

ДОБРЫЕ ВСТРЕЧИ В ПУШКИНКЕ



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»	13, 15, 20, 22, 27, 29 мая 2025, 14:00	Городилова Зинаида Антоновна – «серебряный» волонтер
2.	Клуб любителей поэзии «Стихи зовут»	22 мая 2025, 12:00	Сивкова Елена Васильевна – «серебряный» волонтер
3.	Клуб любителей разговорного жанра «Друг на час»	15, 29 мая 2025, 12:00	Чернышова Нина Николаевна, Сивкова Елена Васильевна – «серебряные» волонтеры
4.	Школа здоровья. «Заболевания органов зрения в старшем возрасте. Катаракта»	13 мая 2025, 15:00	Кузьмина Наталья Сергеевна, офтальмохирург, врач высшей категории Клиники Больничная
5.	Школа здоровья. Мастер-класс «Оздоровительный Цигун»	14 мая 2025, 12:00	Ефимова Наталья – тренер оздоровительного Цигун
6.	Проект «Серебряные экскурсоводы Томской области». Виртуальная экскурсия «Они сражались за Родину»	19 мая 2025, 15:00	Черданцева Наталья Викторовна – «серебряный» экскурсовод
7.	Школа здоровья. Оздоровительный тренинг «Нейрогимнастика: теория и практика»	20 мая 2025, 15:00	Жукова Ирина Александровна – к.м.н., доцент, врач-невролог, нейропсихолог; Колупаева Елена Сергеевна – к.м.н., врач-невролог, нейропсихолог
8.	Школа здоровья. Мастер-класс по завариванию чая, который даст энергию, спокойствие, здоровье. Дегустация	21 мая 2025, 12:00	Кравчук Елена Николаевна, управляющая бутиками чая, кофе и полезных сладостей «УтроЗдесь»
9.	Школа здоровья. Оздоровительный тренинг «Гимнастика всего организма»	23 мая 2025, 12:00	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»	27 мая 2025, 15:00	Горелова Жанна Александровна, главный юрисконсульт Регионального центра финансовой грамотности Томской области
11.	Школа здоровья. Мастер-класс «Суставная и дыхательная гимнастика»	28 мая 2025, 12:00	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!**