ЦЕНТР ОБЩЕНИЯ СОЦФОНДА

МЕРОПРИЯТИЯ НА НОЯБРЬ 2026

Дата	Мероприятие	Время начала
02.11	Мероприятие от «Единой России» – квиз ко Дню народного единства.	**10-00**
02.11	Занятие по энергетической аэробике с Э.В. Аруевой.	**11-00**
03.11	Занятие студии творчества «ДАР» под руководством Г.Н.Салдиной.	**10-00**
03.11	Ознакомительная лекция по здоровому образу жизни и профилактике вирусных заболеваний от Котласской центральной городской больницы.	**14-00**
05.11	Занятие студии творчества «ДАР» под руководством Г.Н.Салдиной.	**10-00**
05.11	Встреча-беседа с доктором психологических наук, кандидатом биологических наук А.Н. Быстровым на тему «Стресс и психологическое настроение человека».	**14-00**
06.11	Заседание клуба дачников «Дачная беседка».	**10-00**
06.11	Мастер-класс по изготовлению браслетов выживания.	**14-00**
09.11	Занятие по энергетической аэробике с Э.В. Аруевой.	**10-00 (группа 1)** **11-30 (группа 2)**
09.11	Занятия по нумерологии на тему «Влияние чисел на судьбу человека» с Г.Н. Салдиной.	**14-00**
10.11	Занятие студии творчества «ДАР» под руководством Г.Н.Салдиной.	**10-00**
11.11	Встреча-беседа с представителем Молодежного центра и серебряного волонтера И.В. Лобеевой на тему «Волонтерская деятельность. О видах и пользе добровольчества для граждан старшего поколения».	**10-00**
12.11	Онлайн-лекция Российского общества «Знание» на тему: «Кино большой страны: искусство, которое объединяет».	**10-00**
12.11	Занятие студии творчества «ДАР» под руководством Г.Н.Салдиной.	**11-30**
13.11	Мастер-класс по восточным танцам от Аллы Шульгиной.	**10-00**
13.11	Лекция психолога Земляной Ирины Алексеевны «Тема отношений: с собой, с другими».	**14-00**
16.11	Занятие по энергетической аэробике с Э.В. Аруевой.	**10-00 (группа 1)** **11-30 (группа 2)**

Дата	Мероприятие	Время начала
17.11	Занятие студии творчества «ДАР» под руководством Г.Н. Салдиной.	**10-00**
17.11	Экскурсия по залам культурно-просветительского центра «Лес в жизни северного человека».	**14-00**
18.11	Занятие по дзен-графике на тему «Мандала любви» с Г.А. Игумновой.	**10-00**
19.11	Занятие студии творчества «ДАР» под руководством Г.Н. Салдиной.	**10-00**
20.11	Литературно-музыкальная встреча, посвященная поэтессе Веронике Тушновой «Не отрекаются любя» от представителей Лимендской библиотеки.	**10-00**
20.11	Занятие на тему «Гимнастика мозга» с Э.В. Аруевой.	**11-30**
23.11	Занятие по энергетической аэробике с Э.В. Аруевой.	**10-00 (группа 1)** **11-30 (группа 2)**
24.11	Занятие студии творчества «ДАР» под руководством Г.Н. Салдиной.	**10-00**
25.11	Встреча-дискуссия «Поговорим о родословной».	**10-00**
26.11	Занятие студии творчества «ДАР» под руководством Г.Н. Салдиной.	**10-00**
26.11	Праздничное мероприятие ко дню гитариста	**14-00**
27.11	Мастер-класс по восточным танцам от Аллы Шульгиной.	**10-00**
27.11	Уроки рисования с Ириной Зимиревой.	**14-00**
30.11	Занятие по энергетической аэробике с Э.В. Аруевой.	**10-00 (группа 1)** **11-30 (группа 2)**

Время работы:
понедельник – пятница 08:30 – 16:30

SFR.GOV.RU

ПРИХОДИТЕ, МЫ ВАС ЖДЕМ!

Наши контакты:
Адрес: г.Котлас, ул.Карла Маркса д.3, каб.13

Отделение Фонда пенсионного и социального страхования РФ по Архангельской области и Ненецкому автономному округу