**ПЛАН**
**мероприятий ГАУ «КЦСОН Ленинского района г. Екатеринбурга»**
**на Март 2022г.**

| Дата, время проведения мероприятия | Мероприятие | Описание мероприятия |
|---|---|---|
| **01 марта (вторник)**<br>1. 10.00<br>2. 11.00<br>3. 13.00<br>4. 11.00<br>5. 14.00<br>6. 11.00 | 1. Занятие в клубе «Незабудки»,<br>ул. Волгоградская, 47.<br>2. Занятие в клубе «Оптимисты», ул. Вайнера, 13.<br>3. Школа пожилого возраста по направлению «Творческая и прикладная деятельность»,<br>ул. Волгоградская, 47.<br>4. Школа пожилого возраста по направлению «Безопасная жизнедеятельность»,<br>ул. Амундсена, 66.<br>5. Школа пожилого возраста по направлению «Финансовая грамотность»,<br>ул.Вайнера, 13.<br>6. Школа пожилого возраста по направлению «Профессиональная ориентация»,<br>ул. Вайнера, 13. | 1. Занятие творческой и прикладной деятельностью.<br>2. Занятие по оздоровительной гимнастике.<br>3. Занятие творческой и прикладной деятельностью.<br>4. Онлайн-занятие: «Техника безопасности на кухне».<br>5. Онлайн-занятие. «Оплата услуг и переводов».<br>6. Онлайн-занятие. Видеоурок 1 «Создаем свой блог. Свой блог за час». |
| **02 марта (среда)**<br>1. 14.30<br>2. 11.00<br>3. 14.00<br>4. 11.00<br>5. 16.00<br>***6. 15.00*** | 1. Занятие в клубе «Джайв 55+»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>2. Занятие в клубе «Вязаночка»,<br>ул. Амундсена, 66.<br>3. Школа пожилого возраста по направлению «Социальный туризм»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>4. Школа пожилого возраста по направлению «Компьютерная грамотность»,<br>ул. Хохрякова, 104<br>5. Школа пожилого возраста по направлению «Правовая и экономическая культура»,<br>ул. Вайнера, 13.<br><br>***6. Онлайн - литературная гостиная, посвященная крупнейшему поэту эпохи романтизма Баратынскому Евгению Абрамовичу, родившемуся 2 марта 1800 года.*** | 1. Подготовка танцевального номера к Международному женскому Дню.<br>2. «Сапожки – носочки» - вязание крючком. Разбор схемы.<br>3. Онлайн - литературная гостиная, посвященная крупнейшему поэту эпохи романтизма Баратынскому Евгению Абрамовичу<br>4.Обучение навыкам работы на компьютере.<br>5. Онлайн-занятие. Видеоурок «25 финансовых ошибок».<br>***6. Онлайн-литературная гостиная.*** |
| **03 марта (четверг)** | 1. Занятие в клубе «Оптимисты», | 1. Занятие по оздоровительной |

| | | |
|---|---|---|
| 1. 11.00<br>2. 12.00<br>3. 11.00<br>4. 15.00<br>5. 12.00 | ул. Вайнера, 13.<br>2. Занятие в клубе «Теннисист»,<br>клуб «Удар», ул. Сакко и Ванцетти, 38<br>3. Занятие в клубе «Бусинка»,<br>ул. Амундсена, 66.<br>4. Занятие в клубе «Навигатор»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>5. Школа пожилого возраста по направлению «Садоводство и огородничество»,<br>ул. Вайнера, 13. | гимнастике.<br>2. Игра в теннис.<br>3. Занятие бисероплетением.<br>«Броши цветочной тематики»<br>4. Занятие клуба. Советы и рекомендации работы на компьютере.<br>5. Онлайн-занятие. |
| **04 марта (пятница)**<br>1. 10.00<br>2. 14.30<br>3. 11.00<br>***4. 14.00***<br>***5. 10.00***<br>***6. 11.00*** | 1. Занятие в клубе «Бодрость»,<br>парк им. Чкалова.<br>2. Занятие в клубе «Джайв 55+»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>3. Школа пожилого возраста по направлению «Обучение навыкам ухода»,<br>ул. Амундсена, 66.<br><br>***4. Праздничное мероприятие «Весенний праздник- 8 Марта!»***<br>***5. Юбилей клуба «Незабудки».***<br>***Библиотека №1, ул .Хохрякова, 104.***<br>***6.Акция «Любимые ветераны». Поздравление ветеранов с праздником 8 Марта!*** | 1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева.<br>2. Подготовка танцевального номера к Международному женскому Дню.<br>3. Онлайн-занятие.<br>***4. Праздничное мероприятие.***<br>***5. Юбилей клуба «Незабудки».***<br>***6. Акция. Поздравление с праздником ветеронов Ленинского района.*** |
| **05 марта (суббота)**<br>1. 10.00<br>2. 14.00<br>***3. 14.00***<br>***4. 13.00*** | 1. Занятие в клубе «Бодрость»,<br>парк им. Чкалова.<br>2. Занятие в клубе «Узорщики слова», ул. Белинского, 15.<br>***3. Мероприятие «Народный праздник-Масленица».***<br>***ул. Вайнера, 13 (у Центра, на свежем воздухе).***<br>***4. Акция «Вам, любимые».Поздравление женщин всех возрастов цветами.***<br>***ул.Вайнера (пешеходная зона).*** | 1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева.<br>2. Передвижная выставка «Д.Н. Мамин-Сибиряк и коллекция иллюстраций», библиотека им. Белинского.<br>***3.Праздничное мероприятие.***<br>***4. Акция .Поздравление с праздником!*** |
| **07 марта (понедельник)**<br>**08 марта (вторник)** | **С Международным женским днем!**<br>**С праздником!** | |
| **09 марта (среда)**<br>1. 11.00 | 1. Занятие в клубе «Вязаночка»,<br>ул. Амундсена, 66. | 1. «Сапожки – носочки» - вязание крючком. Разбор схемы. |

| | | |
|---|---|---|
| 2. 14.30<br>3. 16.00<br><br>***4. 16.00*** | 2. Занятие в клубе «Джайв 55+»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>3. Школа пожилого возраста по направлению «Правовая и экономическая культура»,<br>ул. Вайнера, 13.<br><br>***4. Беседы о традиционной культуре «Народный романс»***<br>***Центр традиционной народной культуры Среднего Урала,***<br>***ул. Чапаева, 10*** | 2. Связка вращений. Отработка поворотов, вращений.<br>3. Онлайн-занятие. Видеоурок «Банковские карты и онлайн-сервис»<br><br>***4. Беседы о традиционной культуре*** |
| **10 марта (четверг)**<br>1. 11.00<br>2. 15.00<br>3. 12.00<br>4. 11.00<br>5. 14.00<br>6. 14.00<br>7. 12.00<br>8. 15.00 | 1. Занятие в клубе «Бусинка»,<br>ул. Амундсена, 66.<br>2. Занятие в клубе «Светоч»,<br>ул. Амундсена, 66.<br>3. Занятие в клубе «Теннисист», клуб «Удар»<br>ул. Сакко и Ванцетти, 38<br>4. Занятие в клубе «Оптимисты», ул. Вайнера, 13.<br>5. Занятие в клубе «Сплетницы», ул. Амундсена, 66.<br>6. Школа пожилого возраста по направлению «Краеведение»,<br>ул. Амундсена, 66.<br>7. Школа пожилого возраста по направлению «Садоводство и огородничество»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>8. Школа пожилого возраста по направлению «Социокультурная реабилитация»,<br>ул. Вайнера, 13. | 1. Онлайн-занятие бисероплетением. «Броши цветочной тематики»;<br>2. Игра в боулинг.<br>3. Игра в теннис.<br>4. Занятие по оздоровительной гимнастике.<br>5. Занятие: « Масленица хороша – широка ее душа!» - все о Масленице, чаепитие с блинами.<br>6. Онлайн – занятие «История масленицы».<br>7. Онлайн-занятие.<br>8. Онлайн-занятие. Видеоурок «Основы музыкотерапии». |
| **11 марта (пятница)**<br>1. 10.00<br>2. 14.00<br>3. 14.30<br>*4. 15.00* | 1. Занятие в клубе «Бодрость»,<br>парк им. Чкалова.<br>2. Занятие в клубе «Наши лучшие!»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>3. Занятие в клубе «Джайв 55+»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>4. Школа пожилого возраста по направлению «Активное долголетие»,<br>библиотека им. А.И. Герцена (концертный зал); ул. Чапаева,5<br>5. Школа пожилого возраста по направлению «Обучение навыкам ухода»,<br>ул. Амундсена, 66. | 1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева.<br>2. Занятие по дыхательной гимнастике.<br>3. Связка вращений. Отработка поворотов, вращений.<br>*4.* **«Школа гипертонии»** Лекция **Е. С. Саракуловой**, терапевта из Многопрофильного медицинского центра **«СМТ-клиника»** в рамках проекта «Врачи-просветители» в библиотеке и онлайн/60+<br>5. Онлайн-занятие. |

| | | |
|---|---|---|
| **14 марта (понедельник)**<br>1. 10.00 | 1. Занятие в клубе «Бодрость»,<br>парк им. Чкалова. | 1.Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. |
| **15 марта (вторник)**<br>1. 10.00<br>2. 11.00<br>*3. 14.00*<br>4. 11.00<br>5. 12.00<br>6. 14.00<br>7. 11.00<br>8. 11.00<br>*9. 13.00* | 1. Занятие в клубе «Незабудки»,<br>ул. Волгоградская, 47.<br>2. Занятие в клубе «Смородинка»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>3. Занятие в клубе «Дядя Ваня[к]»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>4. Занятие в клубе «Оптимисты»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>5. Занятие в клубе «Ладья»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>6. Школа пожилого возраста по направлению «Финансовая грамотность»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>7.Занятие в Школе пожилого возраста по направлению «Профессиональная ориентация,<br>ул. Вайнера, 13.<br>8. Школа пожилого возраста по направлению «Безопасная жизнедеятельность»,<br>ул. Амундсена, 66.<br>9.Занятие в Школе пожилого возраста по направлению «Творческая и прикладная деятельность»,<br>ул. Волгоградская, 47. | 1. Занятие творческой и прикладной деятельностью.<br>2. Онлайн-занятие.<br>3. Онлайн-занятие «Коллекционерство как образ жизни».<br>4. Занятие по оздоровительной гимнастике.<br>5. Занятие клуба. Учимся играть в шашки.<br>6. Онлайн-занятие. В рамках проекта «Финансовая грамотность для старшего поколения», «Финансовое мошенничество. Защити себя и свою семью».<br>7. Онлайн-занятие. Видеоурок 2 «Подбираем шаблон блога и меняем дизайн».<br>8. Видеоурок «Терроризм. Правила безопасности».<br>9. Онлайн-занятие. |
| **16 марта (среда)**<br>1. 11.00<br>2. 15.00<br>3. 12.00<br>4. 14.30<br>5. 15.00<br>6. 11.00 | 1. Занятие в клубе «Вязаночка»,<br>ул. Амундсена, 66.<br>2. Занятие в клубе «Дамский каприз»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>3. Занятие в клубе «Ладья»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>4. Занятие в клубе «Джайв 55+»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>5. Школа пожилого возраста по направлению «Социальный туризм»,<br>ул. Вайнера, 13<br>6. Школа пожилого возраста по направлению «Компьютерная грамотность»,<br>ул. Хохрякова, 104 | 1. «Сапожки – носочки» - вязание крючком.<br>2. Занятие в клубе «Для милых дам»<br>3. Онлайн-занятие.<br>4. Постановка рук в танце.<br>5. Онлайн-занятие.<br>6. Обучение навыкам работы на компьютере. |

| | | |
|---|---|---|
| **17 марта (четверг)**<br>1. 11.00<br>2. 12.00<br>3. 15.00<br>4. 11.00<br>5. 15.00 | 1. Занятие в клубе «Бусинка»,<br>ул. Амундсена, 66.<br>2. Занятие в клубе «Теннисист», клуб «Удар»<br>ул. Сакко и Ванцетти, 38<br>3. Занятие в клубе «Навигатор», ул. Вайнера, 13.<br>4. Занятие в клубе «Оптимисты», ул.Вайнера, 13.<br>5. Школа пожилого возраста по направлению «Социокультурная реабилитация»,<br>ул. Вайнера, 13. | 1. Онлайн-занятие бисероплетением. «Броши в цветочной тематике»;<br>2. Игра в теннис.<br>3. Занятие клуба. Основные настройки смартфона.<br>4.Занятие по оздоровительной гимнастике.<br>5. Онлайн-занятие. |
| **18 марта (пятница)**<br>1. 10.00<br>2. 14.30<br>3. 15.00<br>4. 12.00 | 1.Занятие в клубе «Бодрость»,<br>парк им. Чкалова.<br>2. Занятие в клубе «Джайв 55+»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>3. Школа пожилого возраста по направлению «Активное долголетие»,<br>Музей истории камнерезного и ювелирного искусства, пр. Ленина, 37<br>Вход – 100 руб./чел., экскурсия – 800 руб./ группа.<br>4. Школа пожилого возраста по направлению «Обучение навыкам ухода»,<br>ул. Амундсена, 66. | 1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. «Броши в цветочной тематике»;<br>2. Отработка танцевальных поддержок.<br>3. Выставочные проекты музея истории камнерезного и ювелирного искусства.<br>4. Онлайн-занятие. |
| **21 марта (понедельник)**<br>1. 10.00<br>2. 14.00<br>3. 12.00 | 1.Занятие в клубе «Бодрость»,<br>парк им. Чкалова.<br>2. Занятие в клубе «Муза»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>3. Занятие в клубе «Казаки»,<br>ул. Вайнера, 13. | 1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. «Броши в цветочной тематике»;<br>2. Занятие в клубе. Встреча любителей поэзии А.С.Пушкина.<br>3. Онлайн – просмотр фильма «Девчата»<br>(режиссер - Юрий Чулюкин, 1961 г.) |
| **22 марта (вторник)**<br>1. 11.00<br>2. 15.00<br>3. 11.00 | 1. Занятие в клубе «Оптимисты», ул. Вайнера, 13.<br>2. Занятие в клубе «Ностальгия», ул. Вайнера, 13.<br>3. Школа пожилого возраста по направлению «Безопасная жизнедеятельность»,<br>ул. Амундсена, 66. | 1. Занятие по оздоровительной гимнастике.<br>2. Онлайн-занятие «Подготовка к поздравлениям весенних изменников»<br>3. Онлайн-занятие: «Основы оказания первой помощи». |
| **23 марта (среда)**<br>1.11.00<br>2. 14.30<br>3. 16.00 | 1. Занятие в клубе «Вязаночка»,<br>ул. Амундсена, 66.<br>2. Занятие в клубе «Джайв 55+»,<br>ул. Вайнера, 13. | 1. Простое ленточное кружево крючком.<br>2. Отработка танцевальных поддержок. |

| | | |
|---|---|---|
| 4.15.00<br><br>***5.15.00*** | 3. Школа пожилого возраста по направлению «Правовая и экономическая культура»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>4. Занятие в клубе «Ностальгия», ул. Вайнера, 13.<br><br>***5. Посещение мультимедийной выставки «Мой Куинджи», Свердловская киностудии, ул. Ленина 50Ж.*** | 3. Онлайн-занятие. «Осторожно мошенники. Как уберечь пожилых людей».<br>4. Встреча для именинников.<br><br>***5. Посещение мультимедийной выставки «Мой Куинджи».*** |
| **24 марта (четверг)**<br>1. 11.00<br>2. 12.00<br>3. 16.00<br>4. 11.00<br>5. 14.00<br>6. 14.00<br>7. 15.00 | 1.Занятие в клубе «Бусинка»,<br>ул. Амундсена, 66.<br>2. Занятие в клубе «Теннисист», клуб «Удар»<br>ул. Сакко и Ванцетти, 38<br>3. Занятие в клубе «Открытие», (23.03.2022г)<br>ул. Амундсена, 66.<br>4. Занятие в клубе «Оптимисты», ул. Вайнера, 13.<br>5. Занятие в клубе «Сплетницы», ул. Вайнера, 13.<br>6. Школа пожилого возраста по направлению «Краеведение»,<br>ул. Амундсена, 66.<br>7. Школа пожилого возраста по направлению «Социокультурная реабилитация»,<br>ул. Вайнера, 13. | 1. Занятие бисероплетением. «Броши цветочной тематики».<br>2. Игра в теннис.<br>3. Посещение мультимедийной выставки «Мой Куинджи».<br>4. Занятие по оздоровительной гимнастике.<br>5. « Книголюбы» - обсуждение новинок на книжных полках.<br>6. Онлайн-занятие. Вебинар «Краеведение»;<br>7. Онлайн-занятие. Видеоурок «Секреты счастливых долгожителей. Когда старость в радость». |
| **25 марта (пятница)**<br>1. 10.00<br>2. 14.30<br>3. 10.00<br>***4. 14.00***<br>***5. 12.00*** | 1.Занятие в клубе «Бодрость»,<br>парк им. Чкалова.<br>2. Занятие в клубе «Джайв 55+»,<br>ул. Вайнера, 13.<br>3. Школа пожилого возраста по направлению «Активное долголетие»,<br>ул. Амундсена, 66.<br>***4.Мастер – класс по уходу за собой «Стиль и совершенство», Круглый зал, ул.Вайнера, 13.***<br>***5. Экскурсия в Екатеринбургский музей изобразительных искусств на выставку «Тридцать пять. Новые поступления из Министерства культуры Российской Федерации»***<br>***(Вход бесплатный, экскурсионное сопровождение – 20 руб./чел.),***<br>***ул. Воеводина, 5*** | 1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева.<br>2. Отработка танцевальных поддержек.<br>3. Тропа здоровья по Юго-западному лесопарку.<br>***4. Мастер – класс от мастера по макияжу и уходу за собой.***<br>***5. Экскурсия.*** |
| **28 марта (понедельник)**<br>1. 10.00<br>2. 14.00 | 1.Занятие в клубе «Бодрость»,<br>парк им. Чкалова.<br>2. Занятие в клубе «Театральный», ул. Вайнера, 13. | 1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева.<br>2. Занятие в клубе. «Театральные постановки как средство обучения |

| | | |
|---|---|---|
| | | английскому языку». |
| **29 марта (вторник)**<br>1. 11.00 | 1. Занятие в клубе «Оптимисты», ул. Вайнера, 13. | 1. Занятие по оздоровительной гимнастике |
| **30 марта (среда)**<br>1.11.00<br>2.14.30<br><br>***3.15.00*** | 1. Занятие в клубе «Вязаночка»,<br>ул. Амундсена, 66.<br>2. Занятие в клубе «Джайв 55+»,<br>ул. Вайнера, 13.<br><br>***3. Экскурсия в Культурно-просветительский Центр Эрмитаж-Урал на выставку «Русский портрет XIX – начала XX века из собрания Государственного Эрмитажа»***<br>***(Вход бесплатный, экскурсионное сопровождение – 20 руб./чел.),***<br>***ул. Вайнера, 11*** | 1. Простое ленточное кружево крючком.<br>2. Отработка танцевальных поддержек.<br><br>***3. Экскурсия*** |
| **31 марта (четверг)**<br>1.11.00<br>2.12.00 | 1.Занятие в клубе «Бусинка»,<br>ул. Амундсена, 66.<br>2. Занятие в клубе «Теннисист», клуб «Удар»<br>ул. Сакко и Ванцетти, 38 | 1. Занятие бисероплетением. «Броши цветочной тематики».<br>2. Игра в теннис. |

Полную информацию о работе клубов и занятиях по направлениям Школы пожилого возраста, о порядке записи в них, вы можете получить по телефонам:
8(343) 376-68-52 - Артамонова Татьяна Юрьевна, Меркучева Лилия Алексеевна;
8 950 545 95 53 – Степанова Светлана Владимировна, Смотрин Василий Александрович;
8(343) 371-63-04 - Серухина Елена Анатольевна, Черная Мария Михайловна.

Заместитель директора А.Г. Козлова