УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУК «ЦКД и БО ЗАТО г. Островной»
_____ С.Н. Муравлева

План мероприятий в рамках проекта «Северное долголетие»,
планируемых к проведению МБУК «ЦКД и БО ЗАТО г. Островной» в декабре 2026 года
в муниципальном образовании ЗАТО г. Островной

№ п/п	Мероприятие с кратким описанием	Дата, время и место проведения	Ответственный исполнитель
1.	**Мастер-класс** **«Новогодняя елка».** В процессе мероприятия участники познакомятся с техникой работы с синельной проволокой, узнают о свойствах материала (мягкость, пушистость, гибкость, способность держать форму), создадут праздничную поделку своими руками, одновременно развивая творческие способности, мелкую моторику и конструкторские навыки. **Мероприятие в рамках межпоколенческого проекта «Сопки.БЕЗГРАНИЦ» для старшего поколения и юных жителей города**	11.12.2026, 17:00 г. Островной, ул. Адмирала Устьянцева, д. 1	МБУК «ЦКД и БО ЗАТО г. Островной»
2.	**Занятие** **по оздоровительной гимнастике** **«Зарядка для активного долголетия».** Цикл занятий на поддержании физической активности и общего тонуса в пожилом возрасте. В рамках занятия участники выполнят: разминку, суставную гимнастику, упражнения для укрепления мышц, а также для баланса и координации движений. **Мероприятие для жителей старшего поколения в рамках программы «Культурная серебряная жизнь»**	25.12.2026, 19:00 г. Островной, ул. Адмирала Устьянцева, д. 1	МБУК «ЦКД и БО ЗАТО г. Островной»

Руководитель кружка _____ С.Н. Муравлева