**Перечень мероприятий Плана «Активное долголетие», проводимых в апреле 2025 года на территории Дубенского района**

| **№ п/п** | **Дата прове-дения** | **Время проведения** | **Наименование мероприятия** | **Место проведения мероприятия****(наименование организации, адрес)** | **Предлагаемое количество участников мероприятия** | **Контактное лицо по вопросу проведения мероприятия (Ф.И.О. полностью, должность, телефон)** | **Краткое содержание мероприятия** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 02.04.2025 | 11.00 | Экскурсия по залу боевой и воинской славы | МБУК «Дубенский районный краеведческий музей»п. Дубна, ул. Первомайская, д.41 | 12 | Титова Татьяна Александровна,экскурсовод8 (48732) 2 20 06 | Экскурсия для лиц из дома престарелых по залу боевой и воинской славы |
|  | 03.04.2025 | 15.00 | Музыкальный ретро-салон «Душа настроена на песню» | Муниципальное автономное учреждение культуры «Дубенский районный центр культуры, искусства, кино и библиотечного обслуживания» п. Дубна, ул. Фрунзе, д. 2А | 25 | Директор В.В. Сергеева8(48732) 2 10 91 | В дружной душевной компании за чашечкой чая гости и участники исполнят ретро-песни. |
|  | 08.04.2025 | 14.00 | «Остановись, мгновение или, как замедлить старение»  | Муниципальное автономное учреждение культуры «Дубенский районный центр культуры, искусства, кино и библиотечного обслуживания» п. Дубна, ул. Фрунзе, д. 2А | 20 | Директор В.В. Сергеева8(48732) 2 10 91 | Адаптированные для людей старшего поколения физические упражнения. Просмотр видеоролика, где будут указаны советы и показаны простые упражнения, которые помогут справиться с повседневными нагрузками. |
|  | 18.04.2025 | 11.00 | Викторина «Тайна глиняной игрушки» | Филиал «Музей «Промышленная усадьба дворян Мосоловых»Тульская обл., п. Дубна, ул. 50 лет ВЛКСМ, д.1 | 12 | Титова Татьяна Александровна,Экскурсовод8(48732) 2-20-06 | Развлекательное занятие по декоративному творчествудля лиц из дома престарелых. |
|  | 24.04.2025 | 15.00 | Час полезных советов «Хворь и усталость позади остались» | Муниципальное автономное учреждение культуры «Дубенский районный центр культуры, искусства, кино и библиотечного обслуживания» п. Дубна, ул. Фрунзе, д. 2А | 18 | Директор В.В. Сергеева8(48732)2 10 91 | Участники узнают о том, как ЗОЖ влияет на долголетие, как выбрать наиболее рациональный путь к здоровью с учетом личных физических возможностей |
|  | 26.04.2025 | 11:00 | Занятие для людей старшего поколения «Любимые книги и журналы» | Филиал «Краеведческий музей им. капитан-командора А.И. Чирикова»Тульская обл., Дубенский р-н, с Лужное, ул. Им. А.И. Чирикова, д. 1 | 8 | Федькина Валентина Алексеевна,экскурсовод;Матвеева Инна Александровна, зав. филиалом8(48732) 3 21 87 | Ежемесячно проводятся занятия по общей теме «Позитивное общение», разработанные сотрудниками музея. Пенсионерам и людям предпенсионного возраста особенно одиноким помогают компенсировать дефицит общения. Люди пожилого возраста совместно проводят досуг за чтением книг, декламацией стихов, исполнением песен и музыкальных композиций, посещают выставки и лекции. В апреле для обзора и обсуждения книг на темы краеведения приглашена библиотекарь филиала «Луженская сельская библиотека» Минина Е.Н. |
|  | 30.04.2025 | 16:00 | Вечер-встреча«Душе не хочется покоя» | Филиал «Музей «Промышленная усадьба дворян Мосоловых»Тульская обл., п. Дубна, ул. 50 лет ВЛКСМ, д.1 | 12 | Титова Татьяна Александровна,Экскурсовод8(48732) 2-20-06 | Пожилым людям часто не хватает внимания. Им хочется рассказать, как прошёл их день, поделиться впечатлениями, вспомнить былые времена. В музее «Промышленная усадьба дворян Мосоловых» пройдет вечер-встреча, где в теплой уютной обстановке, за чашкой горячего чая, они смогут отдохнуть душой, вспомнить свою молодость, поделиться своими воспоминаниями, почитать стихи, в том числе из собственных сочинений. |
|  |  с1.04.2025Пн.-Чт. | 11-00 |  | МКУ «Физкультурно-оздоровительный центр «Дубна», п. Дубна, ул. Льва Толстого, д.6 |  |  | Пн.-чт. с 11 до 12.30 проходят занятия группы здоровья, среди женщин 60+ |