**График**

 **работы Центра общения старшего поколения**

**в г.Ак-Довурак**

**на январь месяц (зона общения)**

|  |
| --- |
| **Понедельник** |
| 09.00 – 12.00 | **Фитнес** для всех желающих, коврики свои.Ответственная: Сарыглар Айлаана Сергеевна |
| 10.00 – 17.00 | **Шахматы (мужчины).**Ответственный: Хомушку Анатолий Томас-оолович |
| **Вторник** |
| 10.00 – 17.00 | **Ансамбль «Буянныглар» для всех желающих.** Ответственная: Падан Чечекей Салчаковна |
| 14.00 – 16.00 | **Мастер-классы по кулинарии, огород и сад, уроки шитья (швейные машинки свои)** для всех желающих. Ответственная: Сарыглар Раиса Допуловна |
| **Среда**  |
| 09.00 – 12.00 | **Фитнес** для всех желающих, коврики свои.Ответственная: Сарыглар Айлаана Сергеевна |
| 10.00 – 17.00 | **Шахматы (мужчины).**Ответственный: Хомушку Анатолий Томас-оолович |
| 12.00 – 14.00 | **День здоровья.** Активное долголетие . Ответственный: Монгуш Хеймер Шыдырааевич. |
| 29 января в 14 ч | **Профилактика артериальной гипертонии.** Ответственный: Барун-Хемчикский ММЦ |
| **Четверг** |
| 14.00 – 16.00 | **Мастер-классы по кулинарии, огород и сад, уроки шитья (швейные машинки свои)** для всех желающих. Ответственная: Сарыглар Раиса Допуловна. |
| 14.00 – 16.00 | **Обучение компьютерной грамотности.** Ответственные: работники КС г. Ак-Довурак. |
| 09.00 – 12.00 | **Клуб скандинавской ходьбы.** Ответственная: Кужугет Любовь Салчаковна |
| **Пятница** |
| 08.00 – 11.00 | **Фитнес** для всех желающих, коврики свои.Ответственная: Сарыглар Айлаана Сергеевна |
| 10.00 – 17.00 | **Шахматы (мужчины).**Ответственный: Хомушку Анатолий Томас-оолович |
| 10.00 – 17.00 | **Ансамбль «Буянныглар» для всех желающих.** Ответственная: Падан Чечекей Салчаковна |
| 14.00 – 16.00 | **Занятие по танцтерапии в студии "Элита".** Ответственная: Бар-Хуу А.Э-Б. |

**В целях пожарной безопасности чаепитие по средам и пятницам и плановым мероприятиям (посуду мыть и убирать за собой).**

**Администрация** КС в г.Ак-Довурак ОСФР по Республике Тыва.