

15
АВГУСТА

**ФЕСТИВАЛЬ АКТИВНОГО
ДОЛГОЛЕТИЯ
в честь 30-летия
геронтологического центра**

АФИША МЕРОПРИЯТИЙ

ПЛОЩАДКА	ВРЕМЯ	МЕРОПРИЯТИЕ
Главная площадка	10:30-14:00	Регистрация участников
	11:00-14:00	Ярмарка творческих работ
	11:00	Открытие фестиваля
	11:30-13:00	Выступление творческих коллективов
	13:00-13:30	Модный показ «Элегантный возраст»
	14:00	Лотерея/ Завершение фестиваля
Вперед к здоровью	12:00-12:30	Оздоровительная гимнастика с фитнес-резинкой
	12:30-13:00	Йога
	13:00-13:30	Оздоровительная гимнастика с гимнастическими палками
	13:30- 14:00	Танцевальный класс
Творческая мастерская	11:30-12:00	Мастер-класс по изготовлению открытки по технике Айрис фолдинг
	12:00-12:30	Мастер-класс по изготовлению оберега «Подкова»
	12:30-13:30	Мастер-класс по созданию коллажа
	13:30-14:00	Мастер-класс по графическому рисунку «Одуванчик»
Жить здорово	12:00-12:30	Мастер-класс «Оказание первой помощи»
	12:30-13:00	Мастер- класс «Физиотерапия в домашних условиях» (консультация физиотерапевта)
	13:00-13:30	Лекция «Правильное питание в пожилом возрасте» (консультация врача диетолога, дегустация продукции Био-Веста)
	13:30-14:00	Лекция «Сила растений для вашего здоровья» (консультация фитотерапевта)

**15
АВГУСТА**

**ФЕСТИВАЛЬ АКТИВНОГО
ДОЛГОЛЕТИЯ
в честь 30-летия
геронтологического центра**

АФИША МЕРОПРИЯТИЙ

ПЛОЩАДКА	ВРЕМЯ	МЕРОПРИЯТИЕ
Прокачай свой мозг	12:00-12:30	Тренинг «Нейробика»
	12:30-13:00	Тренинг «Каллиграфия»
	13:00-13:30	Практикум: «Как составлять свою родословную?»
	13:30-14:00	Лекция «Берегись мошенников»
Патриотическая палитра	12:00-12:30	Мастер-класс по куклотерапии «Северная берегиня»
	12:30-13:00	Мастер-класс по изготовлению «сухого» армейского душа
	13:00-14:00	Мастер-класс по изготовлению браслетов выживания
Уроки красоты	12:00-12:30	Мастер-класс «Мода элегантного возраста»
	12:30-13:00	Мастер-класс «Фэйс фитнес»
	13:00-13:30	Мастер-класс «Сам себе парфюмер»
Психологический клуб	12:00-12:30	Тренинг «Выйти из зоны комфорта»
	12:30-13:00	Тренинг «Порядок в голове»
	13:00-13:30	Тренинг «Будем слышать друг друга»
Православные Ценности	12:00-14:00	Духовные беседы с батюшкой



ул. Северная 3
тел. 226-67-43