.
	10. Участники обязаны соблюдать чистоту и порядок во время прогулки, не оставлять после себя мусор.
2. **Меры безопасности:**
	1. Следите за тем, чтобы не отстать от группы. Если вы потеряли из виду других участников, немедленно свяжитесь с ними.
	2. Если вы заметили подозрительных людей или предметы, немедленно сообщите об этом специалисту по социальной работе, который сопровождает вас.
	3. Следите за состоянием своего здоровья. Если вы почувствовали слабость, головокружение или другие симптомы, немедленно обратитесь за медицинской помощью, сообщив при этом специалисту по социальной работе.
	4. Во время прогулок не забывайте о мерах предосторожности, связанных с погодными условиями. Например, в жаркую погоду необходимо избегать длительного пребывания на солнце, а в холодную погоду — переохлаждения.
3. **Ответственность за нарушение правил поведения:**
	1. Участники несут ответственность за свои действия во время прогулки и обязаны возместить ущерб, причинённый другим участникам или имуществу во время прогулки.
	2. Участники обязаны соблюдать правила пожарной безопасности и не допускать возникновения пожаров во время прогулки.
	3. Участники обязаны соблюдать правила поведения в общественных местах и не допускать нарушения общественного порядка.
	4. Участники обязаны соблюдать правила поведения в природной среде и не допускать нанесения ущерба природе.

Ознакомлен: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_202\_г.

Ознакомлен: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_202\_г.

Ознакомлен: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_202\_г.