

ЦЕНТР АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

«ВОЗРАСТ ВОЗМОЖНОСТЕЙ»



ЖИВИТЕ АКТИВНО! ОБЩАЙТЕСЬ! РАЗВИВАЙТЕСЬ! ВДОХНОВЛЯЙТЕСЬ!

Мероприятия, которые делают жизнь ярче!



УЧАСТИЕ В ОБЛАСТНЫХ ФЕСТИВАЛЯХ И СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЯХ

Скандинавская ходьба – это движение, здоровье, энергия и новые достижения!

Движение – это жизнь!



ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКУМЫ И КОГНИТИВНЫЕ ТРЕНИНГИ

Тренируем память, внимание и мышление в тёплой и дружеской атмосфере.

Ясный ум – активная жизнь!



АЛЬЦКАФЕ «ЗАБОТУШКА»

Место для общения, поддержки и заботы. Здесь каждый чувствует себя нужным и важным.

Забота объединяет сердца!



КУЛЬТУРНО-ДОСУГОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

Праздники, мастер-классы, встречи и творческие события – дарим радость и вдохновение каждый день!

Творите, общайтесь, радуйтесь!



ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ К НАМ!

- ✓ Новые знания каждый день
- ✓ Общение и новые друзья
- ✓ Творчество и самореализация
- ✓ Здоровье и активное долголетие

МЫ ЖДЁМ ВАС!

- 📍 г. Братск, ж.р. Центральный, ул. Комсомольская, д.45в
- 📍 г. Братск, ж.р. Энергетик, ул. Мечтателей, д.17а

ТЕЛЕФОН ДЛЯ СВЯЗИ:

8 (3953)
256-440

Активность

вдохновляет!

*Возраст – это опыт,
возможности –
безграничны!*



ЦЕНТР АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ «ВОЗРАСТ ВОЗМОЖНОСТЕЙ»



НА БАЗЕ ОГБУ «УСЗСОН ПО ГОРОДУ БРАТСКУ»

*Новые знания, общение, творчество, активность –
КАЖДЫЙ ДЕНЬ ЯРЧЕ!*



КАТЕГОРИЯ ГРАЖДАН:
женщины 55+
мужчины 60+



КРУЖОК «ИНТЕЛЛЕКТУАЛЫ»

Сохранение и развитие когнитивных способностей, профилактика развития деменции.



КРУЖОК «ТЕАТРАЛЬНЫЕ ПОСИДЕЛКИ»

Развитие творческого потенциала, обогащение культурного опыта, развитие речи, коммуникативных навыков.



КРУЖОК «ПУТЕШЕСТВЕННИКИ БЕЗ ГРАНИЦ»

Участие в социальном и виртуальном туризме, посещение культурных, исторических и знаковых мест города Братска, знакомство с географией, историей и культурой регионов России на виртуальных экскурсиях.



КРУЖОК «ФАБРИКА ФАНТАЗИЙ»

Творческие мастер-классы, работа с гипсом, акварелью, кружевом, обучение новым техникам.



ИНФОРМАЦИОННАЯ ПРОГРАММА «ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»

Обучающие лекции, вебинары, практикумы от специалистов различных областей и структур. Изучение функциональной грамотности – финансовой, цифровой, правовой, психологической, экологической.



ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА «ЯСНЫЙ УМ И ТВЕРДАЯ ПАМЯТЬ»

Повышение уровня психологических знаний, когнитивные тренинги, лекции, психологические практикумы.



КРУЖОК «МИР ВОКРУГ НАС»

Познавательные и праздничные программы, мастер-классы, обучающие тренинги.

ПОЛЬЗА ДЛЯ ВАС:



Поддержание умственной активности



Общение и новые друзья



Творчество и самореализация



Активный образ жизни



Новые знания и навыки



Безопасность и уверенность в современном мире

КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:



г. Братск, ж-р Центральный,
ул. Комсомольская, д.45в



г. Братск, ж-р Энергетик,
ул. Мечтателей, д.17а



ТЕЛЕФОН ДЛЯ СВЯЗИ:
8 (3953) 256-440

*Живите активно!
Учитесь новому!
Делитесь опытом!
Будьте счастливы!*



ЦЕНТР ДЕЙСТВУЕТ В РАМКАХ РЕГИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ «АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»

ЦЕНТР АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

«ВОЗРАСТ ВОЗМОЖНОСТЕЙ»



ЖИВИТЕ АКТИВНО! ОБЩАЙТЕСЬ! РАЗВИВАЙТЕСЬ! ВДОХНОВЛЯЙТЕСЬ!

У нас каждый день наполнен смыслом, радостью и общением!

★ Приходите сами – приводите друзей! ★ ★



ТВОРЧЕСТВО, КОТОРОЕ ВДОХНОВЛЯЕТ!

Награждение конкурсантов
Всероссийского творческого конкурса.

Каждый талант – это победа!



ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО – ДЕЛАЕМ МИР ЛУЧШЕ!

Добровольческое движение
«Я – серебряный волонтер».

Маленькие дела – большие перемены!



ПУТЕШЕСТВУЕМ ВМЕСТЕ!

Кружок «Путешественники без границ».
Социальный туризм – посещение
этнографического музея «Ангарская деревня».

Открываем новое – сохраняем традиции!



ТВОРЧЕСТВО НЕ ЗНАЕТ ВОЗРАСТА!

Участие в кустовом творческом
фестивале «Серебряные таланты».

Мы поём, танцуем, удивляем и радуем!



Активное долголетие – это движение вперёд, новые друзья, яркие события и ощущение, что жизнь только начинается!

ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ К НАМ!

- ✓ Новые знания каждый день
- ✓ Общение и новые друзья
- ✓ Творчество и самореализация
- ✓ Здоровье и активное долголетие

МЫ ЖДЁМ ВАС!

- 📍 г. Братск, ж-р Центральный,
ул. Комсомольская, д.45в
- 📍 г. Братск, ж-р Энергетик,
ул. Мечтателей, д.17а

ТЕЛЕФОН ДЛЯ СВЯЗИ:



**8 (3953)
256-440**

*Активность
вдохновляет!*

*Возраст – это опыт,
возможности –
безграничны!*

ЦЕНТР АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

«ВОЗРАСТ ВОЗМОЖНОСТЕЙ»



ЖИВИТЕ АКТИВНО! ОБЩАЙТЕСЬ! РАЗВИВАЙТЕСЬ! ВДОХНОВЛЯЙТЕСЬ!



Жизнь после выхода на пенсию — это прекрасное время, когда наконец-то можно отложить бесконечные заботы и пожить в свое удовольствие. Это возраст зрелости, мудрости и...возраст новых возможностей!

Если вы хотите сохранить крепкое здоровье, наполнить каждый день смыслом, радостью и найти близких по духу людей, двери нашего Центра активного долголетия всегда открыты для вас.

Мы создали пространство, где нет места скуке и одиночеству. Наш Центр — это уютный дом, где каждый гость окружен теплом, вниманием и заботой.

Мы верим, что оставаться энергичным, увлеченным и современным можно в любом возрасте, и с радостью поможем вам в этом!

ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ К НАМ!

- ✓ Новые знания каждый день
- ✓ Общение и новые друзья
- ✓ Творчество и самореализация
- ✓ Здоровье и активное долголетие

МЫ ЖДЁМ ВАС!

- 📍 г. Братск, ж-р Центральный, ул. Комсомольская, д.45в
- 📍 г. Братск, ж-р Энергетик, ул. Мечтателей, д.17а

ТЕЛЕФОН ДЛЯ СВЯЗИ:



**8 (3953)
256-440**

ЦЕНТР ДЕЙСТВУЕТ В РАМКАХ РЕГИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ «АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»