**ЦЕНТР ОБЩЕНИЯ ЛЮДЕЙ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ**

**КЛИЕНТСКАЯ СЛУЖБА (НА ПРАВАХ ОТДЕЛА) в КРАСНОУРАЛЬСКЕ**

**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ НА МАРТ 2025г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Время** | **Мероприятия** | **Лектор** |
| 03.03.2025 | 10.00  11.00  13:00 | Зарядка на каждый день: «Упражнения для тела и настроения»  Мастер-класс «Подарок на 8 марта» (с собой принести конфеты и чай гринфелд)  Клуб «Мир Красоты» (Предварительная запись) | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 04.03.2025 | 10.00  11.00  13:00 | Зарядка на каждый день: «Упражнения для тела и настроения».  Уроки компьютерной грамотности  Йога для начинающих (с собой коврик для занятий) | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 05.03.2025 | 10:00  11:00 | Зарядка на каждый день: «Упражнения для тела и настроения».  .Мастер-класс «Изготовление цветов на квилт» | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 06.03.2025 | 10.00  11.00 | Зарядка на каждый день: «Упражнения для тела и настроения»  Викторина «Женщины - легенды» | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 07.03.2025 | 10:00 | Прогулка в лес «Тропа здоровья» (с Зарядкой на свежем воздухе) | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 10.03.2025 | 10.00  11.00  13:00 | Зарядка на каждый день: «Упражнения для тела и настроения».  Мастер-класс «Изготовление цветов на квилт»  Клуб «Мир Красоты» | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 11.03.2025 | 10:00  11-00  13:00 | Зарядка на каждый день: «Упражнения для тела и настроения».  Уроки компьютерной грамотности  Йога для начинающих (с собой коврик для занятий) | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 12.03.2025 | 10.00  11.00 | Зарядка на каждый день: «Упражнения для тела и настроения».  Игра в лото, домино | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 13.03.2025 | 10.00  11.00 | Зарядка на каждый день: «Упражнения для тела и настроения».  Патриотический час «Живи ипомни» | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 14.03.2025 | 11.00 | Тематическая программа к 8 марта «Я верю, что все женщины прекрасны» | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 17.03.2025 | 10.00  11:00  13:00 | Зарядка на каждый день: «Упражнения для тела и настроения».  Мастер-класс «Изготовление цветов на квилт»  Клуб «Мир Красоты» | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 18.03.2025 | 10.00  11.00  13:00 | Зарядка на каждый день: «Упражнения для тела и настроения»  Уроки компьютерной грамотности  Йога для начинающих(с собой коврик для занятий) | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 19.03.2025 | 10.00  11.00 | Зарядка на каждый день: «Упражнения для тела и настроения».  Игра в лото, домино | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 20.03.2025 | 10.00  11.00 | Зарядка на каждый день: «Упражнения для тела и настроения».  Викторина «Угадай персонажа по голосу» | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 21.03.2025 | 10.00 | Прогулка в лес «Тропа здоровья» (с Зарядкой на свежем воздухе ) | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 24.03.2025 | 10:00  11:00  13:00 | Зарядка на каждый день: «Упражнения для тела и настроения».  Мастер-класс «Изготовление цветов на квилт»  Клуб «Мир Красоты» | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 25.03.2025 | 10.00  11.00  13:00 | Зарядка на каждый день: «Упражнения для тела и настроения».  Уроки компьютерной грамотности  Йога для начинающих(с собой коврик для занятий) | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 26.03.2025 | 10:00  11:00 | Зарядка на каждый день: «Упражнения для тела и настроения».  Игра в лото, домино | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 27.03.2025 | 10:00  11:00 | Зарядка на каждый день: «Упражнения для тела и настроения».  Спортивно-игровая программа «Умелые, сильные, ловкие» | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 28.03.2025 | 10:00 | Прогулка в лес «Тропа здоровья» (с Зарядкой на свежем воздухе ) | Новоселова Ольга Анатольевна |
| 31.03.2025 | 10.00  11.00 | Зарядка на каждый день: «Упражнения для тела и настроения»  Вечеринка в стиле 90-х | Новоселова Ольга Анатольевна |

**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. Красноуральск, ул. Советская, д. 4

Записаться и задать вопросы можно по телефону: **2-11-24**