

ПРОГРАММА

Фестиваля-выставки

«МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ 2018. ВРЕМЯ НОВЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ»

Павильон № 69

(1-й и 2-й этажи)

ИНФОРМАЦИЯ – Стенд № 1

РЕГИСТРАЦИЯ – Стенд № 2

10.00 – Регистрация гостей и участников программы Фестиваля

Программа мероприятий

26 апреля 2018 г.

1-й этаж

ШКОЛА АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

10.15–11.00 Конференц-зал № 1	Семинар «Долгожители: кто они? Как дожить до 100 лет? Известное и неизвестное» Тюхменев Е.А., канд. мед. наук, доцент, зав. консультативно-диагностическим отделением Российского геронтологического научно-клинического центра (РГНКЦ); Каштанова Д.А., канд. мед. наук, РГНКЦ
10.15–17.00 Конференц-зал № 1	Исследование «Исследование биологического возраста» Раннее выявление проблем со здоровьем и определение потребности в консультации врача-гериатра Исследование проводится БЕСПЛАТНО
11.00–12.00 Конференц-зал № 1	Семинар «Жизнь с артериальной гипертонией: факты и мифы» Лотерея «Лечение артериальной гипертонии в пожилом возрасте: 40 вопросов и ответов» Вручение призов победителям лотереи Лузина А.В., научный сотрудник лаборатории гериатрии, РГНКЦ
12.00–12.45 Конференц-зал № 1	Семинар «Правильное питание в пожилом возрасте» Дудинская Е.Н., канд. мед. наук, зав. лабораторией РГНКЦ; Онучина Ю.С., научный сотрудник лаборатории, РГНКЦ; Браилова Н.В., научный сотрудник лаборатории, РГНКЦ
12.45–14.30 Конференц-зал № 1	Анкетирование для раннего выявления нарушений памяти «Все ли хорошо с моей памятью?» Мхитарян Э.А., канд. мед. наук, зав. лабораторией, РГНКЦ
14.30–15.15 Конференц-зал № 1	Семинар «Мышечная слабость, усталость, «нет сил»: как в 70 чувствовать себя на 30» Наумов А.В., доктор мед. наук, проф., РГНКЦ
15.15–16.00 Конференц-зал № 1	Мастер-класс «Чтобы не было боли и слабости мышц: какие ежедневные упражнения нам нужны?» Наумов А.В., доктор мед. наук, проф., РГНКЦ
16.00–16.45 Конференц-зал № 1	Семинар «Как правильно принимать лекарства» Переверзев А.П., канд. мед. наук, РГНКЦ
16.45–18.00 Конференц-зал № 1	Анкетирование для раннего выявления проблем со здоровьем «На приеме у врача-гериатра: о чем сказать и о чем спросить?» Лотерея «Нотная азбука здоровья для пожилого человека: семь нот – четыре аккорда» Вручение призов Тюхменев Е.А., канд. мед. наук, доцент РГНКЦ

ОБЩЕСТВЕННОЕ ДВИЖЕНИЕ «СЕРЕБРЯНЫЕ ВОЛОНТЕРЫ МОСКВЫ»

10:00–18:00 Стенд 3/1	Семинар «Комплексный подход к обеспечению занятости старшего поколения, содействие в трудоустройстве и социальной адаптации» Центр новых возможностей 50+ Семинар «Вовлечение в добровольческую деятельность, развитие серебряного волонтерства» Волонтерский центр «Серебряный возраст»
10.15–17.00 Конференц-зал № 1	Семинар «Сохранение и развитие когнитивных функций, профилактика и восстановление памяти и внимания» Центр когнитивных технологий и реабилитации «Мудрые движения»
10:00–18:00 Стенд 3/3	Семинар «Образовательные программы для старшего поколения» Университет «Серебряный возраст»

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

10:00–11:00 Стенд 4/1	Мастер-класс «Как разместить фотоматериалы в сети?» Сулимин Д.В., МГПУ «Серебряный университет»
11:00–12:00 Стенд 4/1	Мастер-класс «Учусь делать видео» Богданов М.С., МГПУ «Серебряный университет»
12:00–13:00 Стенд 4/1	Мастер-класс «Интернет-сервисы для путешествий» Сулимин Д.В., МГПУ «Серебряный университет»
13:00–14:00 Стенд 4/1	Мастер-класс «Социальные сети: секреты и возможности» Богданов М.С., МГПУ «Серебряный университет»
14:00–15:00 Стенд 4/1	Мастер-класс «Информационные порталы и сервисы Москвы» Сулимин Д.В. МГПУ «Серебряный университет»
15:00–16:00 Стенд 4/1	Мастер-класс «Он-лайн сканворды, кроссворды, тесты и юмор в сети» Богданов М.С., МГПУ «Серебряный университет»
16:00–17:00 Стенд 4/1	Мастер-класс «IT в твоей жизни» Вайндорф-Сысоева М.Е., МГПУ «Серебряный университет»
17:00–18:00 Стенд 4/1	Мастер-класс «IT в твоей жизни» Вайндорф-Сысоева М.Е., МГПУ «Серебряный университет»

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

10:00–11:00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Профессия smm-специалист: полный перечень обязанностей и компетенций менеджера социальных сетей» Тажетдинов Т., Академия социальных медиа
11:00–12:00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Новичок+Интернет. Как освоить интернет» Шамулина Л., Академия социальных медиа
12:00–13:00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Новичек+Интернет. Как освоить интернет» Шамулина Л., Академия социальных медиа
13:00–14:00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Новичек+Интернет. Как освоить интернет» Шамулина Л., Академия социальных медиа
14:00–15:00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Новичек+Интернет. Как освоить интернет» Шамулина Л., Академия социальных медиа
15:00–16:00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Новичек+Интернет. Как освоить интернет» Шамулина Л., Академия социальных медиа

16.00–17.00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Быть ВКонтакте. Основная социальная сеть в России» Левин В., Академия социальных медиа
17.00–18.00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Быть ВКонтакте. Основная социальная сеть в России» Левин В., Академия социальных медиа

ВОКАЛЬНОЕ ТВОРЧЕСТВО

10.00–12.00 Зал № 1 (стенд 5)	Мастер-класс «Открываем вокал для себя» Выступление народных коллективов ЮВАО
12.30–13.50 Зал № 1 (стенд 5)	Концертная программа – попури песен военных лет Мастер-класс «Волшебный мир музыки» Концертная программа вокальных коллективов ЦАО
13.50 Зал № 1 (стенд 5)	Торжественное открытие территории «Вокальное творчество» Выступление солистов Центра русской культуры и искусства под управлением Народного артиста России Владимира Девятова
14.00–14.30 Зал № 1 (стенд 5)	Мастер-класс Народного артиста России В.С. Девятова
14.30 – 15.30 Зал № 1 (стенд 5)	Концертная программа вокальных коллективов СЗАО
15.30 – 17.00 Зал № 1 (стенд 5)	Мастер-класс «Голос – инструмент души» Концертная программа вокальных коллективов САО
17.00–18.00 Зал № 1 (стенд 5)	«Битва хоров» Концертная программа вокальных коллективов ВАО

ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОЕ ИСКУССТВО

10.00-12.30 Стенд 6/1	Мастер-класс Народного художника РФ Александра Рукавишникова
10.00-12.30 Стенд 6/2	Мастер-класс «Основы скетчинга. Художественные зарисовки. Натюрморты» Педагог Ивановская Е.А.
10.00-12.30 Стенд 6/3	Мастер-класс «Искусство портрета. Московские лица» Руководитель Хохлов В.В.
10.00-12.30 Стенд 6/4	Мастер-класс «Акварельная живопись» Педагог Голубенко В.С.
10.00-12.30 Стенд 6/5	Выставка работ участников проекта «Московское долголетие» Педагог Смирнова М.С.
10.00-12.30 Стенд 6/6	Мастер-класс «Овладение техникой живописи» Преподаватель Горбушин А.Н.
10.00-12.30 Стенд 6/7	Мастер-класс по рисованию «Арт-терапия» Преподаватель Бойко Р.Н.
10.00-12.30 Стенд 6/8	Мастер-класс «Обучение технике написания картин различными видами красок» Педагог член Союза художников РФ Кузнецова А.А.

12.30-14.00 Стенд 6/1	Мастер-класс Народного художника РФ Александра Рукавишникова
12.30-14.00 Стенд 6/2	Мастер-класс по технике рисования песком «SAND-ART» Руководитель – лауреат всероссийских конкурсов по художественно-прикладному творчеству Бондарь А.Л.
12.30-14.00 Стенд 6/3	Мастер-класс «Техники и приемы работы акварелью» Педагог Юсупова Р.Х.
12.30-14.00 Стенд 6/4	Мастер-класс «Технические приемы изображения всеми нами любимых кошек» Педагог Высоцкая Е.А.
12.30-14.00 Стенд 6/5	Мастер-класс «Рисунок в технике «графика» Педагог Глебова А.О.
12.30-14.00 Стенд 6/6	Мастер-класс «Изобразительное творчество» Преподаватель Лещук О.Н.
12.30-14.00 Стенд 6/7	Мастер-класс «Основы композиции» Специалист Немцев Ю.Л.
12.30-14.00 Стенд 6/8	Мастер-класс «Открой в себе художника». Обучение навыкам рисования в различных техниках Педагог Колесова Д.Д.
14.00-16.00 Стенд 6/1	Мастер-класс Народного художника РФ Александра Рукавишникова
14.00-16.00 Стенд 6/2	Мастер-класс по изобразительному искусству Волонтер Дробышев Г.И.
14.00-16.00 Стенд 6/3	Мастер-класс «Анти-стресс» Волонтер Юдина К.А.
14.00-16.00 Стенд 6/4	Мастер-класс «Давайте рисовать!» Обучение основам изобразительной грамоты Преподаватель Удалова Ю.А.
14.00-16.00 Стенд 6/5	Мастер-класс. «Открой в себе художника» Педагог Кондратенкова Н.В.
14.00-16.00 Стенд 6/6	Мастер-класс «Акварельное настроение» Педагог Кузнецов А.В.
14.00-16.00 Стенд 6/7	Мастер-класс «Печать газетной бумагой» с использованием гуаши и акварели для создания пейзажа Волонтер Веденина Д.Г.
14.00-16.00 Стенд 6/8	Мастер-класс «Пейзаж сухой пастелью» Преподаватель Голева Н.А.
16.00-18.00 Стенд 6/1	Мастер-класс Народного художника РФ Александра Рукавишникова
16.00-18.00 Стенд 6/2	Мастер-класс «Живописный букет» Преподаватель Жихарева О.Н.
16.00-18.00 Стенд 6/3	Мастер-класс «Роспись по стеклу» Волонтер Григорьева Е.А.
16.00-18.00 Стенд 6/4	Мастер-класс «Техника японской живописи «суми-э» Волонтер Левина В.П.
16.00-18.00 Стенд 6/5	Мастер-класс «Животные Африки» Волонтер Сафронова А.А.
16.00-18.00 Стенд 6/6	Мастер-класс «Рисование для всех» Преподаватель Рытман О.Б.

16.00-18.00 Стенд 6/7	Мастер-класс «Роспись по дереву» Преподаватель Ефимова И.В
16.00-18.00 Стенд 6/8	Мастер-класс «Песочная анимация как метод арт-терапии» Волонтер Декажева Г.А.

ИГРЫ: ШАШКИ И ШАХМАТЫ

10:00-12.00 Стенд 7	Чемпионат по игре в шашки среди жителей Москвы Юго-восточного административного округа
12:00-14.00 Стенд 7	Чемпионат по игре в шашки среди жителей Москвы Центрального административного округа
10:00-12.00 Стенд 7	Чемпионат по игре в шашки среди жителей Москвы Северо-западного административного округа
10:00-12.00 Стенд 7	Чемпионат по игре в шашки среди жителей Москвы Северного административного округа
10.00-12.00 Стенд 8	Чемпионат по блиц игре в шахматы среди жителей Москвы Юго-восточного административного округа
12:00-14.00 Стенд 8	Чемпионат по блиц игре в шахматы среди жителей Москвы Центрального административного округа
14.00-16.00 Стенд 8	Чемпионат по блиц игре в шахматы среди жителей Москвы Северо-западного административного округа
16.00-18.00 Стенд 8	Чемпионат по блиц игре в шахматы среди жителей Москвы Северного административного округа

ТУРИЗМ. ЭКСКУРСИИ

10.00-16.00 Стенд 9/1	Презентация проекта «Прогулки на природе». Путешествия по Москве
10.00-16.00 Стенд 9/2	Презентация проекта «Школа самозанятости». Мастер-класс по определению личных компетенций и умений. Способы получения дохода от продажи своих компетенций
10.00-16.00 Стенд 9/3	Презентация проекта «Народная библиотека» о бесплатном обмене книгами

ХУДОЖЕСТВЕННО-ПРИКЛАДНОЕ ТВОРЧЕСТВО И РУКОДЕЛИЕ

10.00-12.30 Стенд 10/1	Мастер-класс «Бисероплетение» Преподаватель Тугарева Е.Л.
10.00-12.30 Стенд 10/2	Мастер-класс «Изготовление композиций с живыми цветами» Педагог Капустина С.И.
10.00-12.30 Стенд 10/3	Мастер-класс «Кукла-оберег» Руководитель кружка Благодатских О.Б.
10.00-12.30 Стенд 10/4	Мастер-класс «Лепка фигур из скульптурного пластилина» Руководитель Гинда В.И.
10.00-12.30 Стенд 10/5	Мастер-класс «Цветок из фетра» Организатор Тимошина Л.В
10.00-12.30 Стенд 10/6	Мастер-класс «Брошь из атласной ленты» Педагог Остахова Н.А.

10.00-12.30 Стенд 10/7	Мастер-класс «Бумагопластика» Педагог Гурина З.В.
10.00-12.30 Стенд 10/8	Мастер-класс «Броши из текстильных материалов и бисера» Преподаватель Тихоненко В.Н.
10.00-12.30 Стенд 10/9	Мастер-класс «Изготовление народных кукол в лоскутной технике» Преподаватель Воеводина А.В.
10.00-12.30 Стенд 10/10	Мастер-класс «Тайна бумажного листа». Изготовление декоративно-интерьерных украшений Педагог Овсянникова С.А.
10.00-12.30 Стенд 10/11	Мастер-класс «Бисероплетение» Педагог Колесникова М.В.
10.00-12.30 Стенд 10/12	Мастер-класс «Изготовление композиций из бумаги» Педагог Смирнова М.С.
10.00-12.30 Стенд 10/13	Мастер-класс «Квиллинг, оригами» Педагог Просолова О.П.
10.00-12.30 Стенд 10/14	Мастер-класс «Скрапбукинг» Педагог Овсейко А.И.
10.00-12.30 Стенд 10/15	Мастер-класс «Вязание крючком» Педагог Чебоксарова С.О.
10.00-12.30 Стенд 10/16	Мастер-класс «Декоративная роспись камней» Преподаватель Бутова А.А.
10.00-12.30 Стенд 10/17	Мастер-класс «Волшебные цветы» Преподаватель Сысоева Н.С.
10.00-12.30 Стенд 10/18	Мастер-класс «Изготовление поделок из подручных материалов» Преподаватель Андреева Ю.С.
10.00-12.30 Стенд 10/19	Мастер-класс «Открытка в винтажном стиле» Педагоги: Воронина Ю.А., Леонова Л.В., Листенин А.А.
10.00-12.30 Стенд 10/20	Мастер-класс «Текстильный дизайн» Педагог Безручка Т.В.
10.00-12.30 Стенд 10/21	Мастер-класс «Изготовление оригами из двухсторонней цветной бумаги» Педагог Люзина С.В.
10.00-12.30 Стенд 10/22	Мастер-класс «Изготовлению открыток «Сакура» Руководитель кружка Дзюба И.Е.
10.00-12.30 Стенд 10/23	Мастер-класс «Изготовление поделок из бисера» Руководитель Канунникова Л.Б.
10.00-12.30 Стенд 10/24	Мастер-класс «Твистинг. Моделирование шаров» Преподаватель Дёмкина Н.Э.
10.00-12.30 Стенд 10/25	Мастер-класс по изготовлению бижутерии и женских аксессуаров из подручных средств Преподаватель Демьяненко Н.С.
10.00-12.30 Стенд 10/26	Мастер-класс «Наполки ткани на манекен» Преподаватель Удовиченко К.А.
12.30-14.00 Стенд 10/1	Мастер-класс «Прикладное искусство» Педагог Лаврова А.М
12.30-14.00 Стенд 10/2	Мастер-класс «Витражная роспись «Волшебное стекло» Руководитель Летунова Л.Е.

12.30-14.00 Стенд 10/3	Мастер-класс «Авторская игрушка из полимерной глины» Педагог Васильева А.В.
12.30-14.00 Стенд 10/4	Мастер-класс «Скрапбукинг» Преподаватель Разуваева Н.Н.
12.30-14.00 Стенд 10/5	Мастер-класс «Вязание различными техниками» Преподаватель Васильева Г.Ф.
12.30-14.00 Стенд 10/6	Мастер-класс «Изготовление и оформление фотоальбомов (Скрапбукинг)» Педагоги Сандалова О.А.; Кобызева И.С.; Савина Е.Н.; Ветрова А.В.
12.30-14.00 Стенд 10/7	Мастер-класс «Дизайн для НЕдизайнеров» Педагог Бакумова Ю.А.
12.30-14.00 Стенд 10/8	Мастер-класс «Народная игрушка» Педагог Еремченко Е.И.
12.30-14.00 Стенд 10/9	Мастер-класс «Веселая прихватка» Преподаватель Фадеева Т.С.
12.30-14.00 Стенд 10/10	Мастер-класс «Кукла-оберег» Педагог Павлова С.В.
12.30-14.00 Стенд 10/11	Мастер-класс «Холодный батик». «Капли весны» Педагог Каспарова А.Е.
12.30-14.00 Стенд 10/12	Мастер-класс по Декорированию швейных изделий Преподаватель Фомина И.Г.
12.30-14.00 Стенд 10/13	Мастер-класс «Мир винтажного искусства» Педагог Осина М.Н.
12.30-14.00 Стенд 10/14	Мастер-класс «Техника акварели на ткани» Педагог Сутормина М.В.
12.30-14.00 Стенд 10/15	Мастер-класс «Народная кукла» Педагог Кошель Н.Б.
12.30-14.00 Стенд 10/16	Мастер-класс «Дизайн кожи. Браслеты и бусы» Педагог Филия Л.С.
12.30-14.00 Стенд 10/17	Мастер-класс по росписи открытки в стиле Городец и Хохлома Руководитель Нестерова Т.Д.
12.30-14.00 Стенд 10/18	Мастер-класс «Весенние гвоздики» Педагог Ширшова Л.В.
12.30-14.00 Стенд 10/19	Мастер-класс «Изготовление праздничных открыток к 9 Мая» Руководитель Кочеткова Е.В.
12.30-14.00 Стенд 10/20	Мастер-класс «Декоративная роспись деревянных яиц» Преподаватель Зайцева Г.В.
12.30-14.00 Стенд 10/21	Мастер-класс «Роспись по дереву» Руководитель Кислякова Е.С.
12.30-14.00 Стенд 10/22	Мастер-класс «Древо счастья», «Топиарий – дерево счастья» Руководитель Николаева Е.А.
12.30-14.00 Стенд 10/23	Мастер-класс «Техника бумагопластики» Руководитель Судаева Т.Н.
12.30-14.00 Стенд 10/24	Мастер-класс «Изготовлению кукол в чулочной технике» Руководитель Косоусова А.В.

12.30-14.00 Стенд 10/25	Мастер-класс «Шляпка-игельница» Специалист Киселева Н.В.
12.30-14.00 Стенд 10/26	Мастер-класс по изготовлению бумажной композиции «Одуванчик» для фото-сессии Специалист Молчанова Т.В.
14.00-16.00 Стенд 10/1	Мастер-класс «Букет из конфет» Руководитель Аношкина В.Ф.
14.00-16.00 Стенд 10/2	Мастер-класс «Подарок для любимых» Преподаватель Ходорковская Г.Д.
14.00-16.00 Стенд 10/3	Мастер-класс «Изонить» Преподаватель Корионова Д.Д.
14.00-16.00 Стенд 10/4	Мастер-класс «Fashion-иллюстрация» Преподаватель Щербанская Л.И.
14.00-16.00 Стенд 10/5	Мастер-класс по изготовлению украшений в технике «сухого валяния» Руководитель Вигриянова Н.А.
14.00-16.00 Стенд 10/6	Мастер-класс в технике «Конструктор», «Волшебная бутылочка» Руководитель Угольникова Н.И.
14.00-16.00 Стенд 10/7	Мастер-класс «Пластилиновый театр» Преподаватель Суетин П.В.
14.00-16.00 Стенд 10/8	Мастер-класс «Бисероплетение. Изготовление перстней» Руководитель Коприк О.Л.
14.00-16.00 Стенд 10/9	Мастер-класс «Техника Канзаши. Изготовление украшений» Руководитель Новикова О.В.
14.00-16.00 Стенд 10/10	Мастер-класс «Точечная роспись. Декорирование деревянных пуговиц» Руководитель Савельева Н.Е.
14.00-16.00 Стенд 10/11	Мастер-класс «Цветы из ткани», изготовление цветочных композиций из гофрированной бумаги Педагог Мусиенко В.Ф.
14.00-16.00 Стенд 10/12	Мастер-класс «Валяние из шерсти» Преподаватель Лепешкина Е.В.
14.00-16.00 Стенд 10/13	Мастер-класс «Волшебный батик», ручная роспись по ткани Преподаватель Рудницкая И.П.
14.00-16.00 Стенд 10/14	Мастер-класс «Декупаж» Руководитель Гордиенко Е.П.
14.00-16.00 Стенд 10/15	Мастер-класс «Лоскутное шитье» Руководитель Пазина Н.М.
14.00-16.00 Стенд 10/16	Мастер-класс «Квиллинг» Руководитель Хазова Е.Д.
14.00-16.00 Стенд 10/17	Мастер-класс «Техника декупажа» Руководитель Елькина С.П.
14.00-16.00 Стенд 10/18	Мастер-класс «Букет цветов» Руководитель кружка Тришина О.В.
14.00-16.00 Стенд 10/19	Мастер-класс «Украшение предметов для интерьера» Педагог Пономарева М.А.
14.00-16.00 Стенд 10/20	Мастер-класс «Поделки в виде фигурок и аппликаций из гофрированной бумаги» Руководитель Фролова Е.А.

14.00-16.00 Стенд 10/21	Мастер-класс «Изготовление кукол, игрушек» Руководитель кружка Насруллина Н.А.
14.00-16.00 Стенд 10/22	Мастер-класс «Карвинг» Руководитель Кинзерская Н.Л.
14.00-16.00 Стенд 10/23	Мастер-класс «Фитодизайн» Руководитель Толмачева Э.В.
14.00-16.00 Стенд 10/24	Мастер-класс по изготовлению объемных игрушек из синтепона Педагог Михалена М.Б.
14.00-16.00 Стенд 10/25	Мастер-класс «Вязание» Педагог Бондаренко И.В.
14.00-16.00 Стенд 10/26	Мастер-класс «Скрапбукинг» Руководитель Аюпова Л.Ф.
16.00-18.00 Стенд 10/1	Мастер-класс «Ткачество на дощечках, как изготовление элементов декора»
16.00-18.00 Стенд 10/2	Мастер-класс «Украшение предметов домашнего быта (вазы, шкатулки»
16.00-18.00 Стенд 10/3	Мастер-класс «Магия бисера»
16.00-18.00 Стенд 10/4	Мастер-класс «Валяние. Бисер. Мягкая игрушка»
16.00-18.00 Стенд 10/5	Мастер-класс «Технологии оригами, квиллинг»
16.00-18.00 Стенд 10/6	Мастер-класс «Народный сувенир. Кукла завертка»
16.00-18.00 Стенд 10/7	Мастер-класс «Подарок своими руками».
16.00-18.00 Стенд 10/8	Мастер-класс «Хризантема своими руками»
16.00-18.00 Стенд 10/9	Мастер-класс «Сухарница из фетра»
16.00-18.00 Стенд 10/10	Мастер-класс «Лоскутное шитье»
16.00-18.00 Стенд 10/11	Мастер-класс «Милая весточка. Изготовление открытки в технике скрапбукинг»
16.00-18.00 Стенд 10/12	Мастер-класс «Изделия из шерсти»
16.00-18.00 Стенд 10/13	Мастер-класс «Винтаж из атласных лент»
16.00-18.00 Стенд 10/14	Мастер-класс «Техника шерстяной акварели»
16.00-18.00 Стенд 10/15	Мастер-класс «Цветок из фоамирана – роза»
16.00-18.00 Стенд 10/16	Мастер-класс «Ромашка-символ долголетия»

16.00-18.00 Стенд 10/17	Мастер-класс «Футляр для очков из фетра»
16.00-18.00 Стенд 10/18	Мастер-класс «Фурошики. Искусство упаковки подарков»
16.00-18.00 Стенд 10/19	Мастер-класс «Подставка для чашек в технике декупаж»
16.00-18.00 Стенд 10/20	Мастер-класс «Изготовление украшений, поделок в технике квиллинг»
16.00-18.00 Стенд 10/21	Мастер-класс «Мое творчество»
16.00-18.00 Стенд 10/22	Мастер-класс «Изделия из гобелена»
16.00-18.00 Стенд 10/23	Мастер-класс «Создание картин-аппликаций из пряжей разноцветной шерсти»
16.00-18.00 Стенд 10/24	Мастер-класс «Изготовление сувенирных кукол из ткани».
16.00-18.00 Стенд 10/25	Мастер-класс «Техника оформление декоративных деревянных заготовок»
16.00-18.00 Стенд 10/26	Мастер-класс «Изготовление поделок из соленого теста»

ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ

10.00–11.00 Зал 11/1	Мастер-класс гимнастика «Киокушин для всех» Преподаватель Карамышев А.С.
11.00–12.00 Зал 11/1	Показ и обучение комплексу упражнений на работу разных групп мышц Специалист по адаптивной физической культуре Храбров С.А.
12.00–13.00 Зал 11/1	Показательные занятия по специально разработанным для людей старшего возраста программам, включающие различные виды двигательной активности «ОФП» Инструктор Васильева Н.Н.
13.00–14.00 Зал 11/1	Комплекс упражнений разминки, комплекс обучающих упражнений как правильно ходить, «Скандинавская ходьба» Инструктор Дремина Н.В.
15.00–16.30 Зал 11/1	Мастер-класс «Движение – жизнь. Инструкция по применению» Руководитель Котешева И.А., кандидат мед. наук
16.30–17.30 Зал 11/1	Мастер класс «Ритмика» Преподаватель Чумаченко О.Н.
10.00–11.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису ЮВАО
11.00–12.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису, ЮВАО
12.00–13.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису, ЦАО
13.00–14.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису, ЦАО

14.00–15.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису, СЗАО
15.00–16.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису, СЗАО
16.00–17.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису, САО
17.00–18.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису, САО
10.00–10.30 Зал 11/3	Занятие 1. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
11.00–11.30 Зал 11/3	Занятие 2. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
12.00–12.30 Зал 11/3	Занятие 3. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
13.00–13.30 Зал 11/3	Занятие 4. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
14.00–14.30 Зал 11/3	Занятие 5. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
15.00–15.30 Зал 11/3	Занятие 6. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
16.00–16.30 Зал 11/3	Занятие 7. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
17.00–17.30 Зал 11/3	Занятие 8. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
10.30–11.00 Зал № 11/4	Мастер класс с использованием современных методик фитнес-программ для людей старшего возраста Тренер Ганин О.И.
11.30–12.00 Зал № 11/4	Физкультурно-оздоровительные занятия «Общая физическая подготовка» Тренер Васяткин В.П.
12.30–13.00 Зал № 11/4	Мастер-класс «Фитнес-латино» (основы стиля латиноамериканских танцев) Руководитель чемпион Москвы по фитнес-латине Скорнякова А.В.
13.30–14.00 Зал № 11/4	Танцевальная фитнес-программа на основе популярных латиноамериканских ритмов Преподаватель Малюта С.В.
14.30–15.00 Зал № 11/4	Мастер-класс «Гимнастика как рецепт долголетия» (показательное занятие под музыку) Инструктор Еремака Т.И.
15.30–16.00 Зал № 11/4	Мастер-класс «Оздоровительная гимнастика» Специалист Журок Э.Л.
16.30–17.00 Зал № 11/4	Мастер-класс «Самооборона» Тренер Степанов И.А
17.30–18.00 Зал № 11/4	Мастер-класс «Самооборона» Тренер Степанов И.А
10.00–12.00 Стенд 11/5	Мастер-класс Фитнес-тренажеры: велотренажер, степ-тренажер беговая дорожка, скамья для наклонов, гантели, мячи
10.00–12.00 Стенд 11/6	Мастер-класс-демонстрация общих физических упражнений Руководитель Ларкина И.В.

10.00–12.00 Стенд 11/7	Мастер-класс «Комплекс упражнений на работу разных групп мышц» Специалист по адаптивной физической культуре Храбров С.А.
10.00–12.00 Стенд 11/8	Мастер-класс «Сценическое движение» Преподаватель Лисова Л.И.
10.00–12.00 Стенд 11/9	Мастер-класс «Упражнения по оздоровительной гимнастике» Руководитель Филимонов Е.Р.
10.00–12.00 Стенд 11/10	Мастер-класс «Показательная программа суставной гимнастики» Рунова Н.Н.
10.00–12.00 Стенд 11/11	Мастер-класс «Суставная гимнастика, силовая гимнастика, занятия с гимнастической палкой» Фитнес-тренер Клочкин А.В.
10.00–12.00 Стенд 11/12	Мастер-класс «Оздоровительная гимнастика» Педагог Горина Г.А.
10.00–12.00 Стенд 11/13	Мастер-класс по общей физической подготовке «Будь здоров!» Тренер Якунин К.Э.
10.00–12.00 Стенд 11/14	Мастер-класс по разминке перед скандинавской ходьбой
12.00–14.00 Стенд 11/5	Мастер-класс Фитнес-тренажеры: велотренажер, степ-тренажер беговая дорожка, скамья для наклонов, гантели, мячи
12.00–14.00 Стенд 11/6	Мастер-класс «Показ и обучение комплексу упражнений на работу разных групп мышц» Преподаватель Храбров С.А.
12.00–14.00 Стенд 11/7	Занятие по общефизической подготовке «Включаем оба полушария!» Тренер Прудников Р.Э.
12.00–14.00 Стенд 11/8	Мастер-класс по силовым упражнениям Преподаватель Пехтерев В.Н.
12.00–14.00 Стенд 11/9	Показательные занятия и обучение скандинавской ходьбе Инструктор Москаленко В.В.
12.00–14.00 Стенд 11/10	Мастер-класс «Адаптивная и тонизирующая гимнастика» (гимнастика мозга) Педагог-нейропсихолог Качалова Е.П.
12.00–14.00 Стенд 11/11	Комплекс физических упражнений по «Общей физической подготовке» Тренер Евсюнина Т.В.
12.00–14.00 Стенд 11/12	Мастер-класс «Основы пилатеса» Руководители Овсянников Н.А., Тихонова С.А
12.00–14.00 Стенд 11/13	Теоретическая и практическая демонстрация занятий фитнеса, гимнастики и ЛФК Педагог Гершун Г.С.
12.00–14.00 Стенд 11/14	Мастер-классы по разминке перед скандинавской ходьбой.
14.00–16.00 Стенд 11/5	Мастер-класс Фитнес-тренажеры: велотренажер, степ-тренажер беговая дорожка, скамья для наклонов, гантели, мячи
14.00–16.00 Стенд 11/6	Мастер-класс «Шаг вперед. Адаптивная физкультура. 55+» (лечебная корригирующая гимнастика) Инструктор Макарова Н.В.
14.00–16.00 Стенд 11/7	Мастер-класс «Дыхательная гимнастика по Н. Стрельниковой» Руководитель Ситник Л.М.
14.00–16.00 Стенд 11/8	Мастер-класс «Здоровая спина» Инструктор Федоров И.С.

14.00–16.00 Стенд 11/9	Мастер-класс «Здоровое тело» Преподаватель Сергеев Д.Ю.
14.00–16.00 Стенд 11/10	Мастер-класс «Здоровый позвоночник» Преподаватель Полупанова Е.А.
14.00–16.00 Стенд 11/11	Мастер-класс «Движение – жизнь!» Преподаватель Славин Д.С.
14.00–16.00 Стенд 11/12	Мастер-класс по общей физической подготовке «Будь здоров!» Тренер Якунин К.Э.
14.00–16.00 Стенд 11/13	Мастер-класс «Вдохни жизнь полной грудью», дыхательная гимнастика, пилатес Волонтер Зотова М.А.
14.00–16.00 Стенд 11/14	Мастер-класс по разминке перед скандинавской ходьбой
16.00–18.00 Стенд 11/5	Мастер-класс «Фитнес-тренажеры: велотренажер, степ-тренажер беговая дорожка, скамья для наклонов, гантели, мячи»
16.00–18.00 Стенд 11/6	Мастер-класс по дыхательной гимнастике Преподаватель Стоне С.В.
16.00–18.00 Стенд 11/7	Мастер-класс по гимнастике с элементами пилатеса и стретчинга Преподаватель Валуева С.А.
16.00–18.00 Стенд 11/8	Мастер-класс «Здоровье в движении» Преподаватель Ариончи Н.Л.
16.00–18.00 Стенд 11/9	Мастер-класс «Пальчиковая гимнастика» для улучшения памяти, развития мышц рук Преподаватель Дроздова Н.В.
16.00–18.00 Стенд 11/10	Мастер-класс «Самооборона» Тренер Степанов И.А.
16.00–18.00 Стенд 11/11	Мастер-класс «Пилатес», освоение упражнений по контролю тела в пространстве Преподаватель Бегичева В.В.
16.00–18.00 Стенд 11/12	Мастер-класс по общей физической подготовке «Будь здоров!» Тренер Якунин К.Э.
16.00–18.00 Стенд 11/13	Мастер-класс пальчиковая гимнастика «В поисках сокровищ» Преподаватель Рейнюк В.Ю.
16.00–18.00 Стенд 11/14	Мастер-класс по разминке перед скандинавской ходьбой

2-й этаж

«ЧЕСТНЫЙ РАЗГОВОР»

10.00–12.00 Зал № 2	Семинар по лидерству Специалист Радислав Гандапас, лауреат книжной премии Рунета 2013
12:00–12.30 Зал № 2	Торжественное открытие Фестиваля-выставки «Московское долголетие 2018. Время новых возможностей» с участием членов Общественного совета пилотного проекта Мэра Москвы
13:00–18.00 Зал № 2	Интеллектуальный марафон «Возраст.Нет с участием 68 команд из всех районов Москвы

КЛУБ СУПЕРБАБУШЕК И СУПЕРДЕДУШЕК

10.00–18.00 Стенд 13/1	Мастер-класс по декоративной косметике «Возрастной макияж» Консультации ведущих косметологов марки MIRRA
10.00–18.00 Стенд 13/2	Мастер-классы: «Искусство завещать», «Дружим» с соседями по Закону», «Потребители, Ваши права!», «Осторожно! Мошенники!» Семейный юрист Моисеева М.М.
10.00–18.00 Стенд 13/3	Мастер-класс «Красивая осанка» Клуб СуперБабушек Москвы
10.00–18.00 Стенд 13/4	Мастер-класс «Чудо в тебе» Руководитель Смирнова Н.
10.00–18.00 Стенд 13/5	Мастер-класс «Искусство батика». Коллективная работа всех гостей – участников фестиваля
10.00–18.00 Стенд 13/6	Мастер-класс по визажу Ведущий Рошковская Т.

ДОМ И САД

10.00–18.00 Стенд 14/1	Семинар «Красивый сад легкого ухода» Ведущая Воронова О.
10.00–18.00 Стенд 14/1	Семинар «Эко-сад. Секреты экологического земледелия» Ведущая Воронова О.
10.00–18.00 Стенд 14/1	Мастер-класс «Как с помощью черной смородины решить все проблемы сада» Ведущая Воронова О.
10.00–18.00 Стенд 14/1	Мастер-класс «Делаем веселых ведьмочек быстро и легко» Руководитель Кудрина З.
10.00–18.00 Стенд 14/1	Мастер-класс «Вяжем крючком. Куклы как подарок и украшение интерьера» Руководитель Кудрина З.
10.00–18.00 Стенд 14/1	Мастер-класс «Аксессуары к одежде, вязанные крючком: быстро и оригинально» Руководитель Кудрина З.
10.00–18.00 Стенд 14/2 Стенд 14/3	Открытые мастер-классы от садоводов и огородников 1. Природное ЗемлеДелие: необходимость, принципы, результаты. 2. В чем нуждаются наши растения и как это им обеспечить 3. Создание устойчивого биоценоза 4. Питание растений. Наши помощники: микробы и микориза 5. Микро- и Макроэлементы: нужны ли они в природном земледелии 6-7. Весенние работы на приусадебном участке: сад, огород, цветник и газон 8-9. Вредители на приусадебном участке и методы борьбы с ними в рамках природного земледелия 10. Выращивание земляники садовой клубники, земляники ампельной ремонтантной 11. Редкие гости на приусадебном участке: жимолость, голубика, актинидии и лимонник 12. Огуречные хитрости: как подобрать сорта и создать условия 13. Почему не удастся рассада. 5 условий правильной рассады 14. Компостирование на дачном участке: компоненты, ускорение и использование 15. Мульчирование как основной прием восстановления плодородия наших почв
10.00–18.00 Стенд 14/4	Домоводство. Создание эко-упаковки (техника Фурашки)
10.00–18.00 Стенд 14/5	Лекция «Энергосбережение». Мастер-класс по уходу за растениями
10.00–18.00 Стенд 14/6	Мастер-классы

10.00–18.00 Стенд 14/7	Проект «Огород – круглый год»
10.00–18.00 Стенд 14/8	«Школа хороших манер» Руководитель Алексеенко Т.Ф.
10.00–18.00 Стенд 14/9.	Мастер класс по размножению и обрезке гортензий
10.00–18.00 Стенд 14/10	Мастер-классы Компании «Senior Group»
10.00–18.00 Стенд 14/11	Мастер-классы Компании «Senior Group»
10.00–18.00 Стенд 14/12	Мастер-классы Компании «Senior Group»
10.00–18.00 Стенд 14/13	Мастер-классы от компании «Владимирская роза»
10.00–18.00 Стенд 14/14	Мастер-классы от компании «Садовый инструмент»

СТИЛЬ И КРАСОТА

10.00–18.00 Стенд 15/1	Открытый мастер-класс по созданию стиля современной женщины «Утренний макияж и стиль» Ведущие Школы-студии Д. Винокурова
10.00–18.00 Стенд 15/2	Открытый мастер-класс по созданию стиля современной женщины «Спортивный макияж и стиль» Ведущие Школы-студии Д. Винокурова
10.00–18.00 Стенд 15/3	Открытый мастер-класс по созданию стиля современной женщины «Вечерний макияж и стиль» Ведущие Школы-студии Д. Винокурова

ОБРАЗОВАНИЕ «АРТМЕДИАШКОЛА АРИНЫ ШАРАПОВОЙ. ЛАБОРАТОРИЯ ТВОРЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ»

10.15–10.45 Стенд 16	Семинар «Психология добрых отношений» Руководитель Потапова М.Ю
11:00–11.30 Стенд 16	Семинар «Заботимся о красоте речи и голоса» Руководитель Петрашевич Д.А.
11:30–12.00 Стенд 16	Интерактивный артикуляционный тренинг «Эфир с телесуфлером»
12:15–12.45 Стенд 16	Семинар «Актерское мастерство как способ самореализации» Руководитель Саргсян Е.
13:00–14.00 Стенд 16	Презентация обучающей программы «Артмедиаобразование» и «Секреты мастерства в эфире» Руководитель Шарапова А.А., кандидат социологических наук
14.00–15.00 Стенд 16	Мастер-класс «Секреты мастерства работы в эфире» Руководитель Куницын М.Ю.
15.15–15.45 Стенд 16	Семинар «Актерское мастерство как способ самореализации» Руководитель Котихина Е.Н.

15.50–16.45 Стенд 16	Интерактивный артикуляционный тренинг «Эфир с телесуфлером»
17.00–17.30 Стенд 16	Семинар «Социальные сети. Работа и общение» Руководитель Месропова Е.Н.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ МОЗАИКА

10:00–11:00 Стенд 17	Занятие 1. «Как не стать жертвой финансовых мошенников» Московский городской педагогический университет
11:00–12:00 Стенд 17	Занятие 2. «Как не потерять и преумножить личные сбережения» Московский городской педагогический университет
12:00–13:00 Стенд 17	Занятие 3. «Супер-память (техника запоминания информации) Московский городской педагогический университет
13:00–14:00 Стенд 17	Занятие 4. «Ораторское мастерство» Московский городской педагогический университет
14:00–15:00 Стенд 17	Занятие 5. «С английским по жизни» Московский городской педагогический университет
15:00–16:00 Стенд 17	Занятие 6. «С английским по жизни» Московский городской педагогический университет
16:00–17:00 Стенд 17	Занятие 7. «Играем с внуками» Московский городской педагогический университет
17:00–18:00 Стенд 17	Занятие 8. «Играем с внуками» Московский городской педагогический университет

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

10:00–12:00 Стенд 18	Мастер-класс «Что такое ЗОЖ. Упражнения по саморегуляции» Руководитель Саркисян А.З.
12:00–14:00 Стенд 18	Лекция-семинар «Тревожность и стресс» Руководитель Шишаева Е.А.
14:00–15:00 Стенд 18	Мастер-класс «Остеопороз – проблема XXI века» Руководитель Войко Т.В.
15:00–17:00 Стенд 18	Лекция-презентация Руководитель Пивник Т.В.
17:00–18:00 Стенд 18	Мастер-класс «Ленивый винегрет». Приготовление салатов по принципу правильного питания Руководитель Гаврилова М.В.

ТАНЦЕВАЛЬНОЕ ТВОРЧЕСТВО

10.00- 12.30 Стенд 19	Концертная программа «Танцы для души» с мастер-классами. ЮВАО
12.30–14.00 Стенд 19	Концертная танцевальная программа «Танцы – наша жизнь» с мастер-классами. ЦАО
14.00 Стенд 19	Торжественное открытие площадки «Танцевальное творчество». Открывает президент российского танцевального союза, вице-президент Всемирной Федерации спортивных танцев Попов С.Г.
14.05–14.30 Стенд 19	Мастер-класс «Кадриль» Руководитель Попов С.Г.

14.30–16.00 Стенд 19	Показательные выступления участников и победителей танцевального конкурса «Возраст.NET» и Бала старшего поколения Хореограф-постановщик Лялин А.
16.00–16.40 Стенд 19	Программа Мастер-классов СЗАО
16.45–18.00 Стенд 19	Мастер-классы и презентация линейных танцев «Социальные танцы народов мира». САО

Программа мероприятий

27 апреля 2018 г.

1-й этаж

ШКОЛА АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

10.15–11.00 Конференц-зал № 1	Семинар «Долгожители: кто они? Как дожить до 100 лет? Известное и неизвестное» Тюхменев Е.А., канд. мед. наук, доцент, зав. консультативно-диагностическим отделением Российского геронтологического научно-клинического центра (РГНКЦ); Каштанова Д.А., канд. мед. наук, РГНКЦ
10.15–17.00 Конференц-зал № 1	Исследование «Исследование биологического возраста» Раннее выявление проблем со здоровьем и определение потребности в консультации врача-гериатра Исследование проводится БЕСПЛАТНО
11.00–12.00	Семинар «Жизнь с артериальной гипертонией: факты и мифы» Конференц-зал № 1 Лотерея «Лечение артериальной гипертонии в пожилом возрасте: 40 вопросов и ответов» Вручение призов победителям лотереи Лузина А.В., научный сотрудник лаборатории гериатрии, РГНКЦ
12.00–12.45 Конференц-зал № 1	Семинар «Правильное питание в пожилом возрасте» Дудинская Е.Н., канд. мед. наук, зав. лабораторией РГНКЦ; Онучина Ю.С., научный сотрудник лаборатории, РГНКЦ; Браилова Н.В., научный сотрудник лаборатории, РГНКЦ
12.45–14.30 Конференц-зал № 1	Анкетирование для раннего выявления нарушений памяти «Все ли хорошо с моей памятью?» Мхитарян Э.А., канд. мед. наук, зав. лабораторией, РГНКЦ
14.30–15.15 Конференц-зал № 1	Семинар «Мышечная слабость, усталость, «нет сил»: как в 70 чувствовать себя на 30» Наумов А.В., доктор мед. наук, проф., РГНКЦ
15.15–16.00 Конференц-зал № 1	Мастер-класс «Чтобы не было боли и слабости мышц: какие ежедневные упражнения нам нужны?» Наумов А.В., доктор мед. наук, проф., РГНКЦ
16.00–16.45 Конференц-зал № 1	Семинар «Как правильно принимать лекарства» Переверзев А.П., канд. мед. наук, РГНКЦ
16.45–18.00 Конференц-зал № 1	Анкетирование для раннего выявления проблем со здоровьем «На приеме у врача-гериатра: о чем сказать и о чем спросить?» Лотерея «Нотная азбука здоровья для пожилого человека: семь нот – четыре аккорда» Вручение призов Тюхменев Е.А., канд. мед. наук, доцент РГНКЦ
10:00–18:00 Стенд 3/1	Семинар «Комплексный подход к обеспечению занятости старшего поколения, содействие в трудоустройстве и социальной адаптации» Центр новых возможностей 50+ Семинар «Вовлечение в добровольческую деятельность, развитие серебряного волонтерства» Волонтерский центр «Серебряный возраст»
10:00–18:00 Стенд 3/2	Семинар «Сохранение и развитие когнитивных функций, профилактика и восстановление памяти и внимания» Центр когнитивных технологий и реабилитации «Мудрые движения»
10:00–18:00 Стенд 3/3	Семинар «Образовательные программы для старшего поколения» Университет «Серебряный возраст»

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

10:00–11:00 Стенд 4/1	«Социальные сети: секреты и возможности» Богданов М.С., МГПУ
11:00–12:00 Стенд 4/1	«Он-лайн сканворды, кроссворды, тесты и юмор в сети» Богданов М.С., МГПУ
12:00–13:00 Стенд 4/1	«Интернет-сервисы для путешествий» Сулимин Д.В., МГПУ
13:00–14:00 Стенд 4/1	Мастер-класс «Учусь делать видео» Богданов М.С., МГПУ
14:00–15:00 Стенд 4/1	«Информационные порталы и сервисы Москвы» Сулимин Д.В., МГПУ
15:00–16:00 Стенд 4/1	Мастер-класс «Как совершить покупку в интернет-магазине» Гусева К.Б., МГПУ
16:00–17:00 Стенд 4/1	Мастер-класс «Как разместить фотоматериалы в сети?» Сулимин Д.В., МГПУ
17:00–18:00 Стенд 4/1	Мастер-класс «Возможности youtube для образования» Гусева К.Б., МГПУ
10:00–11:00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Как правильно составить продающую презентацию» Тажетдинов Т., Академия социальных медиа
11:00–12:00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Как правильно составить продающую презентацию» Тажетдинов Т., Академия социальных медиа
12:00–13:00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Как создать с нуля свой канал на YouTube» Шамулина Л., Академия социальных медиа
13:00–14:00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Как создать с нуля свой канал на YouTube» Шамулина Л., Академия социальных медиа
14:00–15:00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Как создать с нуля свой канал на YouTube» Шамулина Л., Академия социальных медиа
15:00–16:00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Как создать с нуля свой канал на YouTube» Шамулина Л., Академия социальных медиа
16:00–17:00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Копирайтинг. Как писать коммерческие тексты» Жгенти О.
17:00–18:00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Копирайтинг. Как писать коммерческие тексты» Жгенти О.

ВОКАЛЬНОЕ ТВОРЧЕСТВО

10:00–17:00 Зал № 1	«Возраст.Net» для граждан зрелого и старшего возраста Ежегодный общегородской вокальный конкурс
------------------------	---

ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОЕ ИСКУССТВО

<p>10.00–12.00 Стенд 6/1 Стенд 6/2 Стенд 6/3 Стенд 6/4 Стенд 6/5 Стенд 6/6 Стенд 6/7 Стенд 6/8</p>	<p>Мастер-класс Народного художника РФ Александра Рукавишникова Мастер-класс по различным техникам рисования Педагог Беленко В. В. Мастер-класс по основам академического рисунка и живописи Педагог Кузнецов Р.Н. Мастер-класс по акварельной живописи Педагог Андриянова О.Ю. Мастер-класс «Рисование анти-стресс» Волонтер Ульяновков Д. А. Мастер-класс «Масляная живопись» Педагог Колесникова Т. Г. Мастер-класс «Роспись художественная» Педагог Макеева О.В. Мастер-класс «Народная роспись» Педагог Жалова Л.Е.</p>
<p>12.00–14.00 Стенд 6/1 Стенд 6/2 Стенд 6/3 Стенд 6/4 Стенд 6/5 Стенд 6/6 Стенд 6/7 Стенд 6/8</p>	<p>Мастер-класс Народного художника РФ Александра Рукавишникова Мастер-класс «Использование различных техник рисования» Кармалюк Д. М. Мастер-класс по выполнению художественного рисунка «Летнее поле» в классическом стиле Педагог Топал Н. Ф. Мастер-класс «Волшебная палитра» Преподаватель Кокуркина Д. Г. Мастер-класс «Каждый может научиться рисовать» Педагог Орехов Н. Н. Мастер-класс «Весенний город» Художник-архитектор Косицкий В. Я. Мастер-класс по различным техникам рисования Педагог Трегубкина А. Г. Мастер-класс по рисованию «Весенние цветы» (акварель) Реброва О. А.</p>
<p>14.00–16.00 Стенд № 6/1 Стенд № 6/2 Стенд № 6/3 Стенд № 6/4 Стенд № 6/5 Стенд № 6/6 Стенд № 6/7 Стенд № 6/8</p>	<p>Мастер-класс Народного художника РФ Александра Рукавишникова Мастер-класс по рисованию «Космос» Педагог Соловьев Н.А. Мастер-класс «Рисуем пастелью декоративный цветок» Педагог Елютина М.Ю. Мастер-класс по обучению рисованию для начинающих Педагог Ямковенко Л.Н. Мастер-класс по росписи магнитов в технике «мезенская роспись» Руководитель Меньшикова П.А. Мастер-класс «Мгновения весны» Педагог Кочарян А. Э. Мастер-класс по рисованию Художник Корото М. Б. Мастер-класс по ИЗО «Акварельные фантазии» Преподаватель Добраева А. В.</p>
<p>16.00–18.00 Стенд 6/1 Стенд 6/2 Стенд 6/3 Стенд 6/4 Стенд 6/5 Стенд 6/6 Стенд 6/7 Стенд 6/8</p>	<p>Мастер-класс Народного художника РФ Александра Рукавишникова Мастер-класс по рисунку «Цветущая магнолия» Волонтер Мишкина А.С. Мастер-класс по рисунку карандашом «Светотень» Преподаватель Абрамян А.А. Мастер-класс по рисунку «Мой друг» Волонтер Онищук О.Р. Мастер-класс по натюрморту Педагог Галицкая Е.Д. Мастер-класс «Традиционная русская живопись» (гжель и хохлома) Преподаватель Толмачева Е.Е. Мастер-класс «Цветочная пастораль» Обучение рисованию для начинающих Педагог Светлова А.И. Мастер-класс «Акварельная иллюстрация» Преподаватель Либерт В.С.</p>

ИГРЫ. ШАШКИ И ШАХМАТЫ

<p>10.00–12.00 Стенд 7</p>	<p>Чемпионат среди жителей Москвы по игре в шашки Восточный административный округ</p>
<p>12.00–14.00 Стенд 7</p>	<p>Чемпионат среди жителей Москвы по игре в шашки Северо-Восточный административный округ</p>

10.00–12.00 Стенд 7	Чемпионат среди жителей Москвы по игре в шашки Юго-Западный административный округ
10.00–12.00 Стенд 7	Чемпионат среди жителей Москвы по игре в шашки Троицко-Новомосковский административный округ
10.00–12.00 Стенд 8	Чемпионат среди жителей Москвы по игре в шахматы, Восточный административный округ
12.00–14.00 Стенд 8	Чемпионат среди жителей Москвы по игре в шахматы Северо-Восточный административный округ
10.00–12.00 Стенд 8	Чемпионат среди жителей Москвы по игре в шахматы Юго-Западный административный округ
10.00–12.00 Стенд 8	Чемпионат среди жителей Москвы по игре в шахматы Троицко-Новомосковский административный округ

ТУРИЗМ. ЭКСКУРСИИ

10.00–16.00 Стенд 9/1 Стенд 9/2 Стенд 9/3	Презентация проекта «Прогулки на природе». Путешествия по Москве Презентация проекта «Школа самозанятости». Мастер-класс по определению личных компетенций и умений. Способы получения дохода от продажи своих компетенций Презентация проекта «Народная библиотека» о бесплатном обмене книгами
--	---

ХУДОЖЕСТВЕННО-ПРИКЛАДНОЕ ТВОРЧЕСТВО И РУКОДЕЛИЕ

10.00–12.00 Стенд 10/1 Стенд 10/2 Стенд 10/3 Стенд 10/4 Стенд 10/5 Стенд 10/6 Стенд 10/7 Стенд 10/8 Стенд 10/9 Стенд 10/10 Стенд 10/11 Стенд 10/12 Стенд 10/13 Стенд 10/14 Стенд 10/15 Стенд 10/16 Стенд 10/17 Стенд 10/18 Стенд 10/19 Стенд 10/20 Стенд 10/21 Стенд 10/22 Стенд 10/23 Стенд 10/24 Стенд 10/25 Стенд 10/26	<p>Мастер-класс «Рамки для фото из гофро-картона» Педагог Элевич В.Н.</p> <p>Мастер-класс «Изготовление бабочек» Преподаватель Колесникова Т.Г.</p> <p>Мастер-класс «Канзаши, с применением других техник рукоделия»</p> <p>Мастер-класс «Современные техники декора» Руководитель Григорьева Е. М.</p> <p>Мастер-класс «Фитодизайн» Руководитель Григорьева Е.М.</p> <p>Мастер-класс «Бисероплетение» Руководитель Григорьева Е.М.</p> <p>Мастер-класс «Декупаж» Педагог Сафронова Т.Ю.</p> <p>Мастер-класс Педагог Егорова Н.К.</p> <p>Мастер-класс «Роспись по шелку (батик)» Педагог Колесникова Т. Г.</p> <p>Мастер-класс «Изготовление кукол, игрушек» Педагог Тролля А.В.</p> <p>Мастер-класс «Текстильный дизайн, кройка и шитье» Преподаватель Доепкина Е.В.</p> <p>Мастер-класс «Художественно-прикладное творчество, витражное искусство» Преподаватель Ткаченко Р. Н.</p> <p>Мастер-класс «Роспись по стеклу» Руководитель Анциферова И.С.</p> <p>Мастер-класс «Лоскутное шитье» Руководитель Домбровская Т. В.</p> <p>Мастер-класс «Карвинг» Педагог Ткаченко Р. Н.</p> <p>Мастер-класс «Керамика (глина, тестопластика)» Педагог Ткаченко Р. Н.</p> <p>Мастер-класс «Декупаж» Педагог Короткова Ю. В.</p> <p>Мастер-класс «Макраме» Педагог Темникова О. В.</p> <p>Мастер-класс «Декоративный дизайн» Руководитель Синенкова О. В.</p> <p>Мастер-класс «Вязание» Преподаватель Шубина И. В.</p> <p>Мастер-класс Руководитель Анциферова И. С.</p> <p>Мастер-класс «Вышивка» Преподаватель Ткаченко Р. Н.</p> <p>Мастер-класс «Изготовление аксессуаров для себя и для дома» Преподаватель Тролля А. В.</p> <p>Мастер-класс «Создание фигур-оригами» Культорганизатор Юдакова Н. А.</p> <p>Мастер-класс «Изготовление флористических композиций» Руководитель Домбровская Т. В.</p> <p>Мастер-класс «Дизайн костюма» Преподаватель Аверкиева М. А.</p>
--	---

12.00–14.00
Стенд 10/1
Стенд 10/2
Стенд 10/3
Стенд 10/4
Стенд 10/5
Стенд 10/6
Стенд 10/7
Стенд 10/8
Стенд 10/9
Стенд 10/10
Стенд 10/11
Стенд 10/12
Стенд 10/13
Стенд 10/14
Стенд 10/15
Стенд 10/16
Стенд 10/17
Стенд 10/18
Стенд 10/19
Стенд 10/20
Стенд 10/21
Стенд 10/22
Стенд 10/23
Стенд 10/24
Стенд 10/25
Стенд 10/26

Мастер-класс «Художественная живопись по стеклу»

Преподаватель Овчинникова П.А.

Мастер-класс

Мастер Сердюков Д. Н.

Мастер-класс «Флористика, фитодизайн»

Руководитель Маркова Е. А.

Мастер-класс «Флористика, фитодизайн»

Педагог Скворцова А. В.

Мастер-класс «Объемное конструирование фигурок из бумаги»

Педагог Кислякова А. А.

Мастер-класс «Лоскутное шитье, Обучение шитью в технике пэчворк – узоры из разных тканей, подобранных по фактуре и цвету»

Педагог Гияси И. В.

Мастер-класс «Художественное декорирование»

Педагог Бабаева К. А.

Мастер-класс «Изготовление аксессуаров и декоративных украшений в технике канзаши

Преподаватель Игнатьева М. В.

Мастер-класс «Вязание»

Преподаватель Носкова Е. А.

Мастер-класс «Чудо плетение»

Волонтер Скрипникова Л. К.

Мастер-класс «Роспись деревянных ложек и тарелок»

Преподаватель Спащенко Н. А.

Мастер-класс «Майская роза». Изготовление цветка из гофрированной бумаги с конфетой внутри

Руководитель Шмакова Е. Ю.

Мастер-класс «Вышивка атласными лентами»

Руководитель Кулагина Н. Б.

Мастер-класс «Бисеро-плетение»

Руководитель Галашина М. Л.

Мастер-класс «Плетение из газетной лозы»

Руководитель Сергеева Е. А.

Мастер-класс «Вышивка лентами»

Руководитель Андрачник А. Е.

Мастер-класс «Изготовление поделок в виде мозаики из нетрадиционных материалов (крупы)»

Преподаватель Куликова Л. А.

Мастер-класс «Изготовление текстильной куклы»

Руководитель Укладова С. Н.

Мастер-класс «Техника плетения для развития моторики рук»

Руководитель Сергеева Н. С.

Мастер-класс «Шариковая кукла-эльф»

Руководитель Уманец Н. И.

Мастер-класс «Изготовление кулонов, брошей из шерсти»

Педагог Тислова Н. К.

Мастер-класс «Изготовление кукол-кубышек»

Волонтер Владимирова Л. Н.

Мастер-класс «Вязание крючком»

Волонтер Полесовщикова Е. А.

Мастер-класс «Декоративная роспись деревянных изделий с демонстрацией образцов»

Преподаватель Сергеева Е. А.

Мастер-класс «Оригами»

Волонтер Перепелкина Г. Н.

Мастер-класс «Кусудамы» изготовление объемных фигур из бумаги

Волонтер Голубева Т. Б.

Мастер-класс «Волшебные коклюшки»

Волонтер Саттарова К. М.

14.00–16.00

Стенд 10/1

Стенд 10/2

Стенд 10/3

Стенд 10/4

Стенд 10/5

Стенд 10/6

Стенд 10/7

Стенд 10/8

Стенд 10/9

Стенд 10/10

Стенд 10/11

Стенд 10/12

Стенд 10/13

Стенд 10/14

Стенд 10/15

Стенд 10/16

Стенд 10/17

Стенд 10/18

Стенд 10/19

Стенд 10/20

Стенд 10/21

Стенд 10/22

Стенд 10/23

Стенд 10/24

Стенд 10/25

Стенд 10/26

Мастер-класс «Декупаж»

Педагог Шевалдина М. С.

Мастер-класс «Удивительный фоамиран»

Преподаватель Рыжкова Н. И.

Мастер-класс «Обереги из текстиля и бумаги»

Преподаватель Иванова О. И.

Мастер-класс «Изготовление открыток»

Преподаватель Вальк Л. А.

Мастер-класс «Квиллинг»

Преподаватель Попова А. С.

Мастер-класс «Декупаж»

Руководитель Питерская Н. Н.

Мастер-класс «Творческая мастерская Лулаки»

Преподаватель Дергунов А. В.

Мастер-класс «Секреты ремесла»: народная кукла-скрутка

Преподаватель Фролова Е. Н.

Мастер-класс «Расписная тарелочка»

Преподаватель Даничева А.Н.

Мастер-класс по росписи бутылок «Неожиданное перевоплощение»

Преподаватель Новинькова Н. В.

Мастер-класс «Роспись по ткани»

Преподаватель Зиброва О. В.

Мастер-класс «Вечная весна»: техника «Шерстяная акварель» и декор флауэр»

Педагоги Ключникова Н. В., Квасница Н. С.

Мастер-класс «Прядение»

Преподаватель Зайнудинова Е. А.

Мастер-класс «Бисер, плетение»

Преподаватель Калмыкова А. С.

Мастер-класс «Контурная роспись «Точка в точку»

Преподаватель Федорова В. А.

Мастер-класс «Модульное оригами»

Преподаватель Скобкина О. П.

Мастер-класс «Декупаж»

Преподаватель Плешкова Е. Ю.

Мастер-класс «Оригами»

Преподаватель Кошелкина Т. Б.

Мастер-класс «Открытый урок студии «Шелковая гармония»

Преподаватель Дорофеева И. В.

Мастер-класс по изготовлению бутаньерок «Веточка яблони», квиллинг

Волонтер Туршукова М. В.

Мастер-класс «Скраббукинг»

Преподаватель Василевская М.

Мастер-класс «Рукоделие из кожи»

Преподаватель Судакова М. В.

Мастер-класс «Бумагопластика»

Преподаватель Скобкина Т.И.

Мастер-класс «Оригами»

Преподаватель Орлова О. Д.

Мастер-класс «Трогательная скульптура»

Преподаватель Корсуа Т. Т.

16.00	Мастер-класс «Весенний узор». Обучение простой технике бисероплетения Преподаватель Сиова Г. С.
18.00	Мастер-класс «Брошь из шерсти-роза» Преподаватель Наумова Е. А.
Стенд 10/1	Мастер-класс «Основы карвинга» Преподаватель Куликова Н. С.
Стенд 10/2	Мастер-класс «Объемный гобелен» вид декоративно-прикладного искусства Преподаватель Овсеян Ю. Н.
Стенд 10/3	Мастер-класс «Журавлик счастья» (изготовление объемной фигурки их бумаги) Преподаватель Поздняк А. С.
Стенд 10/4	Мастер-класс «Сережки» (плетение особого вида кружев) Преподаватель Петкова Г. П.
Стенд 10/5	Мастер-класс «Кружевная салфетка» Преподаватель Панышева В. В.
Стенд 10/6	Мастер-класс по бразильской вышивке Преподаватель Моисеева Н. Ю.
Стенд 10/7	Мастер-класс «Изделия из лоскутов кожи» Преподаватель Володина Т. В.
Стенд 10/8	Мастер-класс «Гильоширование» Выжигание из ткани Педагог Дикарева М. Н.
Стенд 10/9	Мастер-класс «Дерево из пластиковых бутылок». Педагог Россихина Е. П.
Стенд 10/10	Преподаватель Замалинская В. А.
Стенд 10/11	Мастер-класс по изготовлению броши из атласных лент «Брошь-Виола»
Стенд 10/12	Мастер-класс по дизайну тканей «Эбру» Преподаватель Тутулина Н. Ю.
Стенд 10/13	Мастер-класс по изготовлению открыток Преподаватель Зинченко А. С.
Стенд 10/14	Мастер-класс «Изготовление мягких игрушек». Изготовление мягких игрушек из подручных материалов Руководитель Левинцова А. В.
Стенд 10/15	Мастер-класс «Украшение пасхальных яиц с помощью бисера» Руководитель Чумакова Н. А.
Стенд 10/16	Мастер-класс «Изготовление кукол» Преподаватель Никишаева Р. Д.
Стенд 10/17	Мастер-класс по валянию шерсти. Волонтер Меньшикова Е. Ю.
Стенд 10/18	Мастер-класс «Авиамоделирование» Руководитель Коннов А. Ю.
Стенд 10/19	Мастер-класс по скрабукингу Преподаватель Надикта Е. А.
Стенд 10/20	Мастер-класс по аппликации «Ветка сакуры» Преподаватель Кудряшова В. И.
Стенд 10/21	Мастер-класс по бисероплетению Руководитель Сизова И. Ю.
Стенд 10/22	Мастер-класс «История куклы-оберега на Руси и ее изготовление» Педагог Бунакова Е. Р.
Стенд 10/23	Мастер-класс по валянию шерсти «Доброе тепло» Педагог Пилюгина Е. В.
Стенд 10/24	Мастер-класс по изготовлению сувениров Педагог Казанцева О. М.
Стенд 10/25	Мастер-класс по вязанию «Испанский цветок» Преподаватель Терещенко С. М.
Стенд 10/26	

ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ

10.00–12.0 Зал 11/1	Мастер-класс гимнастика «Йога золотого возраста» Преподаватель Морозов И.
12.00–14.00 Зал 11/1	Разминка, базы упражнений на укрепление мышц, организма, растяжка Преподаватель Быкова О. А.
14.00–15.30 Зал 11/1	Мастер-класс гимнастика: дыхательная гимнастика. Преподаватель Мешкова Е. В.
15.30–16.30 Зал 11/1	Мастер-класс «Основы дыхания по Стрельниковой» Преподаватель Асаулян О. В.
16.39–17.30 Зал 11/1	Мастер-класс ритмика «Разучивание упражнений для старшего поколения с тренером» Педагог Гудкова Е. А.
10.00–11.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису Восточный административный округ

11.00–12.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису Восточный административный округ
12.00–13.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису Северо-Восточный административный округ
13.00–14.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису Северо-Восточный административный округ
14.00–15.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису Юго-Западный административный округ
15.00–16.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису Юго-Западный административный округ
16.00–17.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису Троицкий и Новомосковский административные округа
17.00–18.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису Троицкий и Новомосковский административные округа
10.00–10.30 Зал 11/3	Занятие 1. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
11.00–1.30 Зал 11/3	Занятие 2. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
12.00–12.30 Зал 11/3	Занятие 3. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
13.00–13.30 Зал 11/3	Занятие 4. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
14.00–14.30 Зал 11/3	Занятие 5. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
15.00–15.30 Зал 11/3	Занятие 6. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
16.00–16.30 Зал 11/2	Занятие 7. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
17.00–17.30 Зал 11/3	Занятие 8. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
10.00–12.00 Зал 11/4	Мастер-класс по бодрящей зарядке под музыкальное сопровождение Инструктор Решинская Н. М.
12.00–13.00 Зал 11/4	Физкультурно-оздоровительные занятия, включающие различные виды двигательной активности Преподаватель Смирнова О. В.
13.00–14.00 Зал 11/4	Гимнастика на футбольных мячах Преподаватель Носкова Е. А.
14.00–15.00 Зал 11/4	Мастер-класс «Фитнес на степ-платформах» Преподаватель Макарова А.
15.00–16.00 Зал 11/4	Мастер-класс «Танцевальная аэробика» Преподаватель Николаева Т. Б.
16.00–17.30 Зал 11/4	Мастер-класс по оздоровительной физкультуре Инструктор Ишангалиев Б. Б.

<p>10.00–12.00 Стенд 11/5 Стенд 11/6 Стенд 11/7 Стенд 11/8 Стенд 11/9 Стенд 11/10 Стенд 11/11 Стенд 11/12 Стенд 11/13 Стенд 11/14</p>	<p>Мастер-класс Фитнес/тренажеры: велотренажер, степ-тренажер беговая дорожка, скамья для наклонов, гантели, мячи Преподаватель Федоров В. И. Психологическая гимнастика Педагог-психолог Карцелли Н. С. Физическая активность для лиц старшего поколения Преподаватель Касицина Н. В. ОФП и Гимнастика Преподаватель Сысина Е. П. Фитнес «Движение жизнь» Преподаватель Ткаченко Р. Н. Скандинавская ходьба Ритмическая гимнастика Преподаватель Афолина Н. А. Мастер-классы по разминке перед скандинавской ходьбой</p>
<p>12.00–14.00 Стенд 11/5 Стенд 11/6 Стенд 11/7 Стенд 11/8 Стенд 11/9 Стенд 11/10 Стенд 11/11 Стенд 11/12 Стенд 11/13 Стенд 11/14</p>	<p>Мастер-класс «Фитнес-тренажеры: велотренажер, степ-тренажер беговая дорожка, скамья для наклонов, гантели, мячи» Преподаватели Дуняшев А. О., Чумакова М. М. Степ-аэробика Преподаватель Ртищева В. О. Пилатес Преподаватель Голощапова Ю. Ритмика и движение Преподаватель Гилязетдинова Е. П. Скандинавская ходьба Преподаватель Заплетнюк С. Г. Мастер-класс по различным техникам гимнастики для суставов рук и пальцев Руководитель Быкова И. В. Ритмическая гимнастика Преподаватель Афолина Н. А. Мастер-классы по разминке перед скандинавской ходьбой</p>
<p>14.00–16.00 Стенд 11/5 Стенд 11/6 Стенд 11/7 Стенд 11/8 Стенд 11/9 Стенд 11/10 Стенд 11/11 Стенд 11/12 Стенд 11/13 Стенд 11/14</p>	<p>Мастер-класс «Фитнес-тренажеры: велотренажер, степ-тренажер беговая дорожка, скамья для наклонов, гантели, мячи» Преподаватель Сергеева Н. В. Физкультурно-оздоровительные занятия Преподаватель Ласковски-Забазновски Общая физическая подготовка Преподаватель Реутова Ю. А. Мастер-класс Фитнес на степ-платформах Преподаватель Макарова Т. А. Мастер-класс «Общая физическая подготовка» Преподаватели Сазонова Н. И., Яковенко А. В. Мастер-класс, психофизический тренинг «Открытие» Преподаватель Косинец Е. И. Мастер-класс «Скретчинг» Преподаватель Мамаева С. И. Гимнастика: дыхательная гимнастика Преподаватель Мешкова Е. В. Мастер-классы по разминке перед скандинавской ходьбой</p>
<p>16.00–18.00 Стенд 11/5 Стенд 11/6 Стенд 11/7 Стенд 11/8 Стенд 11/9 Стенд 11/10 Стенд 11/11 Стенд 11/12 Стенд 11/13 Стенд 11/14</p>	<p>Мастер-класс «Фитнес-тренажеры: велотренажер, степ-тренажер беговая дорожка, скамья для наклонов, гантели, мячи» Мастер-класс в рамках программы «Культура ума» Методист Сафонова И. В. Скандинавская ходьба Тренер Рубцов Р. В. Адаптивная физкультура, групповые занятия по специально разработанным программам Тренер Смолянский П. Г. Мастер-класс по тибетской гимнастике Преподаватель Озерьянская Н. И. Гимнастика цигун Инструктор Белова О. В. ОФП (с элементами ушу) Преподаватель Юлдашев А. С. Мастер-класс «Скретчинг» Преподаватель Мамаева С. И. Дыхательная гимнастика Преподаватель Мешкова Е. В. Мастер-классы по разминке перед скандинавской ходьбой</p>

2-й этаж

«ЧЕСТНЫЙ РАЗГОВОР»

10.00–13.00 Зал № 2	Интеллектуальный марафон «Возраст.Нет», участвуют 64 команды из всех районов Москвы
13.00–17.30 Зал № 2	Программа «Честный разговор». Открытые беседы с деятелями искусства и кино

КЛУБ СУПЕРБАБУШЕК И СУПЕРДЕДУШЕК

10.00–18.00 Стенд 13/1 Стенд 13/2 Стенд 13/3 Стенд 13/4 Стенд 13/5 Стенд 13/6	<p>Мастер-класс по декоративной косметике «Возрастной макияж» Консультации ведущих косметологов марки MIRRA</p> <p>Мастер-классы: «Искусство завещать», «Дружим с соседями по Закону», «Потребители, Ваши права!», «Осторожно! Мошенники!» Семейный юрист Моисеева М.М.</p> <p>Мастер-класс «Красивая осанка» Клуб СуперБабушек Москвы</p> <p>Мастер-класс «Чудо в тебе» Руководитель Смирнова Н.</p> <p>Мастер-класс «Искусство батика». Коллективная работа всех гостей – участников фестиваля</p> <p>Мастер-класс по визажу Ведущий Рошковская Т.</p>
---	--

ДОМ И САД

10.00–18.00 Стенд 14/1	<p>Семинар «Красивый сад легкого ухода» Ведущая Воронова О.</p> <p>Семинар «Эко-сад. Секреты экологического земледелия» Ведущая Воронова О.</p> <p>Мастер-класс «Как с помощью черной смородины решить все проблемы сада» Ведущая Воронова О.</p> <p>Мастер-класс «Делаем веселых ведьмочек быстро и легко» Руководитель Кудрина З.</p> <p>Мастер-класс «Вяжем крючком. Куклы как подарок и украшение интерьера» Руководитель Кудрина З.</p> <p>Мастер-класс «Аксессуары к одежде, вязанные крючком: быстро и оригинально» Руководитель Кудрина З.</p>
10.00–18.00 Стенд 14/2 Стенд 14/3	<p>Открытые мастер-классы от садоводов и огородников</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Природное ЗемлеДелие: необходимость, принципы, результаты. 2. В чем нуждаются наши растения и как это им обеспечить 3. Создание устойчивого биоценоза 4. Питание растений. Наши помощники: микробы и микориза 5. Микро- и Макроэлементы: нужны ли они в природном земледелии 6-7. Весенние работы на приусадебном участке: сад, огород, цветник и газон 8-9. Вредители на приусадебном участке и методы борьбы с ними в рамках природного земледелия 10. Выращивание земляники садовой клубники, земляники ампельной ремонтантной 11. Редкие гости на приусадебном участке: жимолость, голубика, актинидии и лимонник 12. Огуречные хитрости: как подобрать сорта и создать условия 13. Почему не удается рассада. 5 условий правильной рассады 14. Компостирование на дачном участке: компоненты, ускорение и использование 15. Мульчирование как основной прием восстановления плодородия наших почв
10.00–18.00 Стенд 14/4 Стенд 14/5	<p>Домоводство. Создание эко-упаковки (техника Фурашики) Лекция «Энергосбережение». Мастер-класс по уходу за растениями</p>
10.00–18.00 Стенд 14/6	Мастер-классы
10.00–18.00 Стенд 14/7	Проект «Огород – круглый год»
10.00–18.00 Стенд 14/8.	<p>«Школа хороших манер» Руководитель Алексеенко Т.Ф.</p>
10.00–18.00 Стенд 14/9	Мастер класс по выращиванию рододендронов из семян. Зимостойкие виды рододендронов

10.00–18.00 Стенд 14/10	Мастер-классы Компании «Senior Group»
10.00–18.00 Стенд 14/11	Мастер-классы Компании «Senior Group»
10.00–18.00 Стенд 14/12	Мастер-классы Компании «Senior Group»
10.00–18.00 Стенд 14/13	Мастер-классы от компании Владимирская роза
10.00–18.00 Стенд 14/14	Мастер-классы от компании Садовый инструмент

СТИЛЬ И КРАСОТА

10.00–18.00 Стенд 15/1 Стенд 15/2 Стенд 15/3	Открытый мастер-класс по созданию стиля современной женщины «Утренний макияж и стиль» Открытый мастер-класс по созданию стиля современной женщины «Спортивный макияж и стиль» Открытый мастер-класс по созданию стиля современной женщины «Вечерний макияж и стиль» Ведущие Школы-студии Д. Винокурова
---	---

ОБРАЗОВАНИЕ «АРТМЕДИАШКОЛА АРИНЫ ШАРАПОВОЙ. ЛАБОРАТОРИЯ ТВОРЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ»

10.15–10.45 Стенд 16	Семинар «Психология добрых отношений» Руководитель Потапова М.Ю.
11:00–11.30 Стенд 16	Интерактивный артикуляционный тренинг «Эфир с телесуфлером»
11:30–12.00 Стенд 16	Презентация обучающей программы «Артмедиаобразование» и «Секреты мастерства в эфире» Руководитель Шарاپова А.А., кандидат социологических наук
12:15–12.45 Стенд 16	Семинар «Актерское мастерство как способ самореализации» Руководитель Саргсян Е.
13:00–14.00 Стенд 16	Семинар «Заботимся о красоте речи и голоса» Петрашевич Д.
14.00–15.00 Стенд 16	Журналистика и современные информационные технологии Руководитель Будников Р.В.
15.15–15.45 Стенд 16	Интерактивный артикуляционный тренинг «Эфир с телесуфлером»
15.50–16.45 Стенд 16	Семинар «Актерское мастерство как способ самореализации» Руководитель Саргсян Е.
17.00–17.30 Стенд 16	Семинар «Социальные сети. Работа и общение» Руководитель Месропова Е.Н.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ МОЗАИКА

10:00–11:00 Стенд 17	Занятие 1. «Супер-память (техника запоминания информации) Дмитриев Н.Л., Московский городской педагогический университет
11:00–12:00 Стенд 17	Занятие 2. «Ораторское мастерство» Дмитриев Н.Л., Московский городской педагогический университет

12.00–13.00 Стенд 17	Занятие 3. «Моя Москва (викторина)» Левинтов А.Е., Московский городской педагогический университет
13.00–14.00 Стенд 17	Занятие 4. «Природа Москвы» Левинтов А.Е., Московский городской педагогический университет
14.00–15.00 Стенд 17	Занятие 5. «Актуальные вопросы наследования» Подзарей Т.Ф., Московский городской педагогический университет
15.00–16.00 Стенд 17	Занятие 6. «Жилищное законодательство в современных условиях» Подзарей Т.Ф., Московский городской педагогический университет
16.00–17.00 Стенд 17	Занятие 7. «Как стать волонтером» Рекова А.Л. Московский городской педагогический университет
17.00–18.00 Стенд 17	Занятие 8. «Барьеры общения разных поколений» Молодцова С.А., Московский городской педагогический университет

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

10.00–12.00 Стенд 18	Интерактивное занятие по здоровому образу жизни Врачи Гагиева З.К., Пивник Т.В.
12.00–13.00 Стенд 18	«Оказание первой помощи в трудной жизненной ситуации. Лечебная физкультура» Спасатель МЧС Алюнина А.А.
13.00–14.00 Стенд 18	«Здоровье желудочно-кишечного тракта» Специалист нутрициолог Рогачевская Е.А.
14.00–15.00 Стенд 18	Оказание первой помощи в трудной жизненной ситуации. Лечебная физкультура Спасатель МЧС Алюнина А.А.
15.00–16.00 Стенд 18	Мастер-класс по гипертонической болезни. Круглый стол «Первичная и вторичная профилактика гипертонической болезни». Обучение измерению артериального давления, рекомендации по питанию, образу жизни и физической активности при гипертонической болезни Врач Полякова Н.О.
16.00–17.00 Стенд 1800	Мастер-класс по эндокринологии. Круглый стол «Профилактика и выявление остеопороза у пациентов старшей возрастной группы» Врачи Сафронова Т.И., Белобородова Е.В.
17.00–18.00 Стенд 18	Школа здоровья с целью увеличения доли лиц, владеющих навыками доврачебной помощи и организации жизни с учетом имеющегося заболевания. Демонстрация фильма «Хочу жить долго» Врач Соина Л.В.

ТАНЦЕВАЛЬНОЕ ТВОРЧЕСТВО

10.00–12.00 Стенд 19	Программа Мастер-классов ВАО
12.00–14.00 Стенд 19	Концертная программа хореографических коллективов СВАО
14.00–16.00 Стенд 19	Мастер-классы и концертная программа ЮЗАО
16.00–18.00 Стенд 19	Выступление участников хореографических коллективов ТиНАО

Программа мероприятий

28 апреля 2018 г.

1-й этаж

ШКОЛА АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

10.15–11.00 Конференц-зал № 1	Семинар «Долгожители: кто они? Как дожить до 100 лет? Известное и неизвестное» Тюхменев Е.А., канд. мед. наук, доцент, зав. консультативно-диагностическим отделением Российского геронтологического научно-клинического центра (РГНКЦ); Каштанова Д.А., канд. мед. наук, РГНКЦ
11.00–11.40 Конференц-зал № 1	Исследование «Исследование биологического возраста» Раннее выявление проблем со здоровьем и определение потребности в консультации врача-гериатра Исследование проводится БЕСПЛАТНО
11.40–12.20 Конференц-зал № 1	Семинар «Жизнь с артериальной гипертензией: факты и мифы» Лотерея «Лечение артериальной гипертензии в пожилом возрасте: 40 вопросов и ответов» Вручение призов победителям лотереи Лузина А.В., научный сотрудник лаборатории гериатрии, РГНКЦ
12.20–13.00 Конференц-зал № 1	Семинар «Правильное питание в пожилом возрасте» Дудинская Е.Н., канд. мед. наук, зав. лабораторией РГНКЦ; Онучина Ю.С., научный сотрудник лаборатории, РГНКЦ; Браилова Н.В., научный сотрудник лаборатории, РГНКЦ
13.00–13.45 Конференц-зал № 1	Анкетирование для раннего выявления нарушений памяти «Все ли хорошо с моей памятью?» Мхитарян Э.А., канд. мед. наук, зав. лабораторией, РГНКЦ
13.45–14.30 Конференц-зал № 1	Семинар «Мышечная слабость, усталость, «нет сил»: как в 70 чувствовать себя на 30» Наумов А.В., доктор мед. наук, проф., РГНКЦ
14.30–15.00 Конференц-зал № 1	Мастер-класс «Чтобы не было боли и слабости мышц: какие ежедневные упражнения нам нужны?» Наумов А.В., доктор мед. наук, проф., РГНКЦ
15.00–15.30 Конференц-зал № 1	Семинар «Как правильно принимать лекарства» Переверзев А.П., канд. мед. наук, РГНКЦ
15.30–16.00 Конференц-зал № 1	Анкетирование для раннего выявления проблем со здоровьем «На приеме у врача-гериатра: о чем сказать и о чем спросить?» Лотерея «Нотная азбука здоровья для пожилого человека: семь нот – четыре аккорда». Вручение призов Тюхменев Е.А., канд. мед. наук, доцент РГНКЦ

ОБЩЕСТВЕННОЕ ДВИЖЕНИЕ «СЕРЕБРЯНЫЕ ВОЛОНТЕРЫ МОСКВЫ»

10:00–16:00 Стенд 3/1	Семинар «Комплексный подход к обеспечению занятости старшего поколения, содействие в трудоустройстве и социальной адаптации» Центр новых возможностей 50+ Семинар «Вовлечение в добровольческую деятельность, развитие серебряного волонтерства» Волонтерский центр «Серебряный возраст»
10:00–16:00 Стенд 3/2	Семинар «Сохранение и развитие когнитивных функций, профилактика и восстановление памяти и внимания» Центр когнитивных технологий и реабилитации «Мудрые движения»
10:00–16:00 Стенд 3/3	Семинар «Образовательные программы для старшего поколения» Университет «Серебряный возраст»

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

10:00–11:00 Стенд 4/1	Мастер-класс «Он-лайн игры для тренировки памяти, мышления и внимания» Григорьева В.В., МГПУ, «Серебряный университет»
11:00–12:00 Стенд 4/1	Мастер-класс «Он-лайн сканворды, кроссворды, тесты и юмор в сети» Григорьева В.В., МГПУ, «Серебряный университет»

12.00–13.00 Стенд 4/1	Мастер-класс «Социальные сети: секреты и возможности» Богданов М.С., МГПУ, «Серебряный университет»
13.00–14.00 Стенд 4/1	Мастер-класс «Интернет-сервисы для путешествий» Сулимин Д.В., МГПУ, «Серебряный университет»
14.00–15.00 Стенд 4/1	Мастер-класс «Информационные порталы и сервисы Москвы» Григорьева В.В., МГПУ, «Серебряный университет»
15.00–16.00 Стенд 4/1	Мастер-класс «Социальные сети: секреты и возможности» Богданов М.С., МГПУ, «Серебряный университет»
10.00–12.00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Почему надо бросить все и открыть свой канал в социальных сетях» Тажетдинов Т., Академия социальных медиа
12.00–14.00 Стенд 4/2	Мастер-класс «Сеть Instagram» Левин В., Академия социальных медиа

ВОКАЛЬНОЕ ТВОРЧЕСТВО

10.00–12.00 Зал № 1 (стенд 5)	Концертная программа «Споемте, друзья» ЗАО
12.30–13.50 Зал № 1 (стенд 5)	Программа Мастер-классов ЮЗАО
13.50 Зал № 1 (стенд 5)	Выступление вокалистов СВАО
14.00–14.30 Зал № 1 (стенд 5)	Концертная программа коллективов ЗелАО
14.30–15.30 Зал № 1 (стенд 5)	Программа Мастер-классов ЮАО

ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОЕ ИСКУССТВО

10.00–12.30 Стенд 6/1 Стенд 6/2 Стенд 6/3 Стенд 6/4 Стенд 6/5 Стенд 6/6 Стенд 6/7 Стенд 6/8	Мастер-класс Народного художника РФ Александра Рукавишникова Мастер-класс «Овладение техникой живописи» Преподаватель Светличная И.В. Мастер-класс «Тематический коллаж, индивидуальное и коллективное творчество» Педагог Ронина А.Л. Мастер-класс по живописи Преподаватель Котова Е.Ю. Мастер-класс по рисованию техника «Масло» Педагог Джичоная М.В. Мастер-класс живопись «Пионы в вазе» Педагог Вартапетян А.Р. Мастер-класс «Московская палитра» Педагог Кузнецова Е.М. Мастер-класс «Городецкая роспись» Педагог Кагорлицкая В.А.
---	--

12.30-14.00 Стенд 6/1 Стенд 6/2 Стенд 6/3 Стенд 6/4 Стенд 6/5 Стенд 6/6 Стенд 6/7 Стенд 6/8	<p>Мастер-класс Народного художника РФ Александра Рукавишникова Мастер-класс «Рисование. Техника акварель» Преподаватель Минаждинова В.И.</p> <p>Мастер-класс «Летний пейзаж» Преподаватель Горохова А.Г.</p> <p>Мастер-класс «Китайская живопись у-син» Преподаватель Якубова Н.А.</p> <p>Мастер-класс «Праздничная открытка» Преподаватель Ушкина Г.Н.</p> <p>Мастер-класс «Классический рисунок. Графика». Выполнение рисунка карандашамй различной мягкости и твердости Преподаватель Еланская О.А.</p> <p>Мастер-класс «Рисование антистресс» Преподаватель Ушакова Н.В.</p> <p>Мастер-класс «Арт-терапия в домашних условиях». Выполнение рисунка с проработкой проблемной ситуации посредством творчества Преподаватель Мачнева Е.А.</p>
---	---

14.00-16.00 Стенд 6/1 Стенд 6/2 Стенд 6/3 Стенд 6/4 Стенд 6/5 Стенд 6/6 Стенд 6/7 Стенд 6/8	<p>Мастер-класс Народного художника РФ Александра Рукавишникова Мастер-класс по живописи Преподаватель Хромых Н.В.</p> <p>Мастер-класс по живописи в технике гуашь «Натюрморт с фруктами» Преподаватель Сыромятникова Н.В.</p> <p>Мастер-класс по рисунку Преподаватель Ермолаева Ю.И.</p> <p>Мастер-класс «Рисунок красками на мольберте» Преподаватель Загоскина Л.</p> <p>Мастер-класс по рисованию в акварельной технике Преподаватель Асвацатурова Н.С.</p> <p>Мастер-класс «Рисовать может каждый» Преподаватель Иванова Н.И.</p> <p>Мастер-класс по обучению основам живописи, рисунку и композиции, обучению навыкам работы с акварелью, гуашью, акриловыми красками Волонтер Безрукова Л.В.</p>
---	--

ИГРЫ: ШАШКИ И ШАХМАТЫ

10:00-11.30 Стенд 7	Чемпионат по игре в шашки среди жителей Москвы Западного административного округа
11:30-13.00 Стенд 7	Чемпионат по игре в шашки среди жителей Москвы Зеленоградского административного округа
13:00-14.30 Стенд 7	Чемпионат по игре в шашки среди жителей Москвы Северо-западного административного округа
10:00-11.30 Стенд 8	Чемпионат по блиц игре в шахматы среди жителей Москвы Западного административного округа
11:30-13.00 Стенд 8	Чемпионат по блиц игре в шахматы среди жителей Москвы Зеленоградского административного округа
13:00-14.30 Стенд 8	Чемпионат по блиц игре в шахматы среди жителей Москвы Северо-западного административного округа

ТУРИЗМ. ЭКСКУРСИИ

10.00-14.00 Стенд 9/1 Стенд 9/2 Стенд 9/3	<p>Презентация проекта «Прогулки на природе». Путешествия по Москве</p> <p>Презентация проекта «Школа самозанятости». Мастер-класс по определению личных компетенций и умений. Способы получения дохода от продажи своих компетенций</p> <p>Презентация проекта «Народная библиотека» о бесплатном обмене книгами</p>
--	---

ХУДОЖЕСТВЕННО-ПРИКЛАДНОЕ ТВОРЧЕСТВО И РУКОДЕЛИЕ

10.00-12.30
Стенд 10/1
Стенд 10/2
Стенд 10/3
Стенд 10/4
Стенд 10/5
Стенд 10/6
Стенд 10/7
Стенд 10/8
Стенд 10/9
Стенд 10/10
Стенд 10/11
Стенд 10/12
Стенд 10/13
Стенд 10/14
Стенд 10/15
Стенд 10/16
Стенд 10/17
Стенд 10/18
Стенд 10/19.
Стенд 10/20
Стенд 10/21
Стенд 10/22
Стенд 10/23
Стенд 10/24
Стенд 10/ 25
Стенд 10/26

Мастер-класс «Открытка – объемные цветы»

Педагог Семенова А.В.

Мастер-класс «Объемные цветы»

Преподаватель Абдулмеджидова Д.М.

Мастер-класс по изготовлению обрядовых кукол

Преподаватель Сеница С.П.

Мастер-класс «Кофейная гризайль»

Волонтер Королева Г.И.

Мастер-класс «Изготовление мягкой игрушки»

Преподаватель Плешакова Н.В.

Мастер-класс «Сувенир своими руками»

Преподаватель Крапивина Т.А.

Мастер-класс «Сувенир своими руками»

Педагог Лойко А.Е.

Мастер-класс «Изготовление чулочной куклы»

Преподаватель Кулакова О.В.

Мастер-класс «Текстильная игрушка»

Преподаватель Жукова О.И.

Мастер-класс по 3D макраме

Волонтер Воронина И.А.

Мастер-класс «Бумагопластика-айрис, фолдинг, оригами»

Преподаватель Козлова М.А.

Мастер-класс «Брошь в стиле бохо»

Педагог Кузнецова Л.А.

Мастер-класс «Баночка варенья»

Художественный руководитель Панченко О.Г.

Мастер-класс «Изготовление закладки»

Руководитель Мамаева Е.В.

Мастер-класс «Роспись по дереву»

Преподаватель Ворцепнева Д.В.

Мастер-класс по квиллингу

Педагог Токарева А.В.

Мастер-класс по рукоделию

Педагог Афанасьева А.С.

Мастер-класс по изготовлению авторской куклы

Преподаватель Карпенко Е.Е.

Мастер-класс «Активное рисование»

Педагог Тандуева О.Т.

Мастер-класс «Бижутерия в технике сухого валяния»

Волонтер Лобанова Н.А.

Мастер-класс «Декоративный натюрморт3D»

Педагог Миронова Л.В.

Мастер-класс шкатулка – фолиант

Преподаватель Горшелева Н.Я.

Мастер-класс «Оригами своими руками»

Волонтер Безгина Т.И.

Мастер-класс «Бисероплетение»

Волонтер Глушакова Т.С.

Мастер-класс «Сувениры в технике декупаж»

Педагог Мальцева Е.П.

Мастер-класс «Декор подставок под горячее»

Специалист Динчич Н.В.

12.30-14.00
Стенд 10/1
Стенд 10/2
Стенд 10/3
Стенд 10/4
Стенд 10/5
Стенд 10/6
Стенд 10/7
Стенд 10/8
Стенд 10/9
Стенд 10/10
Стенд 10/11
Стенд 10/12
Стенд 10/13
Стенд 10/14
Стенд 10/15
Стенд 10/16
Стенд 10/17
Стенд 10/18
Стенд 10/19.
Стенд 10/20
Стенд 10/21
Стенд 10/22
Стенд 10/23
Стенд 10/24
Стенд 10/ 25
Стенд 10/26

Мастер-класс «Изготовление цветов в технике «Свитдизайн»

Преподаватель Панкова Н.В.

Мастер-класс «Игрушка из фетра», «Бисероплетение»

Преподаватель Буданова О.В.

Мастер-класс «Изготовление декоративного панно техникой декупаж»

Руководитель Мурсалимова Р.А.

Мастер-класс «Изготовление миниатюры из шерсти»

Руководитель Ворожцова Л.Н.

Мастер-класс «Изготовление кукол, игрушек»

Руководитель Плешакова Н.В.

Мастер-класс «Сувенир своими руками»

Преподаватель Крапивина Т.А.

Мастер-класс «Оригамушка»

Преподаватель Васильева О.С.

Мастер-класс по лепке из глины

Преподаватель Сарибекян С.И.

Мастер-класс «Текстильная игрушка»

Преподаватель Жукова О.Н.

Мастер-класс «Макраме»

Волонтер Воронина И.А.

Мастер-класс «Вязание»

Руководитель Антонян И.Р.

Мастер-класс по вышивке лентами

Руководитель Дегтярева Е.А.

Мастер-класс «Изготовление кукол, игрушек»

Руководитель Денискина Е.В.

Мастер-класс «Игрушка из носка»

Руководитель Романова Т.В.

Мастер-класс «Кукла-Веснянка»

Руководитель Капустина Г.П.

Мастер-класс «Изготовление цветов из одноразовой посуды»

Руководитель Пронина С.С.

Мастер-класс по изготовлению открыток из бумаги

Преподаватель Грибкова Е.А.

Мастер-класс по валянию из шерсти

Преподаватель Шадрова А.Н.

Мастер-класс «Текстильный дизайн, кройка, шитье». Изготовление бус в технике жмурение

Руководитель Балакирева Н.Х.

Мастер-класс по изготовлению цветов из салфеток

Руководитель Аржакова С.В.

Мастер-класс «Птичья брошь» с использованием шерстяных ниток, фурнитуры и крючка для вязания

Руководитель Азовцева-Берестенко Е.В.

Мастер-класс «Изготовление аксессуаров и декоративных украшений»: брошь из фомирана

Руководитель Митюнина К.И.

Мастер-класс «Оригами своими руками»

Волонтер Безгина Т.И.

Мастер-класс «Бисероплетение»

Волонтер Глушакова Т.С.

Мастер-класс по изготовлению оберегов «Ангел»

Волонтер Лобанова Н.А.

Мастер-класс «Декор подставок под горячее»

Преподаватель Динчич Н.В.

14.00-16.00	<p>Мастер-класс «Изготовление текстильной куклы – оберег» Преподаватель Анисимова О.А.</p> <p>Мастер-класс «Изготовление саше с различными наполнителями» Преподаватель Чертова И.М.</p> <p>Мастер-класс по художественно-прикладному творчеству. Вязание без спиц Руководитель Ключникова Л.</p> <p>Мастер-класс по художественно-прикладному творчеству. Валяние Руководитель Шетушина Д.</p> <p>Мастер-класс по художественно-прикладному творчеству. Декупаж, фетровые маски для сна Руководитель Христофорова А.</p> <p>Мастер-класс по изготовлению сувениров в различных техниках Руководитель Реснянская С.В.</p> <p>Мастер-класс по вышивке лентами Преподаватель Горбань З.И.</p> <p>Мастер-класс по изготовлению тряпичных кукол, цветов из полимерной глины Преподаватель Данченкова А.И.</p> <p>Мастер-класс по изготовлению изделий в технике «Вязаный пэчворк» Преподаватель Коняева Л.П.</p> <p>Мастер-класс по бисероплетению Руководитель Гейн Т.И.</p> <p>Мастер-класс по «Декупаж» Руководитель Осипова Л.Д.</p> <p>Мастер-класс в технике «Рисование и живопись» Руководитель Солонин Ю.Н.</p> <p>Мастер-класс по изготовлению картин из солёного теста Руководитель Лайкова Т.А.</p> <p>Мастер-класс по изготовлению русских кукол оберегов с использованием сухих трав, круп, монет Руководитель Железнова Е.С.</p> <p>Мастер-класс по созданию клипс для штор Преподаватель Горбунова Н.А.</p> <p>Мастер-класс «Волшебные узоры» Руководитель Ставровская Л.Н.</p> <p>Мастер-класс «Пошив мягкой игрушки» Руководитель Румянцева А.С.</p> <p>Мастер-класс «Квиллинг» Руководитель Горькова М.А.</p> <p>Мастер-класс по изготовлению сувениров Педагог Чевелева Л.В.</p> <p>Мастер-класс «Роспись по дереву» Преподаватель Смолина С.Ф.</p> <p>Мастер-класс «Сувенир ангел» Руководитель Тарасова Ю.В.</p> <p>Мастер-класс «Волшебный мир бусинки» Руководитель Ильина Г.Г.</p> <p>Мастер-класс по лепке из солёного теста Руководитель Казанцева Т.Л.</p> <p>Мастер-класс по поделке из атласных лент Руководитель Ляпунова О.Ю.</p> <p>Мастер-класс по аксессуарам из фетра Руководитель Макулькина Н.П.</p> <p>Мастер-класс «Мыловарение» Руководитель Нестерова Е.А.</p>
Стенд 10/1	
Стенд 10/2	
Стенд 10/3	
Стенд 10/4	
Стенд 10/5	
Стенд 10/6	
Стенд 10/7	
Стенд 10/8	
Стенд 10/9	
Стенд 10/10	
Стенд 10/11	
Стенд 10/12	
Стенд 10/13	
Стенд 10/14	
Стенд 10/15	
Стенд 10/16	
Стенд 10/17	
Стенд 10/18	
Стенд 10/19.	
Стенд 10/20	
Стенд 10/21	
Стенд 10/22	
Стенд 10/23	
Стенд 10/24	
Стенд 10/ 25	
Стенд 10/26	

ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ

10.00–12.00 Зал 11/1	<p>Мастер-класс по суставной гимнастике «Легкая походка» Инструктор Илюхина С.Н.</p>
12.00–13.30 Зал 11/1	<p>Гимнастика с резиновыми петлями Преподаватель Денисова В.Н.</p>
13.30–14.30 Зал 11/1	<p>Мастер-класс по дыхательной гимнастике цигун Преподаватель Клочкова Т.П.</p>
14.30–15.30 Зал 11/1	<p>Гимнастика молодости. Формирование здорового образа жизни, укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие (развитие физических качеств как: выносливость, способствует улучшению координации движения). Пешая разминка, упражнения, построенные на укреплении и тонизировании мышц тела, приведения организма в состояние покоя (самомассаж, дыхательные упражнения) Преподаватель Степанова А.М.</p>

10.00–11.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису, ЗАО
11.00–12.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису, ЗАО
12.00–13.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису, ЗелАО
13.00–14.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису, ЗелАО
14.00–15.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису, ЮАО
15.00–16.00 Зал 11/2	Чемпионат по настольному теннису, ЮАО
10.00–10.30 Зал 11/3	Занятие 1. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
11.00–11.30 Зал 11/3	Занятие 2. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
12.00–12.30 Зал 11/3	Занятие 3. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
13.00–13.30 Зал 11/3	Занятие 4. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
14.00–14.30 Зал 11/3	Занятие 5. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
15.00–15.30 Зал 11/3	Занятие 6. Танцевальная фитнес-программа ZumbaGold@
10.30–11.00 Зал № 11/4	Мастер-класс по мышечной гимнастике Педагог Беликов Д.А.
11.00–12.00 Зал № 11/4	Мастер-класс по аэробике Педагог Слепова Н.В.
12.00–14.00 Зал № 11/4	Оздоровительная гимнастика для возрастных категорий Преподаватель Тарасов В.В.
14.00–15.30 Зал № 11/4	Гимнастика 50+. Занятия с использованием современных методик фитнес-программ для людей старшего возраста Преподаватель Загrevская А.Ю.
10.00–12.00 Стенд 11/5 Стенд 11/6 Стенд 11/7 Стенд 11/8 Стенд 11/9 Стенд 11/10 Стенд 11/11 Стенд 11/12 Стенд 11/13 Стенд 11/14	Мастер-класс Фитнес-тренажеры: велотренажер, степ-тренажер беговая дорожка, скамья для наклонов, гантели, мячи Мастер-класс по городошному спорту Мастер спорта по городошному спорту Данильченко А.И. Мастер-класс «Час ритмики» Преподаватель Локтева О.М. Мастер-класс «Здоровье» занятия по тонизирующей гимнастике, дыхательным упражнениям и корригирующей гимнастике для глаз Преподаватель Фролов В.В. Мастер-класс по физической подготовке «Зарядка от нас – здоровье для Вас» Педагог Николаев В.В. Мастер-класс по аэробике. Преподаватель Макарова С.Н. Мастер-класс по гимнастике Тренер Клемашин А.В. Мастер-класс по гимнастике Старший инструктор-методист Герасимова О.А. Мастер-класс по фитнесу (растяжка, работа с предметами, ритмическая гимнастика) Тренер Янчук С.Л. Мастер-классы по разминке перед скандинавской ходьбой, раздача информационных листовок, лекции по технике и истории Северной ходьбы

<p>12.00–14.00 Стенд 11/5 Стенд 11/6 Стенд 11/7 Стенд 11/8 Стенд 11/9 Стенд 11/10 Стенд 11/11 Стенд 11/12 Стенд 11/13 Стенд 11/14</p>	<p>Мастер-класс «Фитнес-тренажеры: велотренажер, степ-тренажер беговая дорожка, скамья для наклонов, гантели, мячи» Мастер-класс «Физкультурно-оздоровительные занятия: ОФП с элементами адаптивной физической культуры» Преподаватель Аликуева Е.В. Мастер-класс «Ритмика и движение: занятие на основе синтеза гимнастики, физкультуры и элементов хореографического искусства» Преподаватель Григорьев П.В. Мастер-класс «Гимнастика» Преподаватель Полосина Н.В. Мастер-класс «Адаптивная и тонизирующая гимнастика: занятие с разминкой и растяжки, включением силовых и ритмических упражнений» Преподаватели: Ибрагимова Е.А., Минаева Д.Д. Мастер-класс «Дыхательная гимнастика: оздоровительный цигун, дыхательная практика, акупрессура, «ней ян гун цигун» Преподаватель Балабин Л.В. Мастер-класс «Занятия йогой: хатха-йога для пожилых, растяжка, дыхательные упражнения» Преподаватель Белова Д.В. Мастер-класс «Корректирующая гимнастика для глаз» Преподаватель Рассказова М.В. Мастер-класс «Физкультурно-оздоровительные занятия» Преподаватель Юртаев П.В. Мастер-классы по разминке перед скандинавской ходьбой</p>
<p>14.00–16.00 Стенд 11/5 Стенд 11/6 Стенд 11/7 Стенд 11/8 Стенд 11/9 Стенд 11/10 Стенд 11/11 Стенд 11/12 Стенд 11/13 Стенд 11/14</p>	<p>Мастер-класс «Фитнес-тренажеры: велотренажер, степ-тренажер беговая дорожка, скамья для наклонов, гантели, мячи» Мастер-класс «Физическая активность, спортивный инструктор по скандинавской ходьбе» Преподаватель Руссу Л.П. Комплекс упражнений для здоровья позвоночника Преподаватель Фролова Л.А. Дыхательная гимнастика по системе А.Н. Стрельниковой Преподаватели: Горлов С.В., Бугаева А.В., Никонова Г.В. Гимнастика. Комплекс физических упражнений, направленных на развитие координации, повышение эластичности мышц, подвижности суставов Преподаватель Грушина М.Н. Мастер-класс по ОФП Преподаватель Володина Е.А. Гимнастика молодости Инструктор Гулин А.А. Упражнения на укрепление суставов и мышц спины Преподаватель Маркеев М.М. Мастер-класс «Здоровая спина» Преподаватель Кривцова А.Ю. Мастер-классы по разминке перед скандинавской ходьбой</p>

2-й этаж

«ЧЕСТНЫЙ РАЗГОВОР»

<p>10.00–14.00 Зал № 2</p>	<p>Открытые беседы с деятелями искусства и кино</p>
<p>14.00–16.30 Зал № 2</p>	<p>Завершающее мероприятие. Торжественное награждение участников выставки</p>

КЛУБ СУПЕРБАБУШЕК И СУПЕРДЕДУШЕК

<p>10.00–16.00 Стенд 13/1 Стенд 13/2 Стенд 13/3 Стенд 13/4 Стенд 13/5 Стенд 13/6</p>	<p>Мастер-класс по декоративной косметике «Возрастной макияж» Консультации ведущих косметологов марки MIRRA Мастер-классы: «Искусство завещать», «Дружим с соседями по Закону», «Потребители, Ваши права!», «Осторожно! Мошенники!» Семейный юрист Моисеева М.М. Мастер-класс «Красивая осанка» Клуб СуперБабушек Москвы Мастер-класс «Чудо в тебе» Руководитель Смирнова Н. Мастер-класс «Искусство батика». Коллективная работа всех гостей – участников фестиваля Мастер-класс по визажу Ведущий Рошковская Т.</p>
--	---

ДОМ И САД

10.00–16.00 Стенд 14/1	<p>Семинар «Красивый сад легкого ухода» Ведущая Воронова О.</p> <p>Семинар «Эко-сад. Секреты экологического земледелия» Ведущая Воронова О.</p> <p>Мастер-класс «Как с помощью черной смородины решить все проблемы сада» Ведущая Воронова О.</p> <p>Мастер-класс «Делаем веселых ведьмочек быстро и легко» Руководитель Кудрина З.</p> <p>Мастер-класс «Вяжем крючком. Куклы как подарок и украшение интерьера» Руководитель Кудрина З.</p> <p>Мастер-класс «Аксессуары к одежде, вязанные крючком: быстро и оригинально» Руководитель Кудрина З.</p>
10.00–16.00 Стенд 14/2 Стенд 14/3	<p>Открытые мастер-классы от садоводов и огородников</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Природное ЗемлеДелие: необходимость, принципы, результаты. 2. В чем нуждаются наши растения и как это им обеспечить 3. Создание устойчивого биоценоза 4. Питание растений. Наши помощники: микробы и микориза 5. Микро- и Макроэлементы: нужны ли они в природном земледелии 6-7. Весенние работы на приусадебном участке: сад, огород, цветник и газон 8-9. Вредители на приусадебном участке и методы борьбы с ними в рамках природного земледелия 10. Выращивание земляники садовой клубники, земляники ампельной ремонтантной 11. Редкие гости на приусадебном участке: жимолость, голубика, актинидии и лимонник 12. Огуречные хитрости: как подобрать сорта и создать условия 13. Почему не удается рассада. 5 условий правильной рассады 14. Компостирование на дачном участке: компоненты, ускорение и использование 15. Мульчирование как основной прием восстановления плодородия наших почв
10.00–16.00 Стенд 14/4 Стенд 14/5	<p>Домоводство. Создание эко-упаковки (техника Фурашики) Лекция «Энергосбережение». Мастер-класс по уходу за растениями</p>
10.00–16.00 Стенд 14/6	Мастер-классы
10.00–16.00 Стенд 14/7	Проект «Огород – круглый год»
10.00–16.00 Стенд 14/8	<p>«Школа хороших манер» Руководитель Алексеенко Т.Ф.</p>
10.00–16.00 Стенд 14/9	Виноград без укрытия, Голубика для сада Подмосковья. Мастер класс по размножению и правильной обрезки
10.00–16.00 Стенд 14/10	Мастер-классы Компании «Senior Group»
10.00–16.00 Стенд 14/11	Мастер-классы Компании «Senior Group»
10.00–16.00 Стенд 14/12	Мастер-классы Компании «Senior Group»
10.00–16.00 Стенд 14/13	Мастер-классы от компании Владимирская роза
10.00–16.00 Стенд 14/14	Мастер-классы от компании Садовый инструмент

СТИЛЬ И КРАСОТА

10.00–16.00 Стенд 15/1 Стенд 15/2 Стенд 15/3	<p>Открытый мастер-класс по созданию стиля современной женщины «Утренний макияж и стиль»</p> <p>Открытый мастер-класс по созданию стиля современной женщины «Спортивный макияж и стиль»</p> <p>Открытый мастер-класс по созданию стиля современной женщины «Вечерний макияж и стиль» Ведущие Школы-студии Д. Винокурова</p>
---	--

ОБРАЗОВАНИЕ

«АРТМЕДИАШКОЛА АРИНЫ ШАРАПОВОЙ. ЛАБОРАТОРИЯ ТВОРЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ»

10.15-10.45 Стенд 16	Семинар «Психология добрых отношений» Руководитель Потапова М.Ю.
11:00-11.30 Стенд 16	Семинар «Заботимся о красоте речи и голоса» Руководитель Петрашевич Д.А.
11:30-12.00 Стенд 16	Интерактивный артикуляционный тренинг «Эфир с телесуфлером»
12:15-13.00 Стенд 16	Семинар «Журналистика и современные информационные технологии» Руководитель Хаустов Д.А..
13:30-14.00 Стенд 16	Семинар «Социальные сети. Работа и общение» Руководитель Месропова Е.Н.
14.15-15.15 Стенд 16	Мастер-класс «Секреты мастерства работы в эфире». Интерактивный артикуляционный тренинг

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ МОЗАИКА

10:00-11:00 Стенд 17	Занятие 1. «Как не стать жертвой финансовых мошенников» Новожилова Н.В., Московский городской педагогический университет
11:00-12:00 Стенд 17	Занятие 2. «Как не потерять и преумножить личные сбережения» Новожилова Н.В., Московский городской педагогический университет
12:00-13:00 Стенд 17	Занятие 3. «Актуальные вопросы наследования» Подзарей Т.Ф., Московский городской педагогический университет
13:00-14:00 Стенд 17	Занятие 4. «Жилищное законодательство в современных условиях» Подзарей Т.Ф., Московский городской педагогический университет
14:00-15:00 Стенд 17	Занятие 5. «Актуальные вопросы гражданского законодательства» Подзарей Т.Ф. Московский городской педагогический университет
15:00-16:00 Стенд 17	Занятие 6. Интеллектуальные игры Скаржинская Е.Н., Московский городской педагогический университет

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

10.00-11.00 Стенд 18	Мастер-класс о здоровом образе жизни
11.00-12.00 Стенд 18	Мастер-класс о здоровом образе жизни
12.00-13.00 Стенд 18	Мастер-класс о здоровом образе жизни
13.00-14.00 Стенд 18	Мастер-класс о здоровом образе жизни
14.00-15.00 Стенд 18	Мастер-класс по гипертонической болезни. Круглый стол «Первичная и вторичная профилактика гипертонической болезни». Обучение измерения артериального давления, рекомендации по питанию, образу жизни и физической активности при гипертонической болезни Врач-кардиолог Полякова Н.О.

15.00-16.00 Стенд 18	Мастер-класс по эндокринологии. Круглый стол «Профилактика и выявление остеопороза у пациентов старшей возрастной группы» Врачи-эндокринологи Сафронова Т.И., Белобородова Е.В.
16.00-17.00 Стенд 18	Программа «Жить здорово». Демонстрация фильма «Хочу жить долго» Врач-гериатр Соина Л.В.

ТАНЦЕВАЛЬНОЕ ТВОРЧЕСТВО

10.00- 11.00 Стенд 19	Мастер-класс по элементам классического танца «Души прекрасные порывы», ЗАО
12.00–13.00 Стенд 19	Мастер-класс «Основы народного танца» и выступление солистов хореографических коллективов, ЗелАО
13.00–15.00 Стенд 19	Программа Мастер-классов ЮАО
15.00–16.00 Стенд 19	Торжественное закрытие Фестиваля-выставки «Московское долголетие 2018»

