**Активное долголетие : как пожилые люди могут оставаться занятыми и востребованными**

Во время встречи с трудовым коллективом ОАО «Лента» депутату Парламента Галине Беляевой был задан вопрос о том, как и где возможно занять пожилых людей в г. Могилёве, чтобы родители-пенсионеры оставались занятыми, вели активный и насыщенный образ жизни.

Депутат заинтересовалась вопросом и провела небольшое исследование. Вот, что удалось выяснить.

На территории нашего города действует целый ряд студий, клубов, кружков, предлагающих разнообразные возможности для занятости и самореализации пенсионеров.

Вот далеко не весь перечень вариантов:

**«Центр социального обслуживания населения Октябрьского района г. Могилева»**

Отделение дневного пребывания для граждан пожилого возраста

(г. Могилев, ул. Автозаводская, д. 20. тел. 64-31-73)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название** | **Место проведения и /или телефон для справок** | **Стоимость** | **Дополнительная информация** |
|  | физкультурно-оздоровительный кружок «Импульс» |  г. Могилёв пр. Шмидта, 54ател. 64-31-73 | **платно**, 1 час занятий – 0,80 руб, для одиноких малообеспеченных – 0,48 руб,инвалиды 1 и 2 группы – бесплатно |  |
|  | физкультурно-оздоровительный кружок «Бодростьдуха» | г. Могилёв, ул. Автозаводская, д. 20. тел. 64-31-73 | **платно**, 1 час занятий – 0,80 руб, для одиноких малообеспеченных – 0,48 руб,инвалиды 1 и 2 группы – бесплатно |  |
|  | хореографический кружок «Ассорти»  | г. Могилёв, ул. Автозаводская, д. 20. тел. 64-31-73 | **платно**, 1 час занятий – 0,80 руб, для одиноких малообеспеченных – 0,48 руб,инвалиды 1 и 2 группы – бесплатно |  |
|  | хореографический кружок«Движение» | г. Могилёв, ул. Автозаводская, д. 20. тел. 64-31-73 | **платно**, 1 час занятий – 0,80 руб, для одиноких малообеспеченных – 0,48 руб,инвалиды 1 и 2 группы – бесплатно |  |
|  | кружок по обучению компьютерной грамотности «Компьютерное общение» | г. Могилёв, ул. Автозаводская, д. 20. тел. 64-31-73 | **платно**, 1 час занятий – 0,80 руб, для одиноких малообеспеченных – 0,48 руб,инвалиды 1 и 2 группы – бесплатно |  |
|  | кружок декоративно-прикладного искусства «Научись и удивись»; | г. Могилёв, ул. Автозаводская, д. 20. тел. 64-31-73 | **платно**, 1 час занятий – 0,80 руб, для одиноких малообеспеченных – 0,48 руб,инвалиды 1 и 2 группы – бесплатно |  |
|  | вокальный кружок «В мажоре»; | г. Могилёв, ул. Автозаводская, д. 20. тел. 64-31-73 | **платно**, 1 час занятий – 0,80 руб, для одиноких малообеспеченных – 0,48 руб,инвалиды 1 и 2 группы – бесплатно |  |
|  | интеллектуальный кружок «Когнитивная мастерская» | г. Могилёв, ул. Автозаводская, д. 20. тел. 64-31-73 | **платно**, 1 час занятий – 0,80 руб, для одиноких малообеспеченных – 0,48 руб,инвалиды 1 и 2 группы – бесплатно |  |
|  | проведение оздоровительных занятий на базе физкультурно-оздоровительного комплекса «Н2О» | Могилёв, улица Златоустовского, 1,тел. 64-31-73 | Платно,стоимость занятий уточнить по тел. 64-31-73 | Среда, четверг |
|  | Клуб по профилактике когнитивных расстройств «Активный возраст» | Телефон для справок 64-31-73 | на безвозмездной основе: |  |
|  | Мужской спортивный клуб «Энергия» | Телефон для справок 64-31-73 | на безвозмездной основе: |  |
|  | Клуб декоративно-прикладного искусства «Своими руками» | Телефон для справок 64-31-73 | на безвозмездной основе: |  |
|  | Клуб по обучению финансовой грамотности «Азы финансовой грамотности» | Телефон для справок 64-31-73 | на безвозмездной основе: |  |
|  | Экскурсионно-туристический клуб «Путешествуем по родному краю» | Телефон для справок 64-31-73 | на безвозмездной основе: |  |
|  | предоставляются **услуги спортивно-игровой комнаты**: для улучшения моторики обеих рук, глазомера, координации движений доступна игра новус (морской бильярд) и дартс. Спортивные игры в мяч, бадминтон, теннис, а также активные игры на свежем воздух | г. Могилёв, ул. Автозаводская, д. 20. тел. 64-31-73 | на безвозмездной основе: |  |
|  | Функционирует **«Мини-центр отдыха и релаксации для пожилых граждан»**. В мини-центре отдыха и релаксации для пожилых граждан представлены: услуга массажа на массажном кресле, ручные массажеры для тела и зоны вокруг глаз, пескография, ароматерапия, музыкотерапия, антивозрастной уход для лица и фитобар. | г. Могилёв, ул. Автозаводская, д. 20. тел. 64-31-73 | на безвозмездной основе: |  |
|  | Функционирует **волонтерский отряд «серебряного» возраста «Золотое сердце»**, из числа пожилых граждан, посещающих отделение.  | г. Могилёв, ул. Автозаводская, д. 20. тел. 64-31-73 | на безвозмездной основе | Волонтерским отрядом реализуются различные благотворительные акции и концертные программы. |

Деятельность отделения активно отражается в группе «Золотое времечко» в социальной сети «Одноклассники» и «Instagram», на YouTube-канале «Золотое времечко».

Для заключения договора оказания социальных услуг в отделении граждане представляют следующие документы:

1. документ, удостоверяющий личность гражданина;
2. документ установленного образца о праве на льготы (удостоверение инвалида, ветерана ВОВ и т.п.) для граждан, относящихся к категории пользующихся льготами;
3. медицинскую справку о состоянии здоровья (отсутствие противопоказаний для посещения отделения дневного пребывания для граждан пожилого возраста, занятий по физкультуре и т.п.);
4. письменное заявление.

**«Центр социального обслуживания населения Ленинского района г. Могилева»**

 Отделение дневного пребывания для граждан пожилого возраста

 (г. Могилев, бульвар Днепровский, д. 4 понедельник-пятница с 8.00 до 17.00тел.78-03-30)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название** | **Место проведения и /или телефон для справок** | **Стоимость** | **Дополнительная информация** |
|  | **Кружок** физкультурно-оздоровительного направления **«Архитектура тела»** | г. Могилев, бульвар Днепровский, д. 4тел.78-03-30 | **платно**, 1 час занятий – 0,80 руб, для одиноких малообеспеченных – 0,48 руб,инвалиды 1 и 2 группы – бесплатно | Занятия проходят по 3 направлениям: профилактика сердечно-сосудистых и опорно-двигательный системы, дыхательная гимнастика.***Понедельник, среда, четверг*** ***8.30-9.30,*** ***9.50- 10.50,*** ***11.00-12.00*** |
|  | **Кружок «Мир позитива» -** организация досуговой и культурной жизни, обучение декоративно-прикладному творчеству  | г. Могилев, бульвар Днепровский, д. 4тел.78-03-30 | **платно**, 1 час занятий – 0,80 руб, для одиноких малообеспеченных – 0,48 руб,инвалиды 1 и 2 группы – бесплатно | вязание, вышивка, рисование и др., развитие творческой активности.***Вторник, четверг*** ***10.00-12.00,*** ***12.10-14.10, пятница*** ***15.00 – 16.50*** |
|  | **Студия восточного танца «Беллиданс»**  | г. Могилев, бульвар Днепровский, д. 4тел.78-03-30 | на безвозмездной основе | обучение восточным танцам, изучение культуры восточных народов.***Вторник, пятница 11.30-13.30*** |
|  | **Студия бального танца «Серпантин» -** обучение классическому танцу | г. Могилев, бульвар Днепровский, д. 4тел.78-03-30 | на безвозмездной основе | занятия проводятся в парах***Понедельник*** ***15.00-16.50,*** ***Вторник*** ***14.00 – 16.50*** |
|  | **Вокально-хореографическая студия «Спадчына»** | г. Могилев, бульвар Днепровский, д. 4тел.78-03-30 | на безвозмездной основе | изучение и исполнение народных песен и танцев, организация театрализованных представлений по мотивам народных праздников.***Среда 13.00-15.00,******Четверг 12.00-14.00*** |
|  | **Студия эстрадного танца «Комплимент»** | г. Могилев, бульвар Днепровский, д. 4тел.78-03-30 | на безвозмездной основе | обучение эстрадному танцу.  ***Понедельник*** ***13.00-15.00*** |
|  | **Театральная студия «Эпизод»** | г. Могилев, бульвар Днепровский, д. 4тел.78-03-30 | на безвозмездной основе | обучение театральному мастерству, постановка спектаклей, пьес, миниатюр. ***Среда*** ***11.00-13.00*** |
|  | **Изостудия «Акварель»** | г. Могилев, бульвар Днепровский, д. 4тел.78-03-30 | на безвозмездной основе | обучение рисованию, организация творческих мастер-классов, выставок, пленэров на природе.***Понедельник, среда 11.00-13.00*** |
|  | **Хор народной песни «Наследие»** | г. Могилев, бульвар Днепровский, д. 4тел.78-03-30 | на безвозмездной основе | изучение и исполнениенародных песен, организация и проведение концертных программ, участие в творческих фестивалях и конкурсах.  ***Четверг 14.00–16.50*** |
|  | **Дамский клуб «Поделись советом»**  | г. Могилев, бульвар Днепровский, д. 4тел.78-03-30 | на безвозмездной основе | обмен опытом, мнением по тому или иному вопросу, организация помощи в личных вопросах.***3-я пятница месяца,*** ***15.00-16.50*** |
|  | **Клуб «Традыцыйныя народныя танцы»** | г. Могилев, бульвар Днепровский, д. 4тел.78-03-30 | на безвозмездной основе | обучение народным танцам**,** изучение белорусской народной культуры, традиций.***Вторник 14.00-16.00, пятница 14.00-16.50*** |
|  | **Клуб «Alles** **gut»** | г. Могилев, бульвар Днепровский, д. 4тел.78-03-30 | на безвозмездной основе | обучение письму и чтению, общению на немецком языке с использованием традиционных и современных методов и форм.   ***Среда 13.00-15.00*** |
|  | **Клуб** **«Любители игровых видов спорта»** | г. Могилев, бульвар Днепровский, д. 4тел.78-03-30 | на безвозмездной основе | организация активного и полезного досуга, приобщение пожилых граждан к занятиям физической культурой и игровыми видами спорта (мини-гольф, настольный теннис, дартс, шашки, лыжи)Вторник 10.00-12.00, четверг 14.00-16.00 |

**Учреждение культуры «Могилевский городской Центр культуры и досуга»**

(г. Могилев, ул.Первомайская, д. 34

 режим работы :понедельник-пятница 8.00-21.00, суббота 11.00-20.00,воскресенье 11.00-19.00)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название** | **Место проведения и /или телефон для справок** | **Стоимость** | **Дополнительная информация** |
|  | [**Любительское объединение «Жемчужины Культуры»**](http://gck-mogilev.by/2020/09/14/%D0%BB%D1%8E%D0%B1%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5-%D0%BE%D0%B1%D1%8A%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5-%D0%B6%D0%B5%D0%BC%D1%87%D1%83%D0%B6%D0%B8%D0%BD%D1%8B/)  | Контактные телефоны: 8 (0222) 64-02-90; +375 (44) 765-95-62. | на безвозмездной основе | Руководитель – Колесникова Светлана Николаевна Основное направление работы – повышение культурного уровня членов клуба с целью передачи опыта подрастающему поколению |
|  | **Любительское объединение «Золотой Возраст»** | Контактные телефоны: 8 (044) 7216379 | на безвозмездной основе | Руководитель – Лобяк Алла Георгиевна. Основное направление работы –вовлечение в активные виды деятельности пожилых людей |
|  | **Народный театр «Валентин»** | Контактные телефоны: 8 (0222) 64-02-90; +375 (25) 537-14-36. | на безвозмездной основе | Руководитель — Загоровский Олег Леонидович.Коллектив создан в 1993 году. В 1997 году присвоено звание «народный». Ведущий любительский театральный коллектив Могилевской области. В репертуаре постановки мировой классической литературы, современных авторов |
|  | **Народный любительский коллектив театр сатиры и юмора «Серпантин»** | Контактные телефоны: 8 (0222) 64-02-90; +375 (29) 247-09-11; +375 (29) 308-05-82 | на безвозмездной основе | Руководитель — Слесарев Олег Алексеевич. Коллектив создан в 1992 году. В 1994 году театру присвоено звание «народный». В репертуаре коллектива эстрадно-сатирические представления. Возраст участников — с 18 лет. |
|  | **Любительское объединение ремесленников «Магілеўскія Майстры»** | Контактные телефоны: +375 29 746-28-10. | на безвозмездной основе | Руководитель – Евстратова Валентина Николаевна.Деятельность объединения направлена на сохранение и развитие народных промыслов и ремесел, использование традиционных технологий народного творчества в современных видах прикладного искусства. Участие в выставках-ярмарках Возраст участников – неограничен. |
|  | [**Клуб «Садовый дизайн»**](http://gck-mogilev.by/2020/09/14/%D0%BA%D0%BB%D1%83%D0%B1-%D1%81%D0%B0%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D1%8B%D0%B9-%D0%B4%D0%B8%D0%B7%D0%B0%D0%B9%D0%BD/) | Контактные телефоны: 8 (0222) 64-02-90; +375 (29) 189-13-44. | на безвозмездной основе | Руководитель – Папкова Людмила Павловна. Деятельность клуба направлена на удовлетворение интересов и потребностей по устройству и декоративному оформлению садов. |
|  | [**Любительское объединение «Школа здоровья»**](http://gck-mogilev.by/2020/09/14/%D0%BB%D1%8E%D0%B1%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5-%D0%BE%D0%B1%D1%8A%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5-%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%B0-%D0%B7%D0%B4%D0%BE/).  | Контактные телефоны: 8 (0222) 64-02-90; +375 (29) 382-55-34.   | на безвозмездной основе | Руководитель – Юкович Галина Григорьевна Создано в 2005 году. Основное направление – пропаганда здорового образа жизни. Возраст участников неограничен |
|  | **Народный рыцарский клуб «Барысфен»** | Контактные телефоны: 8 (0222) 64-02-90; +375 (44) 783-20-37. | на безвозмездной основе | Руководитель – Станкевич Павел Юрьевич.Коллектив создан в 1998 году. Основные направления клуба: изучение истории белорусского средневековья, культуры, быта, реконструкция одежды, доспехов, демонстрация элементов средневековой хореографии, постановка турниров |
|  | **Народный фотоклуб «РАДУГА»** | Контактные телефоны: 8 (0222) 64-02-90. | на безвозмездной основе | Руководитель – Толкачёв Анатолий Фёдорович.Фотоклуб создан в 1972 году. В 1976 году присвоено звание «народный». Направление работы – художественная и документальная фотографии. На международных выставках и в салонах художественной фотографии в различных странах мира работы клуба отмечены многочисленными наградами и призами.Возраст участников – с 18 лет |
|  | [**Народная студия декоративно-прикладного творчества «Чараўніцы»**](http://gck-mogilev.by/2020/09/14/%D0%BD%D0%B0%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%BD%D0%B0%D1%8F-%D1%81%D1%82%D1%83%D0%B4%D0%B8%D1%8F-%D0%B4%D0%B5%D0%BA%D0%BE%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%BE-%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D0%B4/) | Контактные телефоны: 8 (0222) 64-02-90; +375 (44) 748-10-48; +375 (29) 542-67-23. | на безвозмездной основе | Руководитель – Тимошенко Светлана Григорьевна. Студия создана в 1994 году. Звание «народная» присвоено в 2001 году. Участники занимаются различными видами декоративно- прикладного творчества. Коллектив активный участник городских, областных и республиканских выставок, постоянно выезжает за пределы Республики.Возраст участников – с 20 лет. |
|  | **Народный хор народной песни** | Контактные телефоны: 8 (0222) 64-02-90; +375 (44) 489-18-10; +375 (33) 659-41-05. | на безвозмездной основе | Руководитель – Воропай Николай Иванович. Коллектив создан в 1969 году. В 1973 году присвоено звание «народный». В репертуаре – песни советских, белорусских композиторов, обработки белорусских народных песен. Коллектив ведет большую концертную деятельность. Возраст участников – с 18 лет. |
|  | [**Народный хор ветеранов Им. Г.П. Обуха**](http://gck-mogilev.by/2020/09/14/%D0%BD%D0%B0%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%BD%D1%8B%D0%B9-%D1%85%D0%BE%D1%80-%D0%B2%D0%B5%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BD%D0%BE%D0%B2-%D0%B8%D0%BC-%D0%B3-%D0%BF-%D0%BE%D0%B1%D1%83%D1%85/) | Контактные телефоны: 8 (0222) 64-02-90; +375 (44) 552-79-38 | на безвозмездной основе | Руководители – Третьякова Наталья Алексеевна, Прохорова Наталья Петровна. Коллектив создан в 1984 году. В 1989 году хору присвоено звание «народный». В репертуаре произведения советских, белорусских композиторов, песни военных лет. Возраст участников – с 45 лет. |
|  | [**Народный хор ветеранов**](http://gck-mogilev.by/2020/09/14/%D0%BD%D0%B0%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%BD%D1%8B%D0%B9-%D1%85%D0%BE%D1%80-%D0%B2%D0%B5%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BD%D0%BE%D0%B2/) | Контактные телефоны: 8 (0222) 64-02-90. | на безвозмездной основе | Руководитель – Мотовилкина Наталья Михайловна. В этом коллективе Вы сможете приобщиться к патриотической песне, развить певческие способности, принять участие в концертной деятельности. |
|  | **Народный вокальный ансамбль «Вераснёвіца»** | Контактные телефоны: 8 (0222) 64-02-90, +375 44 709-67-33 | на безвозмездной основе | Руководитель – Станкевич Ольга Ивановна.Коллектив создан в 1996 году. В 2000 году присвоено звание «народны».В репертуаре коллектива обработки русских и белорусских народных песен.Ансамбль активный участник городских мероприятий и народных праздников. |
|  | **Вокальный****ансамбль****«Ностальжи»** | Контактные телефоны: 8 (0222) 64-02-90. | на безвозмездной основе | Руководитель – Мотовилкина Наталья Михайловна. Вы сможете развить певческие способности, принять участие в концертной деятельности. |

Ветераны и пожилые люди являются участниками перечисленных творческих коллективов Центра культуры

Для старшего поколения коллективом **Могилевского городского Центра культуры и досуга** проводятся встречи, вечера отдыха, посиделки, посвящённые народным праздникам, акции, направленные на оказание помощи пожилым людям. Совместно с органами социальной защиты населения, городским и районным Советами ветеранов, с привлечением общественных организаций, проводится ряд мероприятий для пожилых людей:

- в сквере 40-летия Победы Центром культуры, совместно с ГУК «Могилевские городские оркестры» в период с мая по сентябрь, каждое воскресенье проводятся вечера отдыха «Сквер живой музыки» **-** мероприятия на открытой площадке города для различных социальных групп населения;

- районный фестиваль народного творчества первичных ветеранских организаций Ленинского района праздник «Не стареют душой ветераны»;

- мероприятия с участием ветеранов, посвященных Дню Победы;

- мероприятия, посвященные Дню пожилого человека и др.

Государственное учреждение культуры «Дворец культуры области»

 (г. Могилев ,проспект Пушкинский, 7)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название** | **Место проведения и /или телефон для справок** | **Стоимость** | **Дополнительная информация** |
|  | Клуб по интересам**«Встречи»** | Выставочный зал Дворца культуры области+375 44 556 94 10 | на безвозмездной основе | Руководитель Короткина Ольга ПетровнаОрганизация досуга членов клуба на основе общих интересов и увлечений |
|  | Клуб по интересам**«Дніпровскі зорі»** | Выставочный зал Дворца культуры области +375 33 690 64 19 | на безвозмездной основе | РуководительСтороженко Алла ГригорьевнаСохранение и развитие традиций и культуры славянских народов; реализация творческих и организаторских способностей членов клуба; участие в мероприятиях разных форм. |
|  | **Клуб любителей белорусского народного танца** | Выставочный зал Дворца культуры области +375 44719 89 43 | на безвозмездной основе | РуководительАлександрова Анна НиколаевнаОбучение традиционным бытовым танцам (в первую очередь – белорусским, а также русским, украинским и другим народам мира); знакомство с особенностями народной хореографии. |
|  | Клуб пожилых людей **«Надежда»** | Выставочный зал Дворца культуры области+375 29 156 97 80 | на безвозмездной основе | РуководительСтепанова Тамара ТарасовнаОбщественно-культурное направление работы клуба.Организация досуга членов клуба на основе общих интересов и увлечений |

***\*в летний период все любительские объединения функционируют по необходимости***