НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОЕКТЫ РОССИИ

# ПРОГРАММА

## АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

## СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

## АФИША МЕРОПРИЯТИЙ

**с 19 октября по 25 октября**

### Велижский КЦСОН

**21 октября**

**15:00** Вечер отдыха «Осенняя палитра»

**16:00** Технология «Арт-терапия»

*г. Велиж, ул. Советская, д.11А*

**23 октября**

**13:00** Вечер отдыха «С песней заводной, с шуткою смешной»

*г. Велиж, ул. Советская, д.11А*

***Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» в г. Велиж можно уточнить по телефону 8 (48132) 4-29-39***

### Вяземский КЦСОН

**20 октября**

**14:00** Информационный час, посвящённый Дню Вяземского сражения 1812 г. *«Под Вязьмой славный бой…»*

*г. Вязьма, ул. Ленина, д. 73*

**21 октября**

14:00 Мероприятие к Всемирному дню сельских женщин *«Хозяйки земли родной»* — *Угранский МО, д. Федоровское «Эко островок*

### 23 октября

14:00 Активный день с тренером Верочкиной Т.В. *«Гимнастика»* — *г. Вязьма, ул. Плотникова, д. 1, Спортивный комплекс Вязьма «Локомотив»*

*Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» можно уточнить по телефону в г. Вязьма* 8(48131)2-30-27

## Гагаринский КЦСОН

### 22 октября

14:30 Викторина *«Тайны Черного моря»* — *г. Гагарин, ул. Строителей, д.50*

*Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» в г. Гагарин можно уточнить по телефону* 8 (48135) 3-43-59

## Демидовский КЦСОН

### 19 октября

12:00 Занятие в кабинете Двигательной активности *«На зарядку становись»* — *г. Демидов, ул. Просвещения, д. 4*

### 21 октября

11:00 В год единства народов России виртуальная экскурсия по регионам России *«Вкусное путешествие»* — *г. Демидов, ул. Руднянская, д. 78*

14:00 Занятия в бассейне *«Аквагимнастика»* — *г. Велиж, ул. Советская, д. 46/5*

### 22 октября

12:00 Занятие в кабинете Двигательной активности *«На зарядку становись»* — *г. Демидов, ул. Просвещения, д. 4*

*Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» в г. Демидов можно уточнить по телефону* 8 (48147) 2-21-56

## Дорогобужский КЦСОН

### 19 октября

09:00 Занятие Скандинавской ходьбой — *г. Дорогобуж, Роща им. Ю. А. Гагарина*

### 21 октября

10:00 Обучение компьютерной грамотности (по предварительной записи) — *пгт Верхнеднепровский, ул. Строителей, д. 11*

### 23 октября

09:00 Посещение бассейна — *г. Дорогобуж, ул. Чистякова, д. 33 ФОК «Победа»*

*Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» в г. Дорогобуж можно уточнить по телефону* 8 (48144) 6-25-10

## Духовщинский КЦСОН

### 19 октября

| | | |
|---|---|---|
| 11:00 | Факультатив «Здоровье, физическая активность и долголетие» - *«Северная ходьба»* | *г. Духовщина, ул. Советская, д. 43/46* |
| 11:00 | Факультатив «Здоровье, физическая активность и долголетие» - «Скандинавская ходьба» | *Духовщинский МО, п. Озерный, ул. Ленина, д. 7* |

### 20 октября

| | | |
|---|---|---|
| 11:00 | Литературно-музыкальная гостиная «Жизнь и творчество М.Ю. Лермонтова *«Поэзии чудесной гений»»* | *Духовщинский МО, п. Озерный, ул. Ленина, д. 7* |
| 11:00 | Клуб любителей интеллектуальных игр | *г. Духовщина, ул. Советская, д. 43/46* |
| 18:00 | Факультатив *«Здоровье, Физическая активность и долголетие»* - группа «Старт+» | *Духовщинский МО, п. Озерный, ул. Ленина, д. 7* |

### 21 октября

| | | |
|---|---|---|
| 16:30 | Факультатив *«Здоровье, физическая активность и долголетие»* - группа «Старт» | *Духовщинский МО, п. Озерный, ул. Ленина, д. 7* |

### 22 октября

| | | |
|---|---|---|
| 12:00 | Мини-клуб *«Свет для души»* | *г. Духовщина, ул. Советская, д. 54* |
| 15:00 | Клуб любителей интеллектуальных игр | *Духовщинский МО, п. Озерный, ул. Ленина, д. 7* |
| 18:00 | Факультатив *«Здоровье, Физическая активность и долголетие»* - группа «Старт+» | |

*Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» можно уточнитьпо телефонам: в г. Духовщина* 8(48166)4-14-58; *в п. Озерный* +7(919)042-91-88

## Ельнинский КЦСОН

### 19 октября

| | | |
|---|---|---|
| 11:00 | Кружок *«Женские штучки»* | *г. Ельня, ул. Энгельса, д. 5* |

### 20 октября

| | | |
|---|---|---|
| 10:00 | Занятие группы здоровья *«Старшее поколение»* | *г. Ельня, ул. Ленина, д. 46/1 ФОК «Лидер»* |

### 21 октября

| | | |
|---|---|---|
| 11:00 | Кружок *«Женские штучки»* | *г. Ельня, ул. Энгельса, д. 5* |

### 22 октября

| | | |
|---|---|---|
| 10:00 | Занятие группы здоровья *«Старшее поколение»* | *г. Ельня, ул. Ленина, д. 46/1 ФОК «Лидер»* |
| 12:00 | Кружок «Любители настольных игр» | *с. Глинка, ул. Горького, д. 14* |
| 13:00 | *«Журавли в небесах над Россией»* - тематический час | |
| 13:00 | Кружок «Все грани жизни» в рамках литературной гостиной «*Мы с вами, уже где-то встречались!*», посвященное 115-летию со дня рождения А. Райкина | *г. Ельня, ул. Энгельса, д. 5* |

## 23 октября

**12:00** ***«Сто фактов про яблоки»*** **- познавательный час, к Всемирному дню яблок** — ***с. Глинка, ул. Горького, д. 14***

**12:00** ***«Заготовки на зиму проще простого!»*** **- конкурсная программа мастериц клуба** — ***г. Ельня, ул. Энгельса, д. 5***

***Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» можно уточнить по телефонам: в г. Ельня*** **8 (48146) 4-26-32; в с. Глинка 8(48165) 2-19-92**

# Ершичский КЦСОН

## 21 октября

**12:00** **Литературно - музыкальная *композиция «Тема осени в творчестве поэтов, музыкантов и художников»*** — ***с. Ершичи, ул. Понятовского, д. 27***

## 22 октября

**11:00** **Клуб «Умелые ручки» приглашает на мастер-класс по рукоделию: учимся пришивать пуговицы.** — ***с. Ершичи, ул. Низинская, д. 19***

***Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» в с. Ершичи можно уточнить по телефону*** **8 (48155) 2-13-48**

# Кардымовский КЦСОН

## 19 октября

**15:00** ***«Уроки здоровья»*** — ***пгт Кардымово, ул. Школьная, стр. 14, ФОК Кардымовского МО***

## 20 октября

**12:00** **«Ретро-терапия»** — ***пгт Кардымово, ул. Ленина, д. 15***

## 21 октября

**15:00** ***«Уроки здоровья»*** — ***пгт Кардымово, ул. Школьная, стр. 14, ФОК Кардымовского МО***

## 22 октября

**12:00** **«Настольные игры»** — ***пгт Кардымово, ул. Ленина, д. 15***

## 23 октября

**15:00** ***«Уроки здоровья»*** — ***пгт Кардымово, ул. Школьная, стр. 14, ФОК Кардымовского МО***

***Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» в пгт Кардымово можно уточнить по телефону*** **8 (48167) 4-23-04**

# Монастырщинский КЦСОН

## 19 октября

**14:00** **Шахматно-шашечный клуб *«Кто кого»*** — ***пгт Монастырщина, ул. Победы, д.10***

## 20 октября

15:00 Час поэзии «Во мне звучит мелодия стиха» — пгт Монастырщина, ул. Победы, д.10

**21 октября**

15:00 «Бабушкин погребок» осенние посиделки — пгт Монастырщина, ул. Победы, д.10

**22 октября**

11:00 Клуб «Радость встреч»» — пгт Монастырщина, ул. Победы, д.10

**23 октября**

10:00 Онлайнзанятие «Живые танцы» — пгт Монастырщина, ул. Победы, д.10

*Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» в пгт Монастырщина можно уточнить по телефону* 8 (48148) 4-00-96

## Новодугинский КЦСОН

**19 октября**

09:00 Адаптивная физкультура для лиц пожилого возраста — с. Новодугино, ул. Луговая, д.1а

**21 октября**

09:00 Адаптивная физкультура для лиц пожилого возраста — с. Новодугино, ул. Луговая, д.1а

11:00 Репетиция *Хора ветеранов*

12:00 Репетиция ансамбля «Ритмы души» (игра на нейроложках) — с. Новодугино, ул. Горького, д. 4

**23 октября**

09:00 Адаптивная физкультура для лиц пожилого возраста — с. Новодугино, ул. Луговая, д.1а

*Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» в с. Новодугино можно уточнить по телефону* 8 (48138) 2-21-97

## Починковский КЦСОН

**20 октября**

11:00 Мастер класс по изготовлению сувениров для воинов СВО (алмазная мозаика иконки) — г. Починок, ул. Советская, д. 32а

*Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» в г. Починок можно уточнить по телефону* 8 (48149) 4-11-49

## Рославльский КЦСОН

**19 октября**

09:00 ЗОЖ для граждан пожилого возраста — г. Десногорск, МБУ ФОК «Десна»

13:00 Адаптивная гимнастика — г. Рославль, 17-й мкр, д. 16 Спортивный комплекс (ФОК) «Снегирь»

## 20 октября

| | | |
|---|---|---|
| 09:00 | Акватерапия – занятия в бассейне | *г. Рославль, ул. К.Маркса, д. 35, Фитнес-центр «Титан»* |
| 11:00 | Лекция на тему «Профилактика гриппа» | *г. Рославль, ул. Пролетарская, д. 66, Центральная библиотека им. Н.И. Рыленкова* |
| 13:00 | Адаптивная гимнастика | *г. Рославль, 17-й мкр, д. 16 Спортивный комплекс (ФОК) «Снегирь»* |

## 21 Октября

| | | |
|---|---|---|
| 09:00 | ЗОЖ для граждан пожилого возраста | *г. Десногорск, МБУ ФОК «Десна»* |
| 13:00 | Адаптивная гимнастика | *г. Рославль, 17-й мкр, д. 16 Спортивный комплекс (ФОК) «Снегирь»* |
| 14:00 | Клуб «Мастерица» | *г. Десногорск, 4 мкр. МБУ «Десногорская библиотека»* |
| 14:00 | Музыкальная гостиная *«Живой звук для золотых сердец»* | *г. Рославль, ул. Красноармейская, д. 10а* |

## 22 октября

| | | |
|---|---|---|
| 09:00 | Акватерапия – занятия в бассейне | *г. Рославль, ул. К.Маркса, д. 35, Фитнес-центр «Титан»* |
| 11:00 | Литературная гостиная *«День памяти поэта Владимира Фирсова»* | *г. Рославль, ул. Пролетарская, д. 66, Центральная библиотека им. Н.И. Рыленкова* |
| 13:00 | Адаптивная гимнастика | *г. Рославль, 17-й мкр, д. 16 Спортивный комплекс (ФОК) «Снегирь»* |

## 23 октября

| | | |
|---|---|---|
| 09:00 | ЗОЖ для граждан пожилого возраста | *г. Десногорск, МБУ ФОК «Десна»* |
| 13:00 | Кинопоказ «Старики-разбойники» | *г. Рославль, пл. Бенардоса, д. 3 КЦ «Юбилейный»* |
| 14:00 | Урок по финансовой грамотности | *г. Десногорск, 1 мкр, д. 12 Центр общения старшего поколения.* |

***Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» можно уточнить по телефонам: в г. Рославль +7(915)649-45-55; в г. Десногорск +7(905)162-41-77***

# Руднянский КЦСОН

## 19 октября

| | | |
|---|---|---|
| 10:00 | *Скандинавская ходьба* | *г. Рудня, ул. Киреева, д. 60* |

## 20 октября

| | | |
|---|---|---|
| 10:00 | Спортивно-оздоровительный клуб для граждан пожилого возраста и инвалидов *«Если хочешь быть здоров»* | *г. Рудня, ул. Киреева, д. 60* |

## 22 октября

| | | |
|---|---|---|
| 15:00 | *Кружок «ЗОЖ»* | *г. Рудня, ул. Киреева, д. 60* |

## 23 октября

| | | |
|---|---|---|
| 10:00 | *Скандинавская ходьба* | *г. Рудня, ул. Киреева, д. 60* |
| 16:00 | Шашечный клуб *«Ход вперед»* | |

## 22 октября

**15:00** *Кружок «ЗОЖ»* — *г. Рудня, ул. Киреева, д. 60*

## 23 октября

**10:00** *Скандинавская ходьба*

**16:00** Шашечный клуб *«Ход вперед»*

} *г. Рудня, ул. Киреева, д. 60*

***Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» в г. Рудня можно уточнить по телефону 8 (48141) 5-20-08***

# Сафоновский КЦСОН

## 19 октября

**12:00** Мастер-класс *«Цветы из полимерной глины»* — *г. Сафоново, ул. Коммунистическая, д.5а*

## 20 октября

**10:00** Занятие ТО «Пчелки» Мастер-класс «Изготовление подставки под горячее» — *г. Сафоново, ул. Коммунистическая, д.5а*

**12:00** Встреча со священнослужителем *«Крестить нельзя погодить»* (о таинстве крещения на Руси) — *г. Сафоново, ул. Красногвардейская, д.35*

## 21 октября

**13:00** *«Тыквенные посиделки»* — *г. Сафоново, ул. Коммунистическая, д.5а*

## 22 октября

**12:00** *«Смоленск литературный»* — *г. Сафоново, ул. Красногвардейская д. 35*

**16:00** Кинотерапия *«Великие актеры кино»* (к юбилеям: Л. Куравлева, С. Мишулина, Е. Евстегнеева) — *пгт Холм-Жирки, ул. Советская, д. 16 МБУК «Холм-Жирковская ЦБС»*

## 23 октября

**12:00** Биографическая композиция Булата Окуджавы *«На любовь свое сердце настрою»* — *г. Сафоново, ул. Красногвардейская, д.35*

***Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» можно уточнить по телефону в г. Сафоново 8(48142)4-30-06***

# Смоленский КЦСОН

## 19 октября

**15:00** Северная (скандинавская) ходьба

**15:00 – 16:30** Занятия в студии декоративно-прикладного искусства *«Причуда»*

} *г. Смоленск, ул. городок Коминтерна, д.12а*

## 20 октября

| | | |
|---|---|---|
| 10:00 – 11:00 | Дыхательная гимнастика 60+ | г. Смоленск, ул. Маршала Жукова, д. 4 (Штаб общественной поддержки ЕР) |
| 11:00 | Школа компьютерной грамотности *(по предварительной записи)* | г. Смоленск, ул. городок Коминтерна, д.12а |
| 12:00 | Репетиция вокальной группы *«Росинка»* | пгт Красный, ул. Советская, д. 17 |
| 15:00 | Клуб духовного общения *«Горящая свеча»*, встреча со священником Романом Бамбуровым | г. Смоленск, ул. городок Коминтерна, д.12а |
| 15:00 – 16:30 | Занятия в студии необычного рисования и дизайна *«Белая ворона»* | |
| 16:00 | Встреча с врачом –неврологом – «Клиника Позвоночника 2К» | |

## 21 октября

| | | |
|---|---|---|
| 13:00 | Психологический тренинг *«Йога смеха»* | г. Смоленск, ул. городок Коминтерна, д.12а |
| 13:30 | Занятия адаптивной физкультурой **(по предварительной записи)** | |
| 14:00 | Встреча со специалистами Центра здоровья и медицинской профилактике в рамках проекта «Смоленское долголетие» | |
| 15:00 – 16:30 | Занятия в студии декоративно-прикладного искусства *«Причуда»* | |
| 15:30 | Лекция и практическое занятие от волонтеров РКК «Первая помощь» | |
| 18:00 | Занятия танцевального коллектива *«Вдохновение»* | пгт Красный, ул. Советская, д. 17 |

## 22 октября

| | | |
|---|---|---|
| 10:00 – 11:00 | Дыхательная гимнастика 60+ | г. Смоленск, ул. Маршала Жукова, д. 4 (Штаб общественной поддержки ЕР) |
| 11:00 | Музыкальная гимнастика | г. Смоленск, ул. городок Коминтерна, д.12а |
| 12:00 | Клуб настольных игр | пгт Красный, ул. Советская, д. 17 |
| 15:00 – 16:30 | Занятия в студии необычного рисования и дизайна *«Белая ворона»* | г. Смоленск, ул. городок Коминтерна, д.12а |
| 16:00 | Когнитивная гимнастика | |
| 16:00 | Посещение открытия выставки *«Свет и вера»* | г. Смоленск, ул. Пржевальского, д. 3 КВЦ им. Тенишевых |

## 23 октября

| | | |
|---|---|---|
| 11:00 | Танцевально-двигательная терапия | г. Смоленск, ул. городок Коминтерна, д.12а |
| 12:00 | Занятия в клубе ЗОЖ | пгт Красный, ул. Советская, д. 17 |
| 13:30 | Занятия адаптивной физкультурой **(по предварительной записи)** | г. Смоленск, ул. городок Коминтерна, д.12а |
| 15:00 | Кинотерапия | |

## 24 октября

14:00 Посещение торжественного мероприятия, посвященного 100-летию ВОГ — *г. Смоленск, ул. Румянцева, д. 8 СГИИ*

***Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» можно уточнить: в г. Смоленске по телефонам 65-07-46 и 64-18-07; в пгт Красный +7(920)308-44-32.***

## Сычевский КЦСОН

### 19 октября

11:30 Лекция *«История одного экспоната»* — *г. Сычевка, ул. Пушкина, д. 5*

### 20 октября

11:30 Встреча с молодежью *«У кошки четыре ноги…»* — *г. Сычевка, ул. Пушкина, д. 5*

### 21 октября

13:00 Литературная встреча *«Эдвард Радзинский-90»* — *г. Сычевка, ул. Пушкина, д. 5*

### 22 октября

11:30 Настольная игра *«Мафия»* — *г. Сычевка, ул. Пушкина, д. 5*

### 23 октября

11:30 Мастер – класс *«Искусство для всех»* (изготовление брелков) — *г. Сычевка, ул. Пушкина, д. 5*

***Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» в г. Сычевка можно уточнить по телефону 8 (910) 780-72-65***

## Хиславичский КЦСОН

### 21 октября

11:00 «Здоровье без лекарств» час здоровья — *п. Хиславичи, пер. Пушкина, д.15*

***Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» в п. Хиславичи можно уточнить по телефону 8 (48140) 2-10-01***

## Шумячский КЦСОН

### 20 октября

11:00 Игра в шахматы — *п. Шумячи, ул. Советской Армии, д. 24*

***Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» в п. Шумячи можно уточнить по телефону 8 (48133) 4-18-09***

## Ярцевский КЦСОН

## 19 октября

**12:00** Творческая мастерская *«Узоры своими руками»* — *г. Ярцево, ул. Гагарина, д. 1*

## 20 октября

**10:00** Клуб настольных игр *«Твой ход»* — *г. Ярцево, ул. Гагарина, д. 1*

**10:00** Оздоровительное объединение скандинавской и спортивной ходьбы *«Здоровое долголетие»* — *г. Ярцево, ул. Чайковского, городской парк культуры и отдыха, ФОК*

## 21 октября

**10:00** Клуб *«Золотые ракетки»* — *г. Ярцево, ул. Краснооктябрьская, д. 30*

**12:00 – 14:30** Занятия танцевально-двигательной терапией *«Нас не догонят»* — *г. Ярцево, ул. Гагарина, д. 1*

## 22 октября

**10:00** Клуб настольных игр *«Твой ход»* — *г. Ярцево, ул. Гагарина, д. 1*

**10:00** Оздоровительное объединение скандинавской и спортивной ходьбы *«Здоровое долголетие»* — *г. Ярцево, ул. Чайковского, городской парк культуры и отдыха, ФОК*

**14:00** *«День Памяти-День Белых журавлей»* Литературно-патриотический вечер в рамках программы « С книгой по жизни» — *г. Ярцево, ул. Гагарина, д. 1*

## 23 октября

**10:00** Клуб *«Золотые ракетки»* — *г. Ярцево, ул. Краснооктябрьская, д. 30*

**12:00 – 14:30** Занятия танцевально-двигательной терапией *«Нас не догонят»* — *г. Ярцево, ул. Гагарина, д. 1*

***Информацию по мероприятиям и вопросам культурно-досуговой деятельности Клуба «Золотого возраста» в г. Ярцево можно уточнить по телефону* 8 (48143) 7-14-15**