

**Започаткування спільних вечорів/зустрічей з особами старшого віку
щодо обміну досвідом на базі центрів життєстійкості
III квартал 2025 року**

В рамках реалізації Постанови Кабінету Міністрів України від 03 жовтня 2023 року № 1049 «Про реалізацію експериментального проекту із запровадження комплексної соціальної послуги з формування життєстійкості» в області **функціонує 20 Центрів життєстійкості.**

На базі зазначених закладів протягом звітного періоду проведено спільні вечори/зустрічі з особами старшого віку щодо обміну досвідом:

- **Центр життєстійкості Вапнярської селищної ТГ:**

16.07.2025 формування життєстійкості через арттерапевтичні практики: гончарства як ресурс вигорання

https://www.facebook.com/groups/1140658641032833?locale=uk_UA;

31.07.2025- дружня зустріч «Місяць серпень нам припас, гарне свято перший спас»

https://www.facebook.com/groups/1140658641032833?locale=uk_UA

03. 09.2025- зустріч з інтерактивними та арттерапевтичними вправами «Мої емоції, моя сила»

https://www.facebook.com/groups/1140658641032833?locale=uk_UA

- **Центр життєстійкості Ладизинської міської ради ТГ:**

07.07.2025 Самопізнання та розвиток особистості

https://www.facebook.com/profile.php?id=61563393673598&locale=uk_UA

10.07.2025 Спокій у душі https://www.facebook.com/profile.php?id=61563393673598&locale=uk_UA

10.07.2025 Збереження життєвої енергії
https://www.facebook.com/profile.php?id=61563393673598&locale=uk_UA

15.07.2025 Радість у простих речах
https://www.facebook.com/profile.php?id=61563393673598&locale=uk_UA

25.07.2025 Безпека всередині: тілесні та психологічні практики
https://www.facebook.com/profile.php?id=61563393673598&locale=uk_UA

28.07.2025 Свято свободи https://www.facebook.com/profile.php?id=61563393673598&locale=uk_UA

30.07.2025 Емоційне вираження та прийняття
https://www.facebook.com/profile.php?id=61563393673598&locale=uk_UA

07.08.2025 Емоції на папері https://www.facebook.com/profile.php?id=61563393673598&locale=uk_UA

12.08.2025 Психологічні межі: як сказати "ні" без провини
https://www.facebook.com/profile.php?id=61563393673598&locale=uk_UA

14.08.2025 Мій шлях, мої цінності
https://www.facebook.com/profile.php?id=61563393673598&locale=uk_UA

21.08.2025 Розвиток емоційного інтелекту після 55+
https://www.facebook.com/profile.php?id=61563393673598&locale=uk_UA

25.08.2025 Я-справжня: шлях до себе
https://www.facebook.com/profile.php?id=61563393673598&locale=uk_UA

28.08.2025 Техніки зниження стресу та тривоги
https://www.facebook.com/profile.php?id=61563393673598&locale=uk_UA

- **Центр життєстійкості Томашпільської селищної ради ТГ:**

11.07.2025 відбулася перша зустріч у межах ініціативи з обміну досвідом і дружнього спілкування між поколіннями. Метою таких заходів є створення простору для змістовного дозвілля, розвитку нових інтересів і підтримки активного способу життя. У теплій та невимушеній атмосфері учасники ділилися спогадами, ідеями, спілкувалися та створювали яскраву композицію «Букет із цукерок» — креативний подарунок, що поєднує естетику та солодощі. Не обійшлося і без фізичної активності — адже рух дарує бадьорість, позитив, підтримує гарне самопочуття й є однією з основ ментального здоров'я.
<https://www.facebook.com/share/v/1FJNrww7pz/?mibextid=wwXIfr>

29.07.2025 створювали свій символ сили — ментальне намисто. Стан спокою та глибокого з'єднання з собою нам допомагала відчутти чарівна скрипка Емілії Січкарь — запрошеної гості, чия музика огортала ніжністю та надихала.
<https://www.facebook.com/share/r/16phCKDsKp/?mibextid=wwXIfr>

- **Центр життєстійкості ради Жмеринської міської ТГ:**

13.08.2025 «Інформаційна зустріч»
<https://www.facebook.com/share/p/17WX4Mouwn/>

06.09.2025 «Я і мої ресурси»
<https://www.facebook.com/share/p/19jkWKG3VN/>

- **Центр життєстійкості ради ТГ:**

14.07.2025 - Тренінгове заняття для людей старшого віку «Емоційна рефлексія» <https://www.facebook.com/share/p/1Cc6Yt2A6n/>

09.09.2025 - Арт-терапевтичне заняття для дорослих осіб з числа внутрішньо-переміщених «Розпис еко-сумки»
<https://www.facebook.com/share/p/16Eycckeyb/>