**ЦЕНТР ОБЩЕНИЯ ЛЮДЕЙ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ**

**КЛИЕНТСКАЯ СЛУЖБА (НА ПРАВАХ ОТДЕЛА) В ЛЕНИНСКОМ РАЙОНЕ**

**Г. ЕКАТЕРИНБУРГА**

**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ НА ИЮЛЬ 2024 г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дата** | **Время** | **Мероприятия** |
| 01.07.2024  понедельник | 11.00  12.00 | * 1. Уроки компьютерной, финансовой, пенсионной грамотности (по предварительной записи).   2. Репетиция танцевальной группы «Визит». |
| 02.07.2024  вторник | 12.00  12.00 | * 1. Час здоровья. Адаптивная ЛФК (суставная гимнастика, нейрогимнастика, растяжка).   2. Помощь СВО. |
| 03.07.2024  среда | 12.00 | * 1. Пешая прогулка по туристическому маршруту «Красная линия г. Екатеринбурга». |
| 04.07.2024  четверг | 11.30  12.00  13.00 | * 1. Репетиция танцевальной группы «Визит».   2. Литературный калейдоскоп. Мероприятие «Любовь и семья в зеркале русской литературы» ко Дню семьи, любви и верности, в Центральной городской библиотеке им. А. И. Герцена (ул. Чапаева, 5).   3. Час танцевальных занятий. |
| 05.07.2024  пятница | 12.00 | * 1. Час здоровья. Адаптивная ЛФК (суставная гимнастика, нейрогимнастика, растяжка). |
| 08.07.2024  понедельник | 11.00  12.00 | * 1. Уроки компьютерной, финансовой, пенсионной грамотности (по предварительной записи).   2. Репетиция танцевальной группы «Визит». |
| 09.07.2024  вторник | 12.00 | * 1. Экскурсия в Ботанический сад - посещение 3 оранжерей: плодовые растения тропиков и субтропиков, растения тропических областей. Древние папоротники и величественные пальмы,кактусы и суккуленты (ул. 8 Марта 202,а). по предварительной записи, |
| 10.07.2024  среда | 12.00  13.00 | * 1. Час здоровья. Адаптивная ЛФК (суставная гимнастика, нейрогимнастика, растяжка).   2. Русское географическое общество. Показ документальных фильмов. |
| 11.07.2024  четверг | 11.30  13.00  14.00 | * 1. Репетиция танцевальной группы «Визит».   2. Час танцевальных занятий.   3. Экскурсия - знакомство с Центральной городской библиотекой им. А.И. Герцена - «Особняк Давыдова» (ул. Чапаева, 5, по предварительной записи). |
| 12.07.2024  пятница | 12.00 | * 1. Праздничное мероприятие - День рождения Центра «Оптимисты!». |
| 15.07.2024  понедельник | 11.00  12.00 | * 1. Уроки компьютерной, финансовой, пенсионной грамотности (по предварительной записи).   2. Репетиция танцевальной группы «Визит». |
| 16.07.2024  вторник | 12.00    12.00 | * 1. Час здоровья. Адаптивная ЛФК (суставная гимнастика, нейрогимнастика, растяжка).   2. Показ документальных фильмов представленных Русским географическим обществом. |
| 17.07.2024  среда | 14.30 | * 1. Экскурсия на «Крокодиловую ферму Екатеринбурга «Крокодилвиль»» ( ул. Бебеля,17, по предварительной записи). |
| 18.07.2024  четверг | 9.30  11.30  13.00 | * 1. Час здоровья. Адаптивная ЛФК.   2. Репетиция танцевальной группы «Визит».   3. Час танцевальных занятий. |
| 19.07.2024  пятница | 12.00  12.00 | Час здоровья. Адаптивная ЛФК (суставная гимнастика, нейрогимнастика, растяжка).   * 1. Пешая прогулка по туристическому маршруту «Красная линия г.Екатеринбурга». |
| 22.07.2024  понедельник | 11.00  12.00 | * 1. Уроки компьютерной, финансовой, пенсионной грамотности (по предварительной записи).   2. Репетиция танцевальной группы «Визит». |
| 23.07.2024  вторник | 12.00  13.00 | Час здоровья. Адаптивная ЛФК (суставная гимнастика, нейрогимнастика, растяжка).  Школа рукоделия «Умелые ручки» (вяжем спицами, крючком, мастер-классы). |
| 24.07.2024  среда | 11.00 | * 1. Пешая прогулка в ЦПКиО им. В.В. Маяковского - «В кругу друзей!» ( викторины, загадки, спортивные конкурсы). |
| 25.07.2024  четверг | 11.30  13.00 | * 1. Репетиция танцевальной группы «Визит».   2. Час танцевальных занятий. |
| 26.07.2024  пятница | 12.00  12.00 | * 1. Час здоровья. Адаптивная ЛФК (суставная гимнастика, нейрогимнастика, растяжка).   2. Помощь СВО. |
| 29.07.2024  понедельник | 11.00  12.00 | * 1. Уроки компьютерной, финансовой, пенсионной грамотности (по предварительной записи).   2. Репетиция танцевальной группы «Визит». |
| 30.07.2024  вторник | 12.00  12.00 | * 1. Час здоровья. Адаптивная ЛФК (суставная гимнастика, нейрогимнастика, растяжка).   2. Экскурсия в стеклодувную мастерскую, музей стеклянных фигур (ул. Монтерская, 3, по предварительной записи). |
| 31.07.2024  среда | 12.00 | * 1. Обзорная экскурсия в Центр «Эрмитаж-Урал» ( ул. Вайнера, 11, по предварительной записи). |

**Добро пожаловать!**

Режим работы: понедельник-четверг с 8.30-17.30

пятница с 8.30-16.30

**Ждем Вас в центре общения старшего поколения!**

По адресу: г. Екатеринбург, ул. Вайнера, д. 26 кабинет 304-305

Записаться и задать вопросы можно по телефону:

**371-02-11**

**Мальцева Ирина Серафимовна (каб.304)**

**376-38-06**

**Леонтьева Юлия Николаевна**

Для ежедневного посещения в свободное от запланированных мероприятий время доступны - библиотека, настольные игры, просмотр фильмов. План мероприятий может корректироваться по согласованию с участниками Центра.