



# ЦЕНТР ОБЩЕНИЯ ЛЮДЕЙ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ В КАМЕНСКЕ-УРАЛЬСКОМ

## РАСПИСАНИЕ МЕРОПРИЯТИЙ НА ОКТЯБРЬ:

- 02.10.2023 09:30 «Территория здоровья» (Физкультурно-оздоровительная гимнастика)  
11:30 «Вечорки на посиделках у Пряхи»
- 03.10.2023 13:00 Концерт посвященный Дню пожилого человека (Запись)
- 04.10.2023 12:00 Пешая экскурсия: «Прогулка по Миниским местам» (Запись)
- 05.10.2023 10:00 «Территория здоровья» (Физкультурно-оздоровительная гимнастика)  
11:00 Обсуждение планов на ноябрь
- 06.10.2023 10:00 Художественная выставка «На крыльях художественной росписи» (Запись)
- 09.10.2023 10:00 «Территория здоровья» (Физкультурно-оздоровительная гимнастика)  
11:00 Краеведение: «Уральский колдун»
- 10.10.2023 09:30 «Территория здоровья» (Физкультурно-оздоровительная гимнастика)  
11:30 «Вечорки на посиделках у Пряхи» (Мастерская по рукоделию)
- 11.10.2023 18:30 Открытие сезона филармонии. Омский академический симфонический оркестр (Запись)
- 12.10.2023 10:00 «Территория здоровья» (Физкультурно-оздоровительная гимнастика)  
11:00 Обсуждение планов на ноябрь
- 13.10.2023 11:00 «Компьютерный мир» (Переносим файлы с телефона на компьютер и флешку) (Запись)
- 16.10.2023 10:00 «Территория здоровья» (Физкультурно-оздоровительная гимнастика)  
11:00 «Вечорки на посиделках у Пряхи» (Мастерская по рукоделию)
- 17.10.2023 10:00 «Моё здоровье» (Мастер-класс: Правила оказания первой медицинской помощи. Мастер-класс: Массаж поясничной области)
- 18.10.2023 11:00 Защита прав потребителей «Медицинские услуги»
- 19.10.2023 09:30 «Территория здоровья» (Физкультурно-оздоровительная гимнастика)  
11:30 Тренинг с психологом «Что охраняет здоровье»
- 20.10.2023 14:00 Экскурсия в Храм Покрова Божьей матери (Запись)
- 23.10.2023 11:00 Кинопоказ
- 24.10.2023 11:00 «Моё здоровье» (Особенности личной гигиены в пожилом возрасте. Мастер-класс: Правила ухода за ногтями)
- 25.10.2023 11:00 Пешая экскурсия по старой части города (Запись)
- 26.10.2023 09:30 «Территория здоровья» (Физкультурно-оздоровительная гимнастика)  
11:30 Литературно-музыкальная гостиная «И всё-таки Вера Надежда Любовь» (посвящена юбилею Тургенева)
- 27.10.2023 10:00 Мастер-класс «Шапочка для мытья головы БЕЗ ВОДЫ» (Запись)
- 30.10.2023 09:30 «Территория здоровья» (Физкультурно-оздоровительная гимнастика)  
11:30 «Компьютерный мир» (Изучаем личный кабинет СФР, Госуслуг) (Запись)
- 31.10.2023 11:00 «Моё здоровье». Развлекательное мероприятие «День здоровья»

тел. 8(3439) 32-67-20

Минеева Наталья Владимировна