



## Декада Здоровья для Золотого Возраста

Мы, участники проекта, с 08.01.2024-19.01.2024, мы с удовольствием провели это время. Этот проект очень замечательный, интересный, полезный. Очень понравились оздоровительные, физические упражнения. Получили за 10 дней заряд бодрости, энергии. Нам показали как надо правильно ухаживать за кожей, правильно питаться. Пить больше чистой воды. Особенно понравились кислородные коктейли, соляная пицера.

Милые девушки! спасибо вам большое за ваши улыбки, заманная душевное тепло. Всем здоровья, благополучия, счастья и мирного неба над головой. Очень хотим, чтоб вы выиграли Грант. И надеюсь, что ещё раз встретимся. Всего доброго.

Участники команды Дружба

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.



## Декада Здоровья для Золотого Возраста

Вчера мы с радостью благодарим  
проект "Декада здоровья для Золо-  
то́го возраста", в которой мы пона-  
блюдались.

Большо́е интересно, познаватель-  
но. Поправимся, займёмся ЛФК, да-  
дим те упражнения, которые  
мы можем повторить дома. Завес-  
но, мы не забудем! Мы очень подни-  
маем наш настрой.

Благодарим Юлию и Марию  
за лекции о здоровье, за консуль-  
тацию.

Мы озабоченысь, познакоми-  
лись, обменялись рецептами,  
подружились. Будем общаться!

Коллективу проекта, лично  
Анне Демидовой, желаем преуспе-  
шества, их успешной деятель-  
ности, удачи в получении награды,  
счастья, любви, здоровья.

Подпись "Люди"  
8-19 января 2024 г.

А. Демидова  
Ю. Демидова  
М. Демидова

Удачи!  
Побед!  
Здоровья!  
Спасибо!  
Всере!!!



## Декада Здоровья для Золотого Возраста

Моя, участница проекта  
Золотой Возраст, принимавшие  
участие с 22.01.24 по 2.02.24,  
выражаю огромную благодарность  
и признательность всем  
организаторам данного  
полезного, увлекательного,  
оздоровительного проекта!

Желаю вам творческих  
успехов, внимания к вашему  
проекту со стороны руководства  
Республики, поддержки во всех  
направлениях, новых грантов!

А себе мы пожелаем ещё  
много раз принимать участие  
в ваших интересных и  
полезных проектах!!!

2.02.2024

И. Игн

Кап

Игнел

Игнел

Лос

Игнел

Сот

Игнел



## Декада Здоровья для Золотого Возраста

Мы, участники проекта  
"Декада Здоровья для Золотого Возраста"  
с 22.01.2024 по 2.02.2024 выражаем  
искреннюю благодарность комитету проекта,  
всем организаторам! Мы получили много  
поддержки, много коллегий и душевной инфор-  
мации, этот период помог нам укрепить здо-  
ровье, настроение, красоту, фигуру, больше ду-  
шевности вернуть и продолжать  
жизнь здесь. Это очень интересно  
проект для всех людей, особенно для  
нас. Мы хотим поздравить комитет  
центра "Приветствие" и главных организаторов  
и благодарить гранты, этот этап  
превращения и развития жизни.  
Желаем вам творческих успехов,  
новых грантов и поддержки Глав  
Департамента!

Игорь  
Игорь  
Игорь  
Игорь



## Декада Здоровья для Золотого Возраста

Мы участники проекта "Декада  
здоровья для золотого возраста"

с 5/II по 16/II 2024г., выражаем  
огромную благодарность и благода-  
тельность организаторам и коллективу!

Мы узнали много нового, получили  
полезную информацию, много  
позитива!

Желаем сотрудникам творчес-  
ких успехов, удачи во всех  
начинаниях, счастья, здоровья!

Будем рады принимать  
участие в ваших проектах !!!

16. февраля 2024г

Васильева  
Васильева  
Васильева  
Ольгина



## Декада Здоровья для Золотого Возраста

С 19/02 по 1/03 2024 посетили 10 дней  
декаду здоровья.  
Хотелось сказать, это было очень позна-  
вательно. Физкультура разнообразна,  
очень полезная. Хотелось отметить  
по физкультуре Яну. Очень приятно  
было услышать, как шепотом, громко,  
ярко, темная молодая.  
Понравилось очень много.  
Также очень интересные, полезные  
но и рас для нашего возраста  
Гробов мостик и все с гимна-  
стикой, увлекательно. Спасибо.  
Следующее посещение впереди классно.  
Танцы, музыка, забавная,  
успокаивает.  
Комитет этого проекта очень  
удовлетворительный. Все боковые  
спасибо. Хотелось бы чтобы еще  
нас приглашали.

1/03/2024 - Лиз - Плотникова Лр

Грег Безродная Е. И.

Князе Е. В.  
Кникова Н. Ч.

Миряна (Пиреева Л. Г.)

Вторая группа участников  
проекта (19.03 - 1.03) присоединилась  
ко всем ранее назначенным (написанным)  
обязанностям!

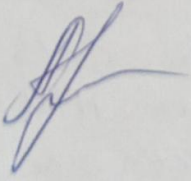
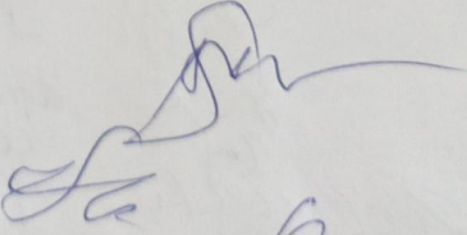
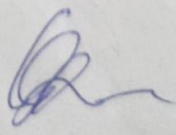
Огромное спасибо организаторам за  
позитивное и 2-х недельное одобрение!

Вс - лучшее!

Вс - супер!

Продолжайте, пожалуйста вдохновлять  
нас, пенсионеров на путь здорового,  
образа жизни!

У вас замечательная и сложная  
команда!

Спасибо!   



## Декада Здоровья для Золотого Возраста

4.03 - 15.03 - группа „Веснянка“

Выражаем огромную благодарность центру „Три та же“ за возможность, в рамках проекта, пройти оздоровление.

За время посещения мы укрепили здоровье, узнали много новой информации, общались и узнавали друг друга.

Нам было очень комфортно в стенах вашего учреждения: сотрудники всегда были приветливы и доброжелательны!

Очень хорошо, что такие проекты существуют, они необходимы и значимы для нас, людей „золотого возраста“.

Желаем процветания проекту, дальнейшей грантовой поддержки и большего охвата желающих!

|        |                      |
|--------|----------------------|
| Стор   | Г.А. Королева        |
| Берис  | В.А. Терина          |
| Мед    | М.Сидорова           |
| М      | И.К.Е.М.А.И.К.А.Т.Н. |
| Андрей | Липская Л.В.         |
| Андрей | Алексина С.С.        |

4.03 - 15.03. 2024г.



Декада Здоровья  
для Золотого Возраста

Группа "Улыбка".

Спасибо вам за знакомство.

Спасибо вам за тепло

Спасибо вам за участие.

За смех и улыбку - ЗА ВСЁ!

Спасибо вам за знания,

Спасибо вам за желание

счастливее сделать нас!

Спасибо МОО ЭФСК "ГТО"

за то, что вы появились

в нашей жизни и сделали

счастливее и богаче страницы

нашей биографии!

Пусть повезёт всем нашим

руководителям, учителям,

лекторам и тренерам

в дальнейшей жизни!

Ваши занятия, тренировки

и рекомендации запомнятся  
на всю жизнь!

Сохраняйте душевный свет  
и тепло в дальнейшем общении  
с людьми "Золотого возраста"  
и пусть этот проект продолжит  
радовать почтенных людей,  
продлит их жизненный путь  
и научит вести активный  
образ жизни!

Желаю всему коллективу  
дальнейших творческих побед,  
удачи и процветания!

В добрый путь "Декада  
здоровья "Золотого возраста".  
Группа "Улыбка":

|             |   |                   |
|-------------|---|-------------------|
| Лодз        | - | Лодыгина Н. В.    |
| Григорьев   | - | Григорьев Л. Л.   |
| Виноградова | - | Виноградова Л. П. |
| Осипов      | - | Осипов Г. А.      |
| Скоредина   | - | Скоредина С. Г.   |
| Карманова   | - | Карманова Л. П.   |
| Брико       | - | Брико Л. К.       |
| Райсевич    | - | Райсевич С. Б.    |

29.03.2024г

Группа ветеранов - бабушек. (55+)

Выражаем сердечную благодарность

Коллективу "Вризмания" за

профессионализм, сердечные отношения,

доброту, внимание творчеству в

работе, приветливость к нам.

Мелая все происходящее в

работе, доброго благопожелания,

лического счастья, здоровья. !!!

Расул - (Расола Г.А)

Кебеев (Кетова В.С)

Ис (Давская Р.К)

Ис (Буденко Н.Б)

Ис (Тимурова)

Ис (Потанова)

(Фролова)

Ис (Зюбина)

Ис (Фронова)

18.03.24 - 29.03.24

Группа "Золотой возраст"

Благодарим команду устроителей  
"Активное долголетие" за хорошую  
организацию проекта.

Понравилось все, особенно  
физкультурные занятия: за все  
время программы ни разу не  
повторились. Особая благодарность  
~~Анне~~ Анне за ракурсы и  
энергичность занятий.

Спасибо за интересные лекции,  
особенно за ароматерапию.  
Очень вкусные кленовые  
коктейли.

Очень добротеленное и  
заботливое отношение всего  
персонала

Ю. /Юракев/  
Даных /Долыцкий/  
Юлия /Яковлев/  
Анна /Золотая/ (Ю)  
Латевин

Пушкин д.3.

Мелавел счастья, вдохновения,  
жить без обид и без утрат...  
И только крепкое здоровье  
Пусть будет выше всех наград.

18.03.24 - 29.03.24

Группа №1 "Надежда"

Выражаем огромную благодарность за прекрасный проект "Активное долголетие." Доброжелательная атмосфера, чуткое отношение всех участников центра. Получили полезную информацию о здоровье, укрепим своё здоровье, получим положительные эмоции, напомним новых друзей.

Большое спасибо, хочется прийти ещё раз. До новых встреч !!!

Боткова Н.И.

Ильина Л.А.

Перемышова М.М.

Стегнова Т.А.

Табора А.С.

Березина Н.К.