



Занятия в клубе «Активное долголетие» возобновляются с 1 августа

ПОЖИЛЫЕ ГОРОЖАНОЕ С НОВА МОГУТ ЖИТЬ НАСЫЩЕННОЙ ЖИЗНЬЮ, ПОСЕЩАТЬ РАЗЛИЧНЫЕ КРУЖКИ И ЭКСКУРСИИ.

В ДОЛГОПРУДНОМ МЕРОПРИЯТИИ В РАМКАХ ГУБЕРНАТОРСКОГО ПРОЕКТА «АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ» ПРОВОДЯТСЯ В ОСНОВНОМ В ЦЕНТРЕ КУЛЬТУРНО-ОБЩЕСТВЕННЫХ СВЯЗЕЙ ПО АДРЕСУ: УЛ. АК. ЛАВРЕНТЬЕВА, Д. 23. ЗДЕСЬ ОРГАНИЗУЮТ ВСТРЕЧИ, УРОКИ ТАНЦЕВ И ПРОСМОТР КИНО. ЛЮДИ «СЕРЕБРЯНОГО ВОЗРАСТА» СОВМЕСТНО ИЗУЧАЮТ ИНОСТРАННЫЕ ЯЗЫКИ, ПОСТИГАЮТ АЗЫ КОМПЬЮТЕРНОЙ ГРАМОТНОСТИ, И ВСЕ ЭТО – БЕСПЛАТНО. НО ПОД НЕКОТОРЫЕ СЕКЦИИ ВЫДЕЛЯЮТ И ДРУГИЕ ПЛОЩАДКИ.

Людмила НИКИТИНА. Фото
Алексея КОРСАКОВА.

НЕ ТОЛЬКО ЙОГА

Групповые занятия в помещениях начнутся с 15 августа, а до этого будут проходить на свежем воздухе и обязательно с соблюдением социальной дистанции. В ближайшие месяцы все направления работы клуба постепенно возобновятся. С 1 августа будут доступны йога и физкультура. Дом культуры «Вперед» уже подготовил помещения специально для этой цели. Для пенсионеров это замечательная возможность привести себя в форму после вынужденного бездействия.

После 27 августа долгопрудненцы смогут посещать стадион «Салют» и бассейн. Там их будут ждать скандинавская ходьба, плавание и акваэробика. Из творческих направлений в августе начнутся уроки пения и занятия декоративно-прикладным творчеством в технике декупаж.

ЗА НОВЫМИ ВПЕЧАТЛЕНИЯМИ

В списке автобусных туров Комитета по туризму Московской области появились новые маршруты. Члены клуба смогут посетить Коломну, Клин, Федоскино, Павловский Посад. Первыми отправятся в путешествие те, кто был записан на экскурсию еще в марте.

ГБУСО МО "Лобненский комплексный центр социального обслуживания населения"

Активное долголетие
в подмосковье
ПРОЕКТ ГУБЕРНАТОРА

Приходите на бесплатные занятия

С 1 августа 2020г. в ГБУСО МО "Лобненский КЦСОН" возобновляется реализация проекта "Активное долголетие". В период до 15 августа 2020г. занятия организуются на открытых площадках. Экскурсии и занятия в помещениях возобновятся не ранее 15 августа 2020г.

Отсканируйте QR-код и скачайте приложение

App Store Google Play

Выберите раздел «Активное долголетие» и запишитесь на занятия

Записаться на занятия можно по адресу:
г. Долгопрудный,
ул. Циолковского, дом 24
тел.: 8 (495) 408-64-66

ЖЕНЩИНЫ 55+ МУЖЧИНЫ 60+

Отметим, что в каждой группе будет не более 12 человек. Министерство социального развития Московской области выделяет для долгопрудненских пенсионеров микроавто-

бус на 13 пассажирских мест. На нем также можно будет выезжать на осмотр подмосковных достопримечательностей. – Когда едем на экскурсии, я всегда заранее готовлю рассказ

о месте посещения, – говорит Светлана Боганова, участница клуба «Активное долголетие». – Узнавать историю и делиться ею со своими друзьями очень увлекательно.

До самоизоляции Светлана посещала школу танцев, хор, бассейн, занятия по гимнастике и творчеству, курсы английского языка. Сейчас она хочет как можно скорее вернуться к своим увлечениям.

– Многие люди нашего возраста одиноки, но здесь мы узнаем новое, знакомимся, и жизнь становится интереснее, – говорит пенсионерка.

После того как клуб вернется к обычному графику рабо-

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Юлия ПОДЛУЗСКАЯ, заместитель главы городского округа Долгопрудный:

– С 2019 года в Долгопрудном реализуется программа «Активное долголетие». Она действует в рамках национального проекта «Демография» и губернаторского проекта и направлена на поддержку здорового образа жизни для пожилых людей.

ЖИТЕЛЯМ, НАХОДЯЩИМСЯ В ГРУППЕ РИСКА – ЛЮДЯМ С ХРОНИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ И ГРАЖДАНАМ СТАРШЕ 65 ЛЕТ – ВСЕ ЕЩЕ НЕОБХОДИМО СОБЛЮДАТЬ РЕЖИМ САМОИЗОЛЯЦИИ ДО 9 АВГУСТА.

ты, среди его участников снова начнут проводить региональные фестивали и конкурсы.

Некоторые из них по-прежнему будут проходить в онлайн-формате. Одно из мероприятий, которое состоится

3 августа, онлайн-мастер-класс по зумбе. Тренеры будут показывать комплекс упражнений, выполняющихся под зажигательную музыку.

МНЕНИЯ



Татьяна ШОСТКА, заместитель директора Центра социального обслуживания населения в Долгопрудном:

– Поездки по Подмоскovie пользуются все большей популярностью. И неудивительно – это способ приобщиться к чему-то новому и интересному. Например, мы раньше посещали чеховские места. В усадьбе Мелихово все были в восторге от старинных зданий и огромных цветников. Такое ощущение, что перемещаешься в другое время.



Зоя МАРТЫНОВА, участница клуба «Активное долголетие»:

– С нетерпением ожидаем сбора нашего хора. Мы так соскучились по любимому делу, что решили сами встретиться в парке, пообщаться и обсудить творческие моменты. Репетируем выступление и надеемся показать музыкальный номер на ближайшем празднике.