



**План  
мероприятий  
социального проекта  
«Добрые встречи  
в Пушкинке»  
Май, 2025 год**

№ п/п	Наименование мероприятия	Дата/ время проведения	Лектор
1.	Клуб любителей шахмат «Ход конем»	<b>13, 15, 20, 22, 27, 29 мая 2025, 14:00</b>	Городилова Зинаида Антоновна – «серебряный» волонтер
2.	Клуб любителей поэзии «Стихи зовут»	<b>22 мая 2025, 12:00</b>	Сивкова Елена Васильевна – «серебряный» волонтер
3.	Клуб любителей разговорного жанра «Друг на час»	<b>15, 29 мая 2025, 12:00</b>	Чернышова Нина Николаевна, Сивкова Елена Васильевна – «серебряные» волонтеры
4.	Школа здоровья. <b>«Заболевания органов зрения в старшем возрасте. Катаракта»</b>	<b>13 мая 2025, 15:00</b>	Кузьмина Наталья Сергеевна, офтальмохирург, врач высшей категории Клиники Больничная
5.	Школа здоровья. Мастер-класс «Оздоровительный Цигун»	<b>14 мая 2025, 12:00</b>	Ефимова Наталья – тренер оздоровительного Цигун
6.	Проект «Серебряные экскурсоводы Томской области». <b>Виртуальная экскурсия «Они сражались за Родину»</b>	<b>19 мая 2025, 15:00</b>	Черданцева Наталья Викторовна – «серебряный» экскурсовод
7.	Школа здоровья. Оздоровительный тренинг «Нейромимика: теория и практика»	<b>20 мая 2025, 15:00</b>	Жукова Ирина Александровна – к.м.н., доцент, врач-невролог, нейропсихолог; Колупаева Елена Сергеевна – к.м.н., врач-невролог, нейропсихолог
8.	Школа здоровья. <b>Мастер-класс по завариванию чая, который дает энергию, спокойствие, здоровье. Дегустация</b>	<b>21 мая 2025, 12:00</b>	Кравчук Елена Николаевна, управляющая бутиками чая, кофе и полезных сладостей «УтромЗдесь»
9.	Школа здоровья. Оздоровительный тренинг «Гимнастика всего организма»	<b>23 мая 2025, 12:00</b>	Акимова Юлия Игоревна, дипломированный инструктор по закаливанию, руководитель Центра физического, социально- психологического развития человека «Равновесие»
10.	Школа финансовой грамотности. Лекция «Внесудебное банкротство физических лиц через МФЦ»	<b>27 мая 2025, 15:00</b>	Горелова Жанна Александровна, главный юрисконсульт Регионального центра финансовой грамотности Томской области
11.	Школа здоровья. Мастер-класс «Суставная и дыхательная гимнастика»	<b>28 мая 2025, 12:00</b>	Куприянова Виктория, сертифицированный тренер по работе со старшим поколением, нутрициолог

**Узнавайте и приобретайте новые навыки и умения! Делитесь своими знаниями!  
Читайте и размышляйте над прочитанным!  
Общайтесь и будьте активными!**