

Афиша мероприятий на 4 августа



ЦЕНТР
АКТИВНОГО
ДОЛГОЛЕТИЯ
ОСВАИВАЕМ НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ



9:00–11:00 каб 107, 108
клуб бисероплетения



9:00–12:00 каб 112
компьютерная грамотность



11:00, 12:00, 14:00 каб 104
**психологическая
гостиная**



11:00–12:00 каб 126
**игры (малый бильярд, аэрохоккей,
настольный теннис)**



11:00, 12:00, 13:00 каб 119
**гостиная красоты. услуги
парикмахера** (по предварительной записи в каб 105)



15:00–16:00 каб 107
школа макраме



16:00–17:00 каб 123
фитнес-клуб

Афиша мероприятий на 5 августа



ЦЕНТР
АКТИВНОГО
ДОЛГОЛЕТИЯ
ОСВАИВАЕМ НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ



9:00–10:00 каб 107, 108

кружок вязания крючком



10:00–11:00 каб 107

**мастер-класс
"чичковское плетение
ковриков"**



с 10:00 до 11:00 каб 110

**творческая мастерская по рисованию
"палитра"**



14:00–17:00 каб 112

компьютерная грамотность

Афиша мероприятий на 6 августа



ЦЕНТР
АКТИВНОГО
ДОЛГОЛЕТИЯ
ОСВАИВАЕМ НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ



9:00–10:00 каб 107, 108

клуб бисероплетения



9:00–12:00 каб 112

**компьютерная
грамотность**



11:00, 12:00, 14:00 каб 104

психологическая гостиная



16:00–17:00 каб 108

**швейная мастерская "мода и стиль"
тема "шитье наволочки"**



11:30–12:30 каб 126

музыкальная гостиная
(проведет Барац Ольга Викторовна)



12:30–13:30 каб 123

**пастырский час. встреча
со священослужителем**



14:00–15:00 каб 126

**игры (малый бильярд,
аэрохоккей, настольный
теннис)**

Афиша мероприятий на 7 августа



ЦЕНТР
АКТИВНОГО
ДОЛГОЛЕТИЯ
ОСВАИВАЕМ НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ



9:00–10:00 каб 107, 108

кружок вязания крючком



11:00, 12:00, 13:00, 14:00 каб 119

**гостиная красоты.
услуги парикмахера**

(по предварительной
записи в каб 105)



14:00–17:00 каб 112

компьютерная грамотность



15:00–15:20 каб 126

**экскурсия по Центру активного
долголетия (для гостей Центра)**



15:20–16:00 каб 123

**обучающее мероприятие о
здоровье:**

– профилактика травматизма

**– освоение сердечно-легочной
реанимации**



16:00–16:30 каб 126

**флешмоб «Будь активным!
Живи позитивно!»**



15:00–16:00 каб 126

мастер-класс по игре в бильярд



15:00–16:00 каб 125

**танцевальное занятие
"восточные танцы"**

Афиша мероприятий на 8 августа



ЦЕНТР
АКТИВНОГО
ДОЛГОЛЕТИЯ
ОСВАИВАЕМ НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ



9:00–10:00 каб 107, 108
клуб бисероплетения



9:00–12:00 каб 112
компьютерная грамотность



14:00–15:00 каб 110
**мастер-класс по раскрашиванию
гипсовой фигуры "берегиня"**



11:00, 12:00, 14:00 каб 104
психологическая гостиная



11:00–12:00 каб 110
**выездной читальный зал. Игровая
программа «Эти удивительные
грибы»**



15:00–16:00 каб 118
**кулинарная студия. мастер-класс
«рулеты из кабачков»**



16:00–17:00 каб 125
фитнес-клуб

Афиша бесплатных мероприятий в городе



ЦЕНТР
АКТИВНОГО
ДОЛГОЛЕТИЯ
ОСВАИВАЕМ НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ

20 июля

11:00	Парк имени Бориса Лосева	«Час здоровья» – занятие спортом на свежем воздухе (мастер-классы инструкторов фитнес-клубов города)
-------	--------------------------	--

26 июля

18:00	Парк имени Бориса Лосева	«Летний вечер. Хиты 00-х» – танцевальная развлекательная программа
-------	--------------------------	--

27 июля

11:00	Парк имени Бориса Лосева	«Час здоровья» – занятие спортом на свежем воздухе (мастер-классы инструкторов фитнес-клубов города)
18:00	Парк имени Бориса Лосева	«Барабанное караоке» – концертная программа и мастер-класс от Степана Невайкина и Сергея Усольцева

3 августа

11:00	Парк имени Бориса Лосева	«Час здоровья» – занятие спортом на свежем воздухе (мастер-классы инструкторов фитнес-клубов города)
-------	--------------------------	--

9 августа

18:00 – 20:00	Парк имени Бориса Лосева	«Летний вечер» – танцевальная развлекательная программа 0+
---------------	--------------------------	--

Мероприятия от социального партнера
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«КУЛЬТУРНО-ДОСУГОВЫЙ ЦЕНТР
«ОКТЯБРЬ»**

Афиша мероприятий Окружной клинической больницы



ЦЕНТР
АКТИВНОГО
ДОЛГОЛЕТИЯ
ОСВАИВАЕМ НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ



Школа здоровья 109

групповые занятия до 5 человек С 12:00-14:00

ПОНЕДЕЛЬНИК

Для пациентов с сахарным диабетом

Занятие ведет
врач-эндокринолог Бирст Ирина Валентиновна

ВТОРНИК

Для пациентов с артериальной гипертонией

Занятие ведет
врач-терапевт Дурбелова Бактыгул Насиржановна

Индивидуальные занятия с 12:00-14:00

СРЕДА

Для пациентов с нарушениями памяти

Занятие ведет
врач-гериатр Смолянинова Светлана Александровна



Кабинет приема 121

с ПОНЕДЕЛЬНИКА по ПЯТНИЦУ

08:00-14:00

Врач-гериатр
Смолянинова Светлана
Александровна

*Прием пациентов
с интервалом 45 минут

08:00-18:00

Врач-терапевт
Дурбелова Бактыгул
Насиржановна

*Прием пациентов
с интервалом 30 минут



Процедурный кабинет 120

с ПОНЕДЕЛЬНИКА по ПЯТНИЦУ

09:00-16:28

Фельдшер
Головин Дмитрий Михайлович

*Прием пациентов с интервалом 30 минут

ГРАФИК РАБОТЫ

08:00-13:00	ЗАБОР КРОВИ
09:30-10:00	УБОРКА КАБИНЕТА
10:00-15:00 *В пятницу до 14:00	ИНЪЕКЦИИ
15:00-15:28	УБОРКА КАБИНЕТА

Медицинская сестра процедурной
Алимагамедова Тугия Шамсуллаевна

*Генеральная уборка в
пятницу с 13:00 до 15:28