

ПЛАН АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ НА СЕНТЯБРЬ 2026 ГОДА

Посиделки «День солений и варений»	Жительницы села Алешня соберутся вместе, что бы поделиться лучшими рецептами заготовок на зиму, попробовать заготовки и запить горячим чаем в дружной компании.	01.09.2026	02.09.2026 в 10:00:00	02.09.2026	г. Тула	МАУК "КДС" ОП ЦТ «Алешинский" с. Алешня, ул. Центральная, д. 35	8(4872) 77-33-14	Коробочкина Лидия Николаевна	kdofedorovsky@yandex.ru
Праздничная программа "Поселок улыбок"	В программе творческие номера коллективов ОП Дом культуры "Шатский" и артистов города Тула	01.09.2026	05.09.2026 в 15:00	05.09.2026	г. Тула	МАУК "КДС" ОП ДК "Шатский" п. Шатск, ул. Садовая, д. 1А	8-953-438-73-66	Хромушкина Юлия Сергеевна	kdo.shatsk@mail.ru
День варенья. Чайная гостиная "Три рецепта от бабушки"	Игровая программа с командными играми	01.09.2026	08.09.2026 в 15.00	08.09.2026	г. Тула	МАУК "КДС" ОП ЦКиД "Орион" п. Ленинский, ул. Ленина, д. 1	8-953-431-48-89	Силаева Елизавета Николаевна	kdo.orion@bk.ru
Посиделки «День именинника»	И дети, и взрослые, без сомнения любят праздновать день рождения. В центре творчества "Хрущевский" мы все вместе будем поздравлять наших летних именинников. Всех гостей ждут веселые игры и конкурсы, песни и танцы, и, конечно, ароматный чай со сладостями.	01.09.2026	08.09.2026 в 16:00:00	08.09.2026	г.Тула	МАУК "КДС" ДК "Барсуковский" п.Барсуки ул.Советская д.16а	8-920-785-10-81	Кадак Татьяна Вячеславовна	kdobarsukovsky@yandex.ru
Музыкальный вечер "Когда поет душа"	Участники мероприятия исполнят любимые песни под аккордеон и приятно проведут время.	01.09.2026	08.09.2026 в 19:00	08.09.2026	г.Тула	МАУК "КДС" ОП Центр творчества «Скуратовский» пос. Южный, ул. Шахтерская, д. 49А	8-920-277-31-61	Лазарева Юлия Вадимовна	dkyuzhnuykds@tularegion.org
Танцевальное занятие "В ритмах"	Участники мероприятия будут учиться танцевать и	01.09.2026	10.09.2026 в 14:00	10.09.2026	г.Тула	МАУК "КДС" ОП Дом культуры «Южный» пос.	8-920-276-10-27	Дорохова Татьяна Юрьевна	dkyuzhnuykds@tularegion.org

долголетия"	приятно проведут время, укрепляя свое здоровье.					Менделеевский, ул. М. Горького, д. 13			
Творческая мастерская в рамках проекта "Активное долголетие"	Макраме "пояс для платья"	01.07.2026	11.09.2026 в 17:00	11.09.2026	г.Тула	ОП Центр творчества «Архангельский» с. Архангельское, ул. Промышленная, д. 2	8(4872) 77-33-13	Гурова Марина Борисовна	arxangelskii@yandex.ru
Мастер-класс "Движение - жизнь"	Мероприятие призвано вдохновить, поддержать и вооружить участников полезными знаниями и практическими навыками для поддержания отличного самочувствия, бодрости духа и активной социальной жизни. Занятие, показывающее, что возраст – это не повод для уныния, а время для новых открытий, саморазвития и наслаждения каждым днем.	09.01.2026	11.09.2026 в 17:00:00	11.09.2026	г.Тула	МАУК "КДС" ДК "Богучаровский" п. Октябрьский, д. 113	8-905-110-42-39	Новикова Светлана Владимировна	mbuk-kdo-bogucharovo@yandex.ru
Творческая мастерская «Тульское вдохновение» в рамках проекта «Активное долголетие»	Творческая мастерская «Тульское вдохновение» создана в рамках проекта «Активное долголетие». Цель мастерской — предоставить возможность людям старшего поколения раскрыть свой творческий потенциал, провести время с пользой и интересом.	01.09.2026	11.09.2026 в 18:00:00	11.09.2026	г.Тула	МАУК "КДС" ОП КДЦ «Плехановский» п. Плеханово, ул. Заводская, д. 17а	8(4872) 75-22-29	Наместникова Анастасия Валерьевна	tula-mbuk_kdo@tularegion.org

Спортивно-игровая программа «На активной волне»	Участников мероприятия ждут увлекательные спортивные соревнования, интерактивные игры и дружеское общение. Это отличная возможность поддерживать форму, завести новых друзей и получить заряд бодрости!	15.09.2026	15.09.2026 в 11:30	15.09.2026	г. Тула	МАУК «Культурно-досуговая система» ОП "ДК "Металлург" г. Тула, ул. Metallургов, 22	55-33-25	Родионова Наталья Вячеславовна	tckidkds@tularegion.org
Литературно-музыкальный вечер «Тульская душа»	Литературный вечер превратится в душевные посиделки для людей «серебряного» возраста, где литература гармонично переплетётся с народными традициями. В тёплой гостиной гостей ждёт знакомство с творчеством тульских поэтов и писателей, час открытого микрофона для чтения любимых стихов, а также увлекательная викторина на знание истории родного края. Но главное очарование вечера — в душевной атмосфере: после литературной части	01.09.2026	15.09.2026 в 13:00	15.09.2026	г. Тула	ОП Дом культуры «Хомяково» пос. Хомяково, ул. Берёзовская, д. 2	8(4872) 43-62-71	Дворецкий Николай Владимирович	dkxomyakovokds@tularegion.org

	всех пригласят на ароматное чаепитие с тульскими пряниками, а под аккомпанемент баяна разольются задорные и лирические песни, которые создадут настроение праздника и единства. Мероприятие не только поддерживает когнитивное здоровье и память участников, но и дарит радость живого общения, тепло музыки и вкус настоящей тульской гостеприимности.								
Открытое занятие в патриотическом клубе "Сердца, открытые добру"	Мастер-класс по изготовлению маскировочных сетей и армейского сухого душа для желающих, имеющих свободное время, оказывать помощь участникам СВО.	01.09.2026	16.09.2026 в 11:30	16.09.2026	г.Тула	МАУК "КДС" ОП ЦТ «Рождественский» п. Рождественский, ул. 40 лет Октября, д. 1	8-920-799-01-91	Приходько Ирина Владимировна	mbuk-kdo-bogucharovo@yandex.ru
Дыхательная гимнастика для пожилых людей по методике А.Н. Стрельниковой	Методика Александры Стрельниковой основана на парадоксальном принципе активного, резкого и шумного вдоха носом (на сжатии грудной клетки) в сочетании с совершенно пассивным выдохом. Специальный комплекс динамических упражнений задействует все	01.09.2026	16.09.2026 в 14:00	16.09.2026	г.Тула	МАУК "КДС" ОП ЦТ «Прилепский» п. Прилепы, ул. Будённого, д. 9	8(4872) 77-33-16	Баган Анна Владимировна	tula-mbuk_kdo@tularegion.org

	группы мышц, улучшает кровообращение и восстанавливает утраченные функции органов дыхания без изнурительной физической нагрузки. Это делает гимнастику особенно ценной для пожилых людей, позволяя эффективно бороться с одышкой и последствиями перенесенных простудных заболеваний.								
Вечер общения "Неслучайная встреча"	Для людей старшего поколения в ЦД "Рассветский" состоится вечер общения "Неслучайная встреча". В теплой дружеской обстановке можно будет побеседовать о насущных темах за чашечкой чая, интересных собравшимся на мероприятии. Всем участникам будет предложено исполнить полюбившиеся всем душевные песни, и, конечно, артисты нашего центра досуга порадуют собравшихся своими выступлениями.	01.09.2026	17.09.2026 в 18:00	17.09.2026	г.Тула	МАУК "КДС "ОП ДЦ «Рассветский» п. Рассвет, д. 35	8(4872) 72-35-81	Тюнина Наталья Александровна	kdorassvet@yandex.ru
Час познаний "История Тульского края"	Мероприятие посвящено 880-летию со дня основания	01.09.2026	17.09.2026 в 11:30	17.09.2026	г.Тула	МУК "Тульская библиотечная система" Ильинский	8(4872) 72-12-29	Макова Любовь Николаевна	tbs_ilinskiibp@tularegion.org

	города Тулы.					библиотечный пункт, посёлок Ильинка, ул.Центральная, д.19А корп.1			
Мастерская по плетению маскировочных сетей для СВО в рамках празднования Дня оружейника	Мастер-класс по изготовлению маскировочных сетей для маскировки техники и укреплений при проведении СВО	01.09.2026	18.09.2026 в 10:00:00	18.09.2026	г. Тула	МАУК "КДС" ОП ЦТ «Федоровский» с. Федоровка, ул. Станционная д. 7а	8(4872) 77-49-18	Селюченко Наталья Васильевна	kdofedorovsky@yandex.ru
Мастерская по плетению маскировочных сетей для СВО в рамках празднования Дня оружейника	Мастер-класс по изготовлению маскировочных сетей для маскировки техники и укреплений при проведении СВО	01.09.2026	18.09.2026 в 9:00:00	18.09.2026	г. Тула	МАУК "КДС" ОП ЦТ «Алешинский» с. Алешня, ул. Центральная, д. 35	8(4872) 77-33-14	Коробочкина Лидия Николаевна	kdofedorovsky@yandex.ru
Вечер отдыха "Тула - самоварная"	Посиделки с чаем и творческими номерами участников клуба по интересам "Золотой возраст"	01.09.2026	22.09.2026 в 17:00	22.09.2026	г. Тула	МАУК "КДС" ОП ДК "Шатский" п. Шатск, ул. Садовая, д. 1А	8-953-438-73-67	Хромушкина Юлия Сергеевна	kdo.shatsk@mail.ru
Оздоровительная гимнастика "Будем здоровы"	Оздоровительная гимнастика для суставов — это комплекс упражнений, направленный на укрепление мышц, улучшение подвижности суставов, кровообращения и общего состояния организма. Она особенно важна для людей с возрастными изменениями суставов, артритом, артрозом, остеопорозом или другими заболеваниями опорно-двигательного	01.09.2026	14.09.2026 в 13:00 21.09.2026 в 13:00 24.09.2026 в 13:00	24.09.2026	г.Тула	МАУК КДС ОП "Культурно-досуговый комплекс" поселок Ленинский, ул.Гагарина, д.9	8(4872) 77-33-12	Борзова Наталья Евгеньевна	tula-mbuk_kdo@tularegion.org

	аппарата. Оздоровительную гимнастику под чутким руководством тренера Солодиловой В.М.								
Музыкальная гостиная "Романс под патифон"		01.09.2026	24.09.2026 в 15.00	24.09.2026	г. Тула	МАУК "КДС" ОП ЦКиД "Орион" п. Ленинский, ул. Ленина, д. 1	8-953-431-48-89	Силаева Елизавета Николаевна	kdo.orion@bk.ru
Тульский экспресс "Тула ушедшего века"	Библиотекарь познакомит читателей с книгой Владимира Шарикова "Повседневная жизнь туляков во второй половине 19 - начале 20 века"	01.09.2026	24.09.2026 в 15:00	24.09.2026	г. Тула	МУК "Тульская библиотечная система" Городская библиотека №15 ТБС, г. Тула, п. Мясново, ул. Маршала Жукова, 8-б	8(4872) 39-51-53	Исполинова Лариса Николаевна	tbs_bibl15@tularegion.org
Мастер-класс "Давайте потанцуем"	Участники мастер-класса осваивают базовые элементы танцев. Получают рекомендации по технике исполнения	01.09.2026	26.09.2026 в 12.00	26.09.2026	г. Тула	МАУК "КДС" ОП ЦТ "Михалковский", г. Тула, ул. Карбышева, д. 20 А	8-950-922-82-57	Уланова Юлия Андреевна	kdorassvet@yandex.ru
Музыкальная гостиная «Гармония веков»	Музыкальная гостиная: «Гармония веков» Приглашаем вас окунуться в удивительный мир музыки, объединяющей эпохи и стили! Этот вечер — путешествие сквозь века, где звучат классические шедевры, народные мелодии и современные композиции в единой гармонии. Выступления музыкантов и вокалистов. Исполнение произведений разных	01.09.2026	26.09.2026 в 13:00	26.09.2026	г.Тула	МАУК "КДС" ОП ЦТ "Хрущевский" с.Хрущево ул.Шкляра д.1а	8-953-195-96-68	Филина Валентина Владимировна	kdobarsukovsky@yandex.ru

	жанров. Общение с единомышленниками и создание уютной атмосферы. Обзор истории музыки и её роли в жизни								
"Встречи у самовара" Вечер отдыха для людей старшего возраста	Встречи у самовара - это возможность познакомиться с новыми людьми, насладиться творчеством артистов и спеть вместе с ними любимые песни.	01.09.2026	26.09.2026 в 14:00	26.09.2026	г. Тула	ОП Дом культуры «Косогорец» пос. Косая гора, ул. Гагарина, д. 2	8(4872) 23-72-88	Каразинова Е.В.	- ____ kosogorec@tularegion.org
Посиделки "Осенины"	"Посиделки «Осенины» прошли в теплой и уютной обстановке, наполненной ароматами осенних даров и душевными разговорами вместе с ведущими мероприятия Виктором Гросс и Ниной Громовой. Гости поделились секреты успешного садоводства и кулинарии, а также насладились компанией друг друга с любимыми песнями "	01.09.2026	28.09.2026 в 13:00	28.09.2026	г.Тула	МАУК КДС ОП "Культурно-досуговый комплекс" поселок Ленинский, ул.Гагарина, д.9	8(4872) 77-33-12	Борзова Наталья Евгеньевна	tula-mbuk_kdo@tularegion.org
Город здоровья "Ты всё можешь!" (йога для пожилых)	Йога для пожилых - не просто вид физических нагрузок. Она подразумевает системность занятий и положительно влияет на весь организм в целом. Занимающиеся осваивают асаны	01.09.2026	28.09.2026 в 17:00:00	28.09.2026	г.Тула	МАУК "КДС" ЦД "Барсуковский" п.Барсуки ул.Ленина д.12	8-953-951-35-17	Инкина Наталья Викторовна	kdobarsukovsky@yandex.ru

	(позы), медитируют, посредством чего происходит миропознание и обретение внутренней гармонии, улучшается самочувствие и повышается жизненный тонус.								
Час информации "Физическая активность и лечебная физкультура для старшего поколения"	Люди старшего поколения познакомятся с медицинскими фактами о пользе ежедневного активного времяпрепровождения, узнают о доступных способах поддержания физического здоровья, поучаствуют в интерактиве «Секреты моего здоровья».	01.09.2026	29.09.2026 в 14:30	29.09.2026	г. Тула	МУК "Тулльская библиотечная система" Городская библиотека №20 им. А. С. Пушкина, г. Тула, ул. М. Горького, д. 20	8(4872) 34-12-64	Мрыхина Марина Владимировна	tbs_bibl20@tularegion.org
Литературно-музыкальный альянс "Ой, рябина кудрявая"	Участники мероприятия узнают о традициях праздника «Рябинки», послушают тематические стихотворения, а в конце споют песню «Ой рябина кудрявая».	01.09.2026	30.09.2026 в 15:00	30.09.2026	г.Тула	МУК «Тулльская библиотечная система» Прилепский библиотечный пункт п. Прилепы, ул. Будённого д. 7	Нет телефона в библиотеке	Фролова Светлана Михайловна	tbs_prilepskiybp@tularegion.org
Посещение постоянной экспозиции Старая тульская аптека	Экспозиция посвящена истории семьи Белявских-Адерман владельцев Старой тульской аптеки и аптечному делу XIX века	01.09.2026	02.09.2026 в 10:00, 09.09.2026 в 10:00, 16.09.2026 в 10:00, 23.09.2026 в 10:00, 30.09.2026 в 10:00.	30.09.2026	г. Тула	МБУК Тульский историко-архитектурный музей г. Тула пр. Ленина д. 27	8(4872) 31-26-61	Столярова Дарья Игоревна	silaevadasha99@yandex.ru
Посещение	Экспозиция посвящена	01.09.2026	02.09.2026	30.09.2026	г. Тула	Филиал МБУК	8(4872) 35-	Зенов Артём	museum.peredovoy27@gmail.com

постоянной экспозиции Музей передовой	частным сюжетам и истории, которые способны «рассказать» фронтовые вещи, найденные поисковыми отрядами на местах боёв.		в 10:00, 09.09.2026 в 10:00, 16.09.2026 в 10:00, 23.09.2026 в 10:00, 30.09.2026 в 10:00.			«Тульский историко-архитектурный музей» - «Музей передовой» г. Тула, ул. Мира, д 27	90-75	Викторович	
Посещение выставки "На столе и под столом"	На выставке представлены зарубежные и отечественные гравюры XVI-XXI веков из коллекции Владимира Беликова на тему застольев, пиров и питейной культуры. Так же представлены скульптуры Ольги Хан из серии "Форма выдоха"	01.09.2026	02.09.2026 в 10:00, 09.09.2026 в 10:00, 16.09.2026 в 10:00, 23.09.2026 в 10:00, 30.09.2026 в 10:00.	30.09.2026	г. Тула	Филиал МБУК «Тульский историко-архитектурный музей» - «Нимфозориум» г. Тула, ул. Металлистов, д 19	8(4872) 70-40-58	Артёмова Анна Андреевна	ann.artemova.tiam@yandex.ru
Посещение выставки «Художник-график → дизайнер. Рождение профессии»	На выставке представлены работы из архива Валерия Акопова	01.09.2026	02.09.2026 в 10:00, 09.09.2026 в 10:00, 16.09.2026 в 10:00, 23.09.2026 в 10:00, 30.09.2026 в 10:00.	30.09.2026	г. Тула	МБУК Тульский историко-архитектурный музей г. Тула пр. Ленина д. 25	8(4872) 70-40-58	Артёмова Анна Андреевна	ann.artemova.tiam@yandex.ru