|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| **ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ**  межведомственной программы «Новоуральское долголетие»  **с 01 по 31 октября 2024 года** | | |

1. **Культура и искусство:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата, время** | **Наименование мероприятия,**  **место проведения** | **Ответственные**  **конт.тел** | **Доп. информация** |
| 01.10.2024 18:00 | Лекции директора ДХШ, искусствоведа В.В. Лазаренко по истории искусств  МБУ ДО «ДХШ» НГО  (ул. Мичурина, д. 20) | Лазаренко Вера Вадимовна  4-05-03 | Вход свободный. Количество участников  50 человек |
| 01.10.2024 18:00 | Открытие концертного сезона Новоуральского филармонического общества Концерт, посвященный Международному дню музыки, Международному дню пожилых людей  МБУ ДО «ДШИ» НГО  (ул. Первомайская, 43) | Журавлева Екатерина Михайловна  9-33-04 | Вход по билетам. Посещение мероприятия гражданами пожилого возраста - по пригласительным билетам |
| 02.10.2024 11:00 14:00 | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка»  «Игры разума»: интеллектуальный тренинг  Центральная библиотека  (ул. Фрунзе, 13) | Пылаева Елизавета Владимировна 9-03-67 | Вход свободный |
| 07.10.2024 11:00 | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка»  «Фишка»: играем в настольные игры Центральная библиотека  (ул. Фрунзе, 13) | Морозова Ольга Александровна 9-06-60 | Вход свободный |
| 07.10.2024 11:00 | «Забытый король танго – Оскар Строк»: литературно-музыкальная композиция с использованием электронных ресурсов   ГАУ СО «НКЦ СОН ООТ  (Дом-интернат для престарелых и инвалидов», ул. Крупской, 8) | Васильева Светлана Владимировна 9-06-60 | Проживающие в Доме-интернат для престарелых и инвалидов |
| 07.10.2024 17:00 | Клуб «Новоуральский краевед»  «Святое материнство»: образы Богородицы в мировой культуре, открытие художественной выставки к Году семьи и Дню матери, встреча с духовенством Нижнетагильской епархии  Центральная библиотека  (ул. Фрунзе, 13) | Ларионова Анна Ивановна 9-05-80 | Вход свободный |
| 08.10.2024 15:00 | Литературно-музыкальная гостиная  «Марк Минков: музыку люблю больше, чем себя»: литературно-музыкальная композиция с электронной презентацией о жизни и творчестве российского композитора  Центральная библиотека (ул. Фрунзе, 13) | Васильева Светлана Владимировна 9-06-60 | Вход свободный |
| 08.10.2024 18:00 | Лекции директора ДХШ, искусствоведа В.В. Лазаренко по истории искусств  МБУ ДО «ДХШ» НГО (ул. Мичурина, 20) | Лазаренко Вера Вадимовна  4-05-03 | Вход свободный. Количество участников 50 человек. |
| 09.10.2024  11:00 | «Марк Минков: музыку люблю больше, чем себя»: литературно-музыкальная композиция с электронной презентацией о жизни и творчестве российского композитора   ГАУ СО НКЦ СОН  (ул. Гагарина, 7) | Васильева Светлана Владимировна 9-06-60 | Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН |
| 09.10.2024 11:00 13:00 | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка»  «Кубышка-Травница»: традиционная русская кукла-оберег. Мастер-класс  Центральная библиотека  (ул. Фрунзе, 13) | Морозова Ольга Александровна 9-06-60 | Вход свободный |
| 09.10.2024  14:30 | Цикл досуговых мероприятий для читателей старшего возраста «Культурная среда»:  «Осеннее настроение»: мастер-класс    Модельная библиотека «ФиЛиН»  (ул. Тегенцева, 2) | Юзикова Алена Михайловна 5-85-46 | Вход свободный |
| 11.10.2024 17:00 | Клуб садоводов: «Мой сад – огород»  «Высадка луковичных цветов, плодовых деревьев и кустарников»: беседа  Библиотека с. Тарасково  (ул. Ленина, 36) | Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15 | Вход свободный |
| 14.10.2024 11:00 | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка»  «Фишка»: играем в настольные игры Центральная библиотека  (ул. Фрунзе, 13) | Морозова Ольга Александровна 9-06-60 | Вход свободный |
| 15.10.2024 11:00 | Экскурсия по художественным мастерским театра кукол "Здесь рождается сказка"  (ул. Ленина, 90а) | Карпова Елена Сергеевна  9-38-78 | Вход свободный, по предварительной записи (от 5 до 15 человек) |
| 15.10.2024 13:00 | К 210-летию со дня рождения М.Ю. Лермонтова. «Пророк русского народа».  МБУ ДО "ДШИ" НГО  (ул. Первомайская, 43) | Журавлева Екатерина Михайловна  9-33-04 | Вход по билетам |
| 15.10.2024 18:00 | Лекции директора ДХШ, искусствоведа В.В. Лазаренко по истории искусств.  МБУ ДО «ДХШ» НГО  (ул. Мичурина, д. 20) | Лазаренко Вера Вадимовна  4-05-03 | Вход свободный. Количество участников 50 человек. |
| 16.10.2024 11:00 | «Открыть невидимое взору»: просмотр фильмов с тифлокомментариями для слабовидящих  «Бедная Liz»  Филиал «Детская библиотека»  (Первомайская, 11) | Пислегина Любовь Дмитриевна 9-10-70 | Вход свободный |
| 16.10.2024  время уточняется | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка»  «Город, в котором я живу!»: экскурсия в музей  Народный музей СССР  (ул. Дудина, 6) | Морозова Ольга Александровна 9-06-60 | Вход свободный |
| 17.10.2024  11:30 | Экскурсия по выставке Виктора Сысоева "Счастливое детство"  МБУ ДО «ДХШ» НГО  (ул. Мичурина, д. 20) | Панкратов Сергей Евгеньевич  4-05-02 | Вход свободный. Количество участников 20 человек |
| 17.10.2024 15:00 | Цикл мероприятий «Школа здоровья» Лекция врача-терапевта, заведующего врачебной амбулаторией Чикунова С.В. Тема определяется  Центральная библиотека  (ул. Фрунзе, 13) | Назарова Марина Сергеевна 9-06-60 | Вход свободный |
| 17.10.2024 17:30 | Клуб документального кино «Новоуральский киночетверг» «Знаменательные и памятные даты Отечественной военной истории»  Центральная библиотека  (ул. Фрунзе, 13) | Назарова Марина Сергеевна 9-06-60 | Вход свободный |
| 18.10.2024 17:00 | Женский клуб «Остров позитива»  «Счастье в мелочах»: беседа и мастер класс  Библиотека с. Тарасково  (ул. Ленина, 36) | Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15 | Вход свободный |
| 21.10.2024 11:00 | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Фишка»: играем в настольные игры  Центральная библиотека  (ул. Фрунзе, 13) | Морозова Ольга Александровна 9-06-60 | Вход свободный |
| 21.10.2024 11:00 | «Марк Минков: музыку люблю больше, чем себя»: литературно-музыкальная композиция с электронной презентацией о жизни и творчестве российского композитора  Совет общественной организации пенсионеров, ветеранов войны, труда, вооруженных сил и правоохранительных органов (ул. Дудина, 6) | Васильева Светлана Владимировна 9-06-60 | Члены клуба Совета |
| 21.10.2024 11:00 | «Осеннее путешествие на корабле жизни…»: литературно-музыкальная композиция ко Дню пожилого человека   ГАУ СО НКЦ СОН  (ул. Гагарина, 7) | Плотникова Елена Валентиновна 9-10-70 | Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН |
| 22.10.2024 16:00 | Творческая гостиная «Осенний город».  ОП «Искусство театра», «Изобразительное искусство», «Музыкальное искусство» МБУ ДО "ДШИ" НГО (ул. Первомайская,43) | Журавлева Екатерина Михайловна  9-33-04 | Вход свободный |
| 22.10.2024 18:00 | Лекции директора ДХШ, искусствоведа В.В. Лазаренко по истории искусств.  МБУ ДО «ДХШ» НГО  (ул. Мичурина, д. 20) | Лазаренко Вера Вадимовна  4-05-03 | Вход свободный. Количество участников 50 человек. |
| 23.10.2024 11:00 | «Осеннее путешествие на корабле жизни…»: литературно-музыкальная композиция ко Дню пожилого человека    ГАУ СО «НКЦ СОН ООТ  (Дом-интернат для престарелых и инвалидов»)  (ул. Крупской, 8) | Плотникова Елена Валентиновна 9-10-70 | Проживающие в Доме-интернат для престарелых и инвалидов |
| 24.10.2024 11:00 | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка»  «Караоке»: встреча любителей советских песен  Центральная библиотека  (Фрунзе, 13) | Морозова Ольга Александровна 9-06-60 | Вход свободный |
| 24.10.2024 11:30 | Экскурсия по выставке "Пленэр имени В.И. Шишигина"  МБУ ДО «ДХШ» НГО  (ул. Мичурина, д. 20) | Панкратов Сергей Евгеньевич  4-05-02 | Вход свободный. Количество участников 20 человек |
| 24.10.2024 16:00 | Кулуарные беседы  МБУК "ТМДК"  (ул. Строителей, 13) | Демина Юлия Петровна  4-58-10 | Вход свободный, по предварительной записи |
| 24.10.2024 16:00 | Клуб «Увлечение»  «Бисероплетение - цветы»: мастер-класс   Библиотека д. Починок  (Ленина, 15) | Усольцева Алена Павловна 7-72-25 | Вход свободный |
| 25.10.2024 10:00 | Клуб «Умный дачник»  «Колоновидные яблони: иметь или не иметь»  ГАУ СО НКЦ СОН  (ул. Гагарина, 7) | Матвеева Татьяна Юрьевна 9-10-70 | Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН |

1. **Образовательные программы:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата, время** | **Наименование мероприятия,**  **место проведения** | **Ответственные**  **конт.тел** | **Доп. информация** |
| 01.10.2024 02.10.2024 03.10.2024 08.10.2024 09.10.2024 10.10.2024 15.10.2024 16.10.2024 17.10.2024 22.10.2024 23.10.2024 24.10.2024 29.10.2024 30.10.2024 31.10.2024 10:00 11:00 | Школа цифровой и финансовой грамотности  ЦБ ЦОД  (ул. Фрунзе, 13) | Шатило Василий Евгеньевич 9-04-67 | По записи |
| 01.10.2024 02.10.2024 03.10.2024 08.10.2024 09.10.2024 10.10.2024 15.10.2024 16.10.2024 17.10.2024 22.10.2024 23.10.2024 24.10.2024 29.10.2024 31.10.2024 11:00 | Школа цифровой и финансовой грамотности  «Читай-город» ЦОД (ул. Октябрьская, 6б) | Кичигина Татьяна Валерьевна 3-01-51 | По записи |
| 01.10.2024 03.10.2024 08.10.2024 10.10.2024 15.10.2024 17.10.2024 22.10.2024 24.10.2024 29.10.2024 31.10.2024 10:00 | Час цифровой грамотности «Мой смартфон»  «Читай-город» ЦОД (ул. Октябрьская, 6б) | Кичигина Татьяна Валерьевна 3-01-51 | По записи |
| 16.10.2024 23.10.2024 30.10.2024 15:00 17.10.2024 18.10.2024 24.10.2024 25.10.2024 31.10.2024 10:00 11:00 | «Покажем. Научим. Подскажем»: практический всеобуч по цифровой и финансовой грамотности  Филиал «Детская библиотека» ЦОД (ул. Первомайская, 11) | Куимова Ю.А. 4-75-80 | По записи |
| 08, 15, 22, 29 октября 2024г., в 18:00 (регулярно) | Занятия вокально-поэтического ансамбля "Росиночка"  КМЦ "Спеленок"  (ул. Юбилейная, 5А) | Пономарёва Эльвира Евгеньевна,  8 908-915-28-38 | Максимальное количество человек 12 бесплатно |
| 01.10.2024 15:00 | «Поет душа, танцует осень» для горожан серебряного возраста совместное мероприятие МАДОУ «Росинка» и МАОУ "СОШ №54"  МАОУ «СОШ № 54»  (ул. Юбилейная,7А) | Пономарёва Эльвира Евгеньевна,  8 908-915-28-38 | Максимальное количество человек 50 бесплатно |
| 01.10.2024 15:40 | «Нейроигры» - 60+ для бабушек и дедушек воспитанников д/с  МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 33, ул. Ленина, 93 | Манина Марина Петровна, +7912-645-19-71 8(34370)6-14-58 | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 02.10.2024  08:00 | "Зарядка с бабушками и дедушками" (для бабушек и дедушек воспитанников д/с и всех желающих)  МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с№ 15, Ленина, 152, спортивный участок | Бойкова Юлия Борисовна,  8(34370) 69481, +79501959057 | Мероприятие бесплатное.  Особые условия участия: наличие спортивной формы или одежды удобной для движения. |
| 02.10. 2024 10:00 | "На зарядку становись!" - физкультурно-оздоровительное мероприятия с бабушками и дедушками воспитанников  МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 37, ул. Ленина, 101 | Овчинникова Ольга Анатольевна, Долгорукова Ольга Николаевна 8(34370)60960 | Мероприятие бесплатное. Особые условия участия: наличие спортивной формы или одежды удобной для движения. |
| 02.10.2024  15:40 | «Бабушкин сундучок сказок» - литературный час для детей с приглашением поколения 60+   МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 43, ул. Ленина, д.74 | Колюшенкова Ксения Александровна, +7950-191-51-50 | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 03.10.2024  11:00 | Литературно-музыкальная гостиная "Бабушка моя, милая, любимая"  МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 52, ул. Тегенцева, 6/1 | Лысенкова Светлана Анатольевна,  8 (34370) 6-78-49 | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 03.10.2024  11:00 | "Есть только миг" - музыкальная гостиная, посвященная песням А.Зацепина, с бабушками и дедушками  МАДОУ детский сад "Страна чудес" д/с №13, ул. Савчука, 10 | Махинова Наталья Владимировна, 8 (34370) 61547 | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 04.10 2024  8:00 | "Зарядка с бабушкой" - физкультурно-оздоровительное мероприятия с бабушками и дедушками воспитанников  МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 14, Парковый проезд, д. 3 | Акиньшина Вероника Владимировна, 8 (34370) 6-11-81 | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 08.10.2024  16:00 (регулярные) | «Серебряные конструкторы» - совместное конструирование воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек  МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 35, (ул.Победы, 6) | Зайцева Валерия Валентиновна, +7 919 386 52 76 | Мастер-класс с использованием конструкторов ТИКО.  Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии –  12 чел. |
| 08.10.2024  16:00 (регулярные) | «Серебряные конструкторы» - совместное конструирование воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек  МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 47  (ул. Автозаводская, 30А) | Снигирева Александра Юрьевна, +7 912 236 68 48 | Мастер-класс с использованием конструкторов CUBORO.  Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии –  12 чел. |
| 08.10.2024 16:00 (регулярные) | «Серебряные конструкторы» - совместное конструирование воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек  МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 48  (ул. Победы, 28Б) | Юнязова Татьяна Франтишековна,  +7 953 048 86 75 | Мастер-класс с использованием конструкторов LEGO.  Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии –  12 чел. |
| 08.10. 2024 11:00 | "Я-чувствую, я-рисую", художественная мастерская для бабушек и дедушек воспитанников детского сада  МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 12, ул. Корнилова, 13/ | Винокурова Наталия Владимировна,  8 (34370) 66526 | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись |
| 08.10.2024 11.00 | Творческая мастерская «Песни наше молодости»  МАУ ДО "ЦВР  (1л. Свердлова, 1А) | Русинова Александра Николаевна 3-92-74 Хайдаршина Ляузя Магсумовна, ПДО Филякина Ирина Юрьевна, концертмейстер | Занятие бесплатное. Продолжительность занятия 1 час |
| 10.10.2024 14:00 | «Серебряные посиделки», мастер-класс, рисование в технике «Эбру»  Детский сад № 50 "Кубик-Рубик"  (ул. Сергея Дудина, 13) | Забродская Римма Камалитдиновна, 895-21-469-206 | Максимальное количество  10 человек  бесплатно |
| 16.10.2024 11:00 (регулярные) | "Добрые руки" - совместные художественное творчество воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек  МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 36, (ул. Фрунзе, 11А) | Сибирева Тамара Алексеевна, +7 912 203 85 50 | Художественная мастерская по рисованию.  Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии –  12 чел. |
| 17.10.2024 10:00 | Литературно-музыкальная гостиная «Музыка для души» для горожан серебряного возраста  Детский сад № 3 "Серебряное копытце" (ул. Комсомольская, 11 А) | Жукова Ольга Анатольевна, 8 952-729-85-81 | Максимальное количество  человек 30 бесплатно |
| 17.10.2024 16:00 | Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада.  МАДОУ детский сад «Гармония» детский сад № 22 «Надежда»,  ул. Мичурина, 6А | Медовщикова Надежда Анатольевна (89089107063) | Занятия бесплатные.  - «Игры нашего детства» Подвижные игры в спортивном зале (наличие спортивной формы или одежды удобной для движения); -Изобразительно-прикладная мастерская «СоТворчество»;  - Клуб «Ассорти» (изготовление поделок с помощью ЗD ручки); -Арт-терапия «Мое настроение». |
| 17.10.2024 16:00 | Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада.  МАДОУ детский сад «Гармония» детский сад № 51 «Лесовичок»  (ул. Чурина, 14/1) | Потапова Татьяна Владимировна (89220256043) | Занятия бесплатные.  -Изобразительно-прикладная мастерская; - «Счастливый Йожик» низкоинтенсивная тренировка для всего тела (наличие спортивной формы или одежды удобной для движения), самомассаж стоп; - «Волшебная ручка» ( изготовление поделок с помощью 3D ручки). |
| 22.10.2024г. 11:00 | Творческая мастерская «Песни наше молодости»  МАУ ДО "ЦВР  (1л. Свердлова, 1А) | Русинова Александра Николаевна 3-92-74 Хайдаршина Ляузя Магсумовна, ПДО Филякина Ирина Юрьевна, концертмейстер | Занятие бесплатное. Продолжительность занятия 1 час. |
| 23.10.2024г. в 16:00 | Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада. | Костюкова Наталия Юрьевна (89041770149) | Занятия бесплатные.  - «Музыкальная шкатулка» музыкальные игры, караоке и др.; - «Волшебная ручка» (изготовление брелков, сувениров с помощью 3D ручки); - «Творческая мастерская» (изготовление сувениров, открыток и др.). |
| 24.10.2024  16:00 (регулярные) | «Серебряная физкультура» - физкультурно-оздоровительное мероприятия  МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 47 (ул. Автозаводская, 30А) | Ермакова Светлана Павловна, +7 912 657 33 37 | Парная гимнастика с воспитанниками и их бабушками и дедушками.  Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии –  20 чел. |
| 29.10.2024 16:00 | Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада.  МАДОУ детский сад «Гармония» детский сад № 49 «Дом радости» (ул. М.Горького, 14) | Фасолько Ольга Евгеньевна (89538219601) | Занятия бесплатные.  1. «Умелые ручки» изготовление броши «Триколор»; 2. «Заряд энергии» низкоинтенсивная тренировка для всего тела (наличие спортивной формы или одежды удобной для движения). |
| Дата определяется индивидуально | Курсы цифровой грамотности для начинающих.  Работа с гаджетами: индивидуальные занятия по работе на планшете, смартфоне  «Модельная библиотека» ЦОД (Тегенцева,2) | Юзикова Алена Михайловна 5-85-46 | По записи |
| Дата определяется индивидуально | «Интернет для жизни и общения»: индивидуальные занятия по работе на компьютере, планшете смартфоне  Филиал «Детская библиотека» ЦОД (Первомайская, 11) | Куимова Юлия Андреевна 4-75-80 | По записи |
| Дата определяется индивидуально | Школа цифровой и финансовой грамотности  «Библиотека с. Тарасково» (Ленина, 36) | Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15 | По записи |

1. **Социальная политика**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата, время** | **Наименование мероприятия,**  **место проведения** | **Ответственные**  **конт. тел** | **Доп. информация** |
| Понедельник, пятница  14.00 - 15.00 | Кружок «Виртуальный мир»  ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»  ул. Гагарина, д. 7А, правый подъезд, 3 этаж, кабинет 301 | Морозова Оксана Григорьевна  8(34370) 5-40-88 доб. 406 | Занятия бесплатные, требуется предварительная запись.  Обучение уверенному владению необходимыми функциями персонального компьютера, телефона. |
| Вторник, пятница  11:00 – 12:00  по средам:  04.09.2024  18.09.2024  25.09.2024 | Школа пожилого возраста, направление «Творческая и прикладная деятельность»  ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»  ул. Гагарина, д. 7А, правый подъезд, 3 этаж, кабинет 301 | Клементьева Светлана Юрьевна  8(34370) 5-40-88 доб. 406 | Занятия бесплатные.  Формирование практических умений и навыков в области разных видов декоративно-прикладного творчества.  По средам занятия с ведущими специалистами МБУК «Публичная библиотека» |
| 08.10.2024  22.10.2024  10:00 – 11:00 | Школа пожилого возраста, направление «Краеведение»  ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»  ул. Гагарина, д. 7А, правый подъезд, 3 этаж, кабинет 301 | Клементьева Светлана Юрьевна  8(34370) 5-40-88 доб. 406 | Занятия бесплатные, предварительная запись не требуется.  Виртуальные экскурсии |
| 11.10.2024 | Школа пожилого возраста, направление «Садоводство и огородничество»  ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»  ул. Гагарина, д. 7А, правый подъезд, 3 этаж, кабинет 301 | Клементьева Светлана Юрьевна  8(34370) 5-40-88 доб. 406 | Занятия бесплатные, предварительная запись не требуется.  Обучение практическим навыкам и методам ведения садоводства |
| 16.10.2024 | Школа пожилого возраста, направление «Правовая и экономическая культура»  ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»  ул. С. Дудина, д. 6, | Цыранова Любовь Валентиновна  8(34370) 5-40-88 доб. 409 | Занятия бесплатные, предварительная запись не требуется.  Информирование о правах и льготах |
| понедельник – пятница 08.30 – 17.30 | Школа пожилого возраста, направление «Обучение навыкам ухода» | Фризен  Анна Владимировна  8(34370) 5-40-88 доб. 409 | Занятия бесплатные, требуется предварительная запись. Обучение пользованию техническими средствами реабилитации |

**4. Физическая культура и спорт:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата, время** | **Наименование мероприятия,**  **место проведения** | **Ответственные**  **конт.тел, ФИО** | **Доп. информация** |
| 01 октября  09:00 | Спортивный праздник для занимающихся в группах «долголетия», посвященный дню пожилого человека  ФОК «Кедр Южный»  ул. Ленина, 136 А | 5-26-92 (инструкторы-методисты) | Обязательно наличие спортивной формы и обуви |
| 01 октября  11:00 – 13:00 | Фестиваль «Новоуральское долголетие»  Площадка «СК «Кедр»:  1. консультация по услугам программы «Новоуральское долголетие»  2. консультация по комплексу ВФСК «ГТО»  3. мастер-класс по физ.упражнениям  МАУ «КСК» НГО  (ул. Свердлова, 6) | 5-26-93  Болотова Алина Владимировна |  |
| пн, ср  09:00 – 10:00  10:00 – 11:00 | Атлетическая гимнастика  (тренажерный зал)  Дворец спорта «Дельфин»  (ул. Фурманова, 28) | 6-14-74 (администратор)  6-14-59 (инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы |
| вт, чт  09:00 – 10:15  10:15 – 11:30 | Атлетическая гимнастика  (тренажерный зал)  ФОК «Кедр Южный»  (ул. Ленина, 136 А) | 5-85-41 (администратор)  5-85-19 (инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы |
| вт, чт  1 группа:  9:00-10:00  2 группа:  10:00-11:00 | Общая физическая подготовка  (аэробика, фитнес, суставная гимнастика)  ФОК «Кедр Южный»  ул. Ленина, 136 А | 5-26-91 (администратор)  5-26-92 (инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы |
| вторник  10:30 – 11:30  пятница  11:30 – 12:30 | Общая физическая подготовка  (аэробика, фитнес, суставная гимнастика)  Центр тестирования «ГТО»  (ул. Фрунзе, 7) | 9-85-10 (администратор, инструктор-методист) | Занятия бесплатные, проводятся под руководством инструктора, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы |
| вторник, четверг  15.00 – 16.00  16.00 – 17.00 | Общая физическая подготовка  (аэробика, фитнес, суставная гимнастика)  Городской клуб «Альфа»  (ул. Мичурина, 3) | + 7-919-361-51-10  Воронцова Ольга Михайловна  (тренер) | Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы |
| пн - пт  10:00 – 11:00  11:00 – 12:00  12:00 – 13:00 | Настольный теннис  Стрелковый тир  (ул. Ольховая, 69) | 3-97-10 (администратор)  3-99-77 (инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора, при себе иметь спортивную форму |
| вт, чт  10:00 – 13:00 | Бильярд  Стрелковый тир  (ул. Ольховая, 69) | 3-97-10 (администратор)  3-99-77 (инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора, при себе иметь спортивную форму |
| вторник  8:30 – 10:00  четверг  8:30 – 11:00 | Настольный теннис  Центр тестирования «ГТО»  (ул. Фрунзе, 7) | 9-85-10 (администратор, инструктор-методист) | Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора, при себе иметь спортивную форму |
| пн, пт  11:00 – 12:30 | Волейбол  Дворец спорта «Дельфин»  (ул. Фурманова, 28) | 6-14-59  (инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся с участием ветеранов волейбола, при себе иметь спортивную форму |
| вт, чт  08:30 – 10:00  10:00 – 11:30 | Аэробика  Зал игровых видов спорта  (ул. Автозаводская, 23) | 2-29-95  (администратор) | Занятия **ПЛАТНЫЕ**, проводятся под руководством тренера (Самойлова Ксения Юрьевна), обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы  Стоимость:  1 занятие – 135 руб;  Абонемент на 4 занятия - 435 руб;  Абонемент на 8 занятий – 745 руб. |
| пн, ср, пт  08:00-09:00  09:00-10:00 | Атлетическая гимнастика (тренажерный зал)  МАУ «КСК» НГО  (ул. Сведлова, 6) | 3-11-88  (инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, при себе иметь спортивную форму, справка от терапевта о допуске к занятиям |
| пн, ср (1 группа)  17:00-18:00  вт, пт (2 группа)  12:00-13:00 | Танцевальное занятие  (зал 2 этаж)  МАУ «КСК» НГО  (ул. Свердлова, 6) | 3-11-88  (инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, при себе иметь спортивную форму |
| пн-пт  09:00 – 10:00  10:00 – 11:00  11:00 – 12:00 | Настольный теннис  (фойе 1 этаж)  МАУ «КСК» НГО  (ул. Свердлова, 6) | 7-44-70 (администратор) | Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора |
| Ср, чт, пт  10:30-11:30 | Иога  (Зал хореографии)  МАУ «КСК» НГО  (ул. Свердлова,6) | 3-11-88  (инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, при себе иметь спортивную форму, справка от терапевта о допуске к занятиям |
| вт  14:00 – 15:00 | Музыкальные занятия (караоке)  Конференц-зал  МАУ КСК» НГО  (ул. Свердлова, 6) | 3-11-88  (инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся с звукорежиссером с системой караоке |

Больше информации:

Сайт: https://www.новоуральское-долголетие.рф/

Социальные сети:

ВКонтакте «Новоуральское долголетие»: https://vk.com/dolgoletie\_novo

Одноклассники «Новоуральское долголетие»: https://ok.ru/dolgoletienovo

Тел. 5-26-95