

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

Дата, время проведения мероприятия	Мероприятие	Описание мероприятия
<b>01 декабря (четверг)</b> 1. 11.00 2. 12.00 3. 11.00 4. 15.00 5. 12.00	1. Занятие в клубе «Бусинка», ул. Амундсена, 66. 2. Занятие в клубе «Теннисист», клуб «Удар», ул. Сакко и Ванцетти, 38. 3. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 4. Занятие в клубе «Навигатор», ул. Московская, 37. 5. Школа пожилого возраста по направлению «Садоводство и огородничество», ул. Московская, 37.	1. Занятие бисероплетением. Новогодние поделки из бисера. 2. Игра в теннис. 3. Занятия по оздоровительной гимнастике. 4. Занятие. Смартфон для начинающих. 5. Занятие. «Цветы в доме, правила ухода и методы размножения»
<b>02 декабря (пятница)</b> 1. 12.00 2. 11.00 3. 10.00 4. 14.00 5. 10.00	1. Занятие в клубе «Джайв 55+», ДК «Железнодорожник». 2. Школа пожилого возраста по направлению «Обучение навыкам ухода», ул. Амундсена, 66. 3. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова.  4. <i>Праздничный концерт, приуроченный Дню матери и Дню инвалида в ГБПОУ СО «Свердловский колледж искусств и культуры», проезд Решетникова, 5</i>  5. <i>Участие во Всероссийском форуме серебряных волонтеров «Серебряное волонтерство: мы рядом»</i>	1. Изучение новой танцевальной композиции к Новому году. 2. Занятие: "Здоровый образ жизни – основа долголетия. Понятие о здоровье, факторы и риски развития заболеваний" 3. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 4. <i>Концерт</i> 5. <i>Форум</i>
<b>05 декабря (понедельник)</b> 1. 10.00 2. 14.30 3. 10.00	1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова.  2. <i>Праздничный концерт «Тепло наших сердец», для Местной организации Ленинского района г.Екатеринбурга Свердловской области Общероссийской Общественной Организации Всероссийское Общество Инвалидов. Библиотечный центр «Екатеринбург», Библиотека № 1, ул.Хохрякова. 104</i> 3. <i>Мероприятия в рамках добровольческой акции «10 000 добрых дел в один день»</i>	1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 2. <i>Концерт</i> 3. <i>Добровольческая акция «10 000 добрых дел в один день»</i>



<b>06 декабря (вторник)</b> 1. 11.00 2. 11.00 3. 11.00 4. 10.00 5. 13.00 6. 14.00 <b>7. 15.00</b>	1. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 2. Школа пожилого возраста по направлению «Безопасная жизнедеятельность», ул. Амундсена, 66 3. Школа пожилого возраста по направлению «Профессиональная ориентация», ул. Московская, 37 4. Занятие в клубе «Незабудки», ул. Московская, 37 5. Школа пожилого возраста по направлению «Творческая и прикладная деятельность», ул. Московская, 37 6. Школа пожилого возраста по направлению «Финансовая грамотность», ул. Московская, 37.  <b>7. Открытие творческой выставки « Волшебное время»  клуба «Незабудки», Круглый зал, ул. Вайнера, 13</b>	1. Занятия по оздоровительной гимнастике. 2. Занятие. Общие вопросы безопасной жизнедеятельности. 3. Занятие «15 популярных профессий или, как найти работу пенсионеру – 1 часть». 4. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 5. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 6. Занятие. «10 правил успешного использования банковских карт». <b>7. Выставка</b>
<b>07 декабря (среда)</b> 1. 11.00 2. 12.00 3. 16.00 4. 11.00 5. 14.00  <b>6. 14.00</b>	1. Занятие в клубе «Вязаночка», ул. Амундсена, 66. 2. Занятие в клубе «Джайв 55+», ул. Вайнера, 13. 3. Школа пожилого возраста по направлению «Правовая и экономическая культура», ул. Московская, 37. 4. Школа пожилого возраста по направлению «Компьютерная грамотность», ул. Московская, 37. 5. Школа пожилого возраста по направлению «Социальный туризм», Центр городских практик «Дом Маклецкого», ул. Тургенева, 15  <b>6. Экскурсия в Филармонию «Проторенные пути и тайные  тропы филармонии», ГАУК СО «Свердловская  государственная филармония», ул. Карла Либкнехта, 38А.</b>	1. Изготовление двухцветных, домашних тапочек спицами. Разбор схемы. 2. Изучение новой танцевальной композиции к Новогодному концерту. 3. Занятие. Правовая культура «Что нужно знать начинающему пенсионеру». 4. Обучение навыкам работы на компьютере. 5. Посещение выставки «Семь жизней одного дома». <b>6. Экскурсия.</b>
<b>08 декабря (четверг)</b> 1. 11.00 2. 12.00 3. 11.00 4. 14.00 5. 15.00 6. 14.00 7. 15.00	1. Занятие в клубе «Бусинка», ул. Амундсена, 66. 2. Занятие в клубе «Теннисист», клуб «Удар», ул. Сакко и Ванцетти, 38. 3. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 4. Занятие в клубе «Сплетницы», ул. Московская, 37. 5. Занятие в клубе «Светоч», ул. Амундсена, 66.	1. Занятие бисероплетением. Новогодние поделки из бисера. 2. Игра в теннис. 3. Занятия по оздоровительной гимнастике. 4. "Новогодняя суэта" - обсуждение новогодних рецептов на праздничный стол. 5. Игра в боулинг. 6. Выставка Евгении Вороновой «Большие игры



	6. Школа пожилого возраста по направлению «Краеведение», Арт – пространство «Кирпичи», ул. Добролюбова, 26. 7. Школа пожилого возраста по направлению «Садоводство и огородничество», ул. Московская, 37.	маленьких девочек». 7. Встреча-чаепитие садоводов в преддверии Нового года «Зимний урожай».
<b>09 декабря (пятница)</b> 1. 10.00 2. 11.00 3. 12.00 4. 11.00 5. 11.00 6. 11.00  7. 11.00	1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова. 2. Занятие в клубе «Наши лучшие!», ул. Амундсена, 66. 3. Занятие в клубе «Джайв 55+», ДК «Железнодорожник». 4. Школа пожилого возраста по направлению «Активное долголетие», ул. Амундсена, 66. 5. Школа пожилого возраста по направлению «Обучение навыкам ухода», ул. Амундсена, 66. 6. Школа пожилого возраста по направлению «Социокультурная реабилитация», ул. Амундсена, 66.  7. <i>Лекция врача-геронтолога «Профилактика деменции», ул. Амундсена, 66.</i> 8. <i>Тематический час «Славные сыны Отечества», приуроченный ко Дню Героев Отечества для слушателей Школы пожилого возраста.</i>	1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 2. Лекция врача-геронтолога «Профилактика деменции». 3. Изучение новой танцевальной композиции к Новому году. 4. Лекция врача-геронтолога «Профилактика деменции». 5. Лекция врача-геронтолога «Профилактика деменции». 6. Лекция врача-геронтолога «Профилактика деменции». 7. <i>Лекция.</i> 8. <i>Тематический час.</i>
<b>12 декабря (понедельник)</b> 1. 10.00 2. 15.00  3. 15.00	1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова. 2. Занятие в клубе «Узорщики слова», ул. Московская, 37.  3. <i>Тематический час «Я люблю тебя, Россия!», приуроченный ко Дню Конституции для слушателей Школы пожилого возраста.</i>	1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 2. Творческая встреча, посвященная 200-летию со дня рождения русского поэта А.А.Фета 3. <i>Тематический час, посвященный Дню Конституции.</i>
<b>13 декабря (вторник)</b> 1. 11.00 2. 11.00 3. 10.00 4. 13.00 5. 11.00 6. 10.00	1. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 2. Школа пожилого возраста по направлению «Безопасная жизнедеятельность», ул. Амундсена, 66. 3. Занятие в клубе «Незабудки», ул. Московская, 37. 4. Школа пожилого возраста по направлению «Творческая и прикладная деятельность», ул. Московская, 37. 5. Школа пожилого возраста по направлению «Профессиональная ориентация», ул. Московская, 37.	1. Занятия по оздоровительной гимнастике. 2. Занятие. Основные правила личной безопасности на улице. 3. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 4. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 5. Тематическое занятие «Конституция – главный закон страны» 6. <i>Семинар.</i>



	<b>6. Участие в Итоговом семинаре для организаторов и преподавателей «Школ пожилого возраста».</b>	
<b>14 декабря (среда)</b> 1. 11.00 2. 12.00 3. 16.00  <b>4.10.00</b>	1. Занятие в клубе «Вязаночка», ул. Амундсена, 66. 2. Занятие в клубе «Джайв 55+», ДК «Железнодорожник». 3. Школа пожилого возраста по направлению «Правовая и экономическая культура», Московская, 37.  <b>4. Участие в семинаре «Школа пожилого возраста: особенности ухода за недееспособными или не полностью дееспособными пожилыми гражданами».</b>	1. Изготовление двухцветных, домашних тапочек спицами. 2. Изучение новой танцевальной композиции к Новому году концерту. 3. Занятие «Экономическая культура. Сбережения и банковская система» <b>4. Участие в семинаре.</b>
<b>15 декабря (четверг)</b> 1. 11.00 2. 12.00 3. 15.00 4. 11.00 5. 12.00 6. 15.00  <b>7. 14.00</b>	1. Занятие в клубе «Бусинка», ул. Амундсена, 66. 2. Занятие в клубе «Теннисист», клуб «Удар», ул. Сакко и Ванцетти, 38. 3. Занятие в клубе «Навигатор», ул. Московская, 37. 4. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 5. Занятие в клубе «Ладья», Теннисный клуб «Удар», ул. Сакко и Ванцетти, 38. 6. Школа пожилого возраста по направлению «Социокультурная реабилитация», ул. Московская, 37.  <b>7. Праздничное мероприятие «Новогодняя сила добра».</b> <b>Автор, организатор: Анастасия Немец, депутат Екатеринбургской городской Думы, Сопредседатель регионального отделения Народного фронта Свердловской области.</b> <b>Участники: команда «Сила добра» СОШ №93, ГАУ КЦСОН Ленинского района. КДЦ «Дружба», ул. Академика Бардина, 21б.</b>	1. Занятие бисероплетением. Новогодние поделки из бисера. 2. Игра в теннис. 3. Занятие «Со смартфоном на ТЫ» 4. Занятия по оздоровительной гимнастике. 5. Занятие. Игра в шахматы. 6. Занятие «Как бороться с одиночеством в старости» <b>7. Праздничное Новогоднее мероприятие.</b>
<b>16 декабря (пятница)</b> 1. 10.00 2. 12.00	1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова. 2. Занятие в клубе «Джайв 55+», ДК «Железнодорожник». 3. Школа пожилого возраста по направлению «Активное	1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 2. Изучение новой танцевальной композиции к



3. 15.00 4. 11.00	долголетие», ул. Амундсена, 66. 4. Школа пожилого возраста по направлению «Обучение навыкам ухода», ул. Амундсена, 66.	Новогодному концерту. 3. Занятие: «Развитие полушарий мозга: упражнения для мозга». 4. Занятие: «Быть красивым в любом возрасте, или правильный уход в пожилом возрасте».
<b>19 декабря (понедельник)</b> 1. 10.00 2. 18.00 3. 15.00  <b>4. 15.00</b>	1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова 2. Занятие в клубе «Казаки», ул. Московская, 37. 3. Занятие в клубе «Муза», ул. Московская, 37.  <b>4. Праздничный концерт «Встречай Новый год» в ГБПОУ СО «Свердловский колледж искусств и культуры», проезд Решетникова, 5</b>	1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 2. Занятие. Просмотр Новогоднего кинофильма. 3. Занятие «Сочиняем сказку про Деда Мороза».  <b>4. Праздничный концерт.</b>
<b>20 декабря (вторник)</b> 1. 11.00 2. 10.00 3. 13.00 4. 14.00 5. 11.00 6. 11.00	1. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 2. Занятие в клубе «Незабудки», ул. Московская, 37. 3. Школа пожилого возраста по направлению «Творческая и прикладная деятельность», ул. Московская, 37. 4. Школа пожилого возраста по направлению «Финансовая грамотность», ул. Московская, 37. 5. Школа пожилого возраста по направлению «Безопасная жизнедеятельность», ул. Амундсена, 66. 6. Занятие в клубе «Смородинка», ул. Московская, 37.	1. Занятия по оздоровительной гимнастике. 2. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 3. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 4. Занятие «Интернет — ресурсы. Предоставление государственных (муниципальных) услуг в электронной форме» 5. Занятие. Прохождение теста «Безопасность пенсионеров» и разбор ответов. 6. Встреча-чаепитие садоводов в преддверии Нового года «Зимний урожай».
<b>21 декабря (среда)</b> 1. 11.00 2. 15.00 3. 12.00 4. 18.00 5. 11.00 <b>6. 15:00</b>	1. Занятие в клубе «Вязаночка», ул. Амундсена, 66. 2. Занятие в клубе «Дамский каприз», ул. Московская, 37 3. Занятие в клубе «Джайв 55+», ДК «Железнодорожник». 4. Школа пожилого возраста по направлению «Социальный туризм». 5. Школа пожилого возраста по направлению «Компьютерная грамотность», ул. Московская, 37. <b>6. Итоговая встреча и новогодний праздник для волонтеров «серебряного» возраста, Круглый зал, ул. Вайнера, 13.</b>	1. Изготовление новогодней игрушки крючком «Елочка». 2. Праздник «Давайте верить в чудеса» 3. Изучение новой танцевальной композиции к Новогоднему концерту. 4. Занятие 5. Обучение навыкам работы на компьютере. <b>6. Встреча волонтеров и Новогодний праздник.</b>



<b>22 декабря (четверг)</b> 1. 11.00 2. 12.00 3. 16.00 4. 11.00 5. 14.00 6. 14.00 7. 14.00	1. Занятие в клубе «Бусинка», ул. Амундсена, 66. 2. Занятие в клубе «Теннисист», клуб «Удар» ул. Сакко и Ванцетти, 38. 3. Занятие в клубе «Открытие», ул. Московская, 37 4. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 5. Занятие в клубе «Сплетницы», ул. Московская, 37 6. Школа пожилого возраста по направлению «Краеведение», ул. Московская, 37. 7. Школа пожилого возраста по направлению «Социокультурная реабилитация», ул. Московская, 37.	1. Занятие бисероплетением. Новогодние поделки из бисера. 2. Игра в теннис. 3. «Новый год к нам мчится!»- новогодние посиделки участниц клуба. Просмотр Новогоднего кинофильма. 4. Занятия по оздоровительной гимнастике. 5. «Новый год к нам мчится!»- новогодние посиделки участниц клуба. Просмотр Новогоднего кинофильма. 6. Занятие «Уральская резиденция деда Мороза». 7. Занятие в преддверие Нового года «Давайте верить в чудеса».
<b>23 декабря (пятница)</b> 1. 11.00 2. 12.00 3. 11.00	1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова. 2. Занятие в клубе «Джайв 55+», ДК «Железнодорожник». 3. Школа пожилого возраста по направлению «Активное долголетие», ул. Амундсена, 66.	1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева 2. Изучение новой танцевальной композиции к Новому году концерту. 3. Занятие: «Очищение организма пожилых и старых людей».
<b>26 декабря (понедельник)</b> 1. 10.00 2. 11.00	1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова. 2. Занятие в клубе «Театральный», ул. Московская, 37.	1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 2. Занятие «Репетиция новогодних постановок».
<b>27 декабря (вторник)</b> 1. 11.00 2. 10.00 3. 13.00 4. 14.00	1. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11. 2. Занятие в клубе «Незабудки», ул. Московская, 37 3. Школа пожилого возраста по направлению «Творческая и прикладная деятельность», ул. Московская, 37. 4. <b>Новогодний праздник и мастер класс клуба «Незабудки» для активистов клубов и слушателей ШПВ. Круглый зал, ул. Вайнера, 13.</b>	1. Занятия по оздоровительной гимнастике. 2. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 3. Занятие творческой и прикладной деятельностью. 4. <b>Новогодний праздник.</b>
<b>28 декабря (среда)</b> 1. 11.00 2. 12.00 3. 15.00 4. 16.00	1. Занятие в клубе «Вязаночка», ул. Амундсена, 66. 2. Занятие в клубе «Джайв 55+», ДК «Железнодорожник». 3. Занятие в клубе «Ностальгия», ул. Московская, 37 4. Школа пожилого возраста по направлению «Правовая и экономическая культура», ул. Московская, 37.	1. «Очумелые ручки»- выставка работ участников клуба «Вязаночка» 2. Отработка всех изученных танцевальных элементов. 3. Поздравление именинников месяца.



5. 11.00	5. Праздничное, спортивное новогоднее мероприятие «Здравствуй, елка, Новый год» для активистов клубов на свежем воздухе. парк им. Чкалова ул. Чкалова, 143.	Подведение итогов года 4. Занятие «Экономическая культура. Услуги предприятий жилищно-коммунального хозяйства. Защита прав потребителей». 5. Праздничное спортивное мероприятие на свежем воздухе.
29 декабря (четверг) 1. 11.00 2. 12.00 3. 11.00	1. Занятие в клубе «Бусинка», ул. Амундсена, 66. 2. Занятие в клубе «Теннисист», клуб «Удар» ул. Сакко и Ванцетти, 38. 3. Занятие в клубе «Оптимисты», Физкультурно-оздоровительный комплекс «Соболь», ул. Академика Постовского, 11.	1. Занятие бисероплетением. Новогодние поделки из бисера. 2. Игра в теннис. 3. Занятия по оздоровительной гимнастике.
30 декабря (пятница) 1. 10.00 2. 12.00	1. Занятие в клубе «Бодрость», парк им. Чкалова. 2. Занятие в клубе «Джайв 55+», ДК «Железнодорожник».	1. Оздоровительная гимнастика по системе Плетнева. 2. Отработка всех изученных танцевальных элементов.

Полную информацию о работе клубов и занятиях по направлениям Школы пожилого возраста, о порядке записи в них, вы можете получить по телефонам:  
8(343)371-63-04; 8(950)545-95-53

Директор



Н.М. Луначева

Черная М.М.  
8(343)371-63-04