



ДЕПАРТАМЕНТ ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

**УПРАВЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ
ЮЖНОГО АДМИНИСТРАТИВНОГО ОКРУГА ГОРОДА МОСКВЫ**

1-й Кожуховский пр-зд, д. 3, Москва, 115280
Телефон: (495) 675-61-73, факс: (495) 679-19-21
ОКПО 35234473, ОГРН 1027700531429, ИНН/КПП 7725069034/772501001

E-mail: uszn-uao@dszn.ru
uszn-uao@mos.ru

№ _____

на № _____ от _____

УТВЕРЖДАЮ:
Начальник Управления
социальной защиты населения
Южного административного
округа города Москвы

Е.Ц. Утунова

«16» декабря 2020 года

Извещение

В целях реализации проекта «Московское долголетие» Управление социальной защиты населения Южного административного округа города Москвы объявляет отбор организаций (индивидуальных предпринимателей) для проведения занятий по следующим целевым направлениям в соответствии с Основными требованиями и условиями проведения досуговых мероприятий для граждан старшего поколения (приложение 1):

1. Общая физическая подготовка.
2. Фитнес, тренажеры.
3. Скандинавская ходьба.
4. Гимнастика.
5. Здорово жить.
6. Художественно-прикладное творчество.
7. Танцы.
8. Пение.
9. Рисование.
10. Информационные технологии.
11. Английский язык.

12. Спортивные игры.
13. Борьба.
14. Литература.
15. Фото/видео.
16. Домоводство.
17. Красота и стиль.
18. Финансовая и правовая грамотность, личная безопасность.
19. История, искусство, краеведение.
20. Пеший лекторий.
21. Экология жизни.
22. Психология и коммуникации.
23. Образовательный практикум.
24. Иностранные языки.

Срок проведения занятий с «11» января 2021 г. по «31» декабря 2021 г.

Стоимость досуговых занятий соответствует эквивалентам стоимости досуговых занятий для граждан старшего поколения, утвержденным приказом Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Бирюлево Восточное		
Гимнастика	01.04.2021-26.12.2021	1 040
Танцы	01.04.2021-26.12.2021	80
Рисование	01.04.2021-26.12.2021	80
Психология и коммуникации	01.04.2021-26.12.2021	80

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Бирюлево Западное		
Общая физическая подготовка	01.04.2021-31.12.2021	152
<u>Фитнес, тренажеры</u>	01.04.2021-31.12.2021	152
Скандинавская ходьба	01.04.2021-31.12.2021	76
Гимнастика	11.01.2021-31.12.2021	1 066
Художественно – прикладное творчество	11.01.2021-31.12.2021	620
Танцы	01.04.2021-31.12.2021	228
Рисование	11.01.2021-31.12.2021	468
Информационные технологии	11.01.2021-31.12.2021	326
Английский язык	11.01.2021-31.12.2021	500
Спортивные игры	01.04.2021-31.12.2021	76

Литература	11.01.2021-31.12.2021	392
Домоводство	11.01.2021-31.12.2021	512
Красота и стиль	11.01.2021-31.12.2021	392
Финансовая и правовая грамотность, личная безопасность	11.01.2021-31.12.2021	196
Пеший лекторий	11.01.2021-31.12.2021	468
Экология жизни	01.04.2021-31.12.2021	76
Иностранные языки	11.01.2021-31.12.2021	360

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Братеево		
Фитнес, тренажеры	11.01.2021-31.12.2021	230
Скандинавская ходьба	01.04.2021-31.12.2021	70
Гимнастика	11.01.2021-31.12.2021	206
Танцы	11.01.2021-31.12.2021	160
Рисование	01.04.2021-31.12.2021	46
Информационные технологии	11.01.2021-15.12.2021	112
Английский язык	11.01.2021-15.12.2021	90
Психология и коммуникации	01.04.2021-31.12.2021	70
Иностранные языки	01.04.2021-15.12.2021	68

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Даниловский		
Скандинавская ходьба	01.04.2021-31.12.2021	160
Гимнастика	11.01.2021-31.12.2021	2 040
Художественно – прикладное творчество	01.04.2021-31.12.2021	240
Информационные технологии	01.04.2021-31.12.2021	80

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Донской		
Общая физическая подготовка	18.01.2021-31.03.2021	22
Фитнес, тренажеры	01.04.2021-15.12.2021	72
Скандинавская ходьба	01.04.2021-15.12.2021	72

Художественно – прикладное творчество	01.04.2021-15.12.2021	72
Танцы	01.04.2021-15.12.2021	72
Рисование	01.04.2021-15.12.2021	216
Информационные технологии	01.04.2021-15.12.2021	68
Английский язык	01.04.2021-15.12.2021	136
Спортивные игры	01.04.2021-15.12.2021	72
Иностранные языки	01.04.2021-15.12.2021	68

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Зябликово		
Общая физическая подготовка	11.01.2021-31.12.2021	172
Фитнес, тренажеры	05.04.2021-18.12.2021	226
Скандинавская ходьба	05.04.2021-18.12.2021	74
Гимнастика	11.01.2021-31.12.2021	346
Художественно – прикладное творчество	25.01.2021-18.12.2021	242
Танцы	11.01.2021-31.12.2021	178
Информационные технологии	05.04.2021-18.12.2021	74
Английский язык	05.04.2021-18.12.2021	148
Домоводство	25.01.2021-18.12.2021	94
Красота и стиль	25.01.2021-18.12.2021	168
История, искусство, краеведение	25.01.2021-18.12.2021	94
Иностранные языки	05.04.2021-18.12.2021	148

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Москворечье-Сабурово		
Общая физическая подготовка	05.04.2021-19.12.2021	370
Фитнес, тренажеры	05.04.2021-19.12.2021	814
Скандинавская ходьба	05.04.2021-19.12.2021	74
Гимнастика	05.04.2021-19.12.2021	296
Художественно – прикладное творчество	05.04.2021-19.12.2021	74
Танцы	05.04.2021-19.12.2021	222
Рисование	05.04.2021-19.12.2021	74

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Нагатино-Садовники		
Фитнес, тренажеры	01.04.2021-31.12.2021	985
Скандинавская ходьба	01.04.2021-31.12.2021	230
Гимнастика	11.01.2021-31.12.2021	578
Здорово жить	11.01.2021-31.12.2021	100
Художественно – прикладное творчество	01.04.2021-31.12.2021	56
Рисование	01.04.2021-31.12.2021	116
Информационные технологии	01.04.2021-31.12.2021	224
Английский язык	01.04.2021-31.12.2021	290
Домоводство	11.01.2021-31.12.2021	100
Финансовая и правовая грамотность, личная безопасность	11.01.2021-31.12.2021	100
Психология и коммуникации	01.04.2021-31.12.2021	116
Иностранные языки	11.01.2021-31.12.2021	214

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Нагатинский Затон		
Общая физическая подготовка	11.01.2021-31.12.2021	580
Фитнес, тренажеры	01.04.2021-31.12.2021	320
Скандинавская ходьба	01.04.2021-31.12.2021	240
Гимнастика	01.04.2021-31.12.2021	320
Здорово жить	11.01.2021-31.12.2021	200
Танцы	01.04.2021-31.12.2021	160
Рисование	01.04.2021-31.12.2021	240
Информационные технологии	11.01.2021-31.12.2021	340
Английский язык	01.04.2021-31.12.2021	350
Литература	01.04.2021-31.12.2021	80
Финансовая и правовая грамотность, личная безопасность	11.01.2021-31.12.2021	100
Образовательный практикум	11.01.2021-31.12.2021	200
Иностранные языки	11.01.2021-31.12.2021	100

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Нагорный		
Фитнес, тренажеры	11.01.2021-31.12.2021	100
Скандинавская ходьба	01.04.2021-31.12.2021	156
Гимнастика	11.01.2021-31.12.2021	474
Художественно – прикладное творчество	01.04.2021-31.12.2021	234
Рисование	01.04.2021-31.12.2021	312
Информационные технологии	01.04.2021-31.12.2021	156
Английский язык	01.04.2021-31.12.2021	78
Домоводство	01.04.2021-31.12.2021	78
Иностранные языки	01.04.2021-31.12.2021	234

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Орехово-Борисово Северное		
Общая физическая подготовка	12.04.2021-31.12.2021	76
Скандинавская ходьба	12.04.2021-31.12.2021	76
Художественно – прикладное творчество	11.01.2021-31.12.2021	132
Танцы	12.04.2021-31.12.2021	76
Информационные технологии	12.04.2021-31.12.2021	76
Английский язык	11.01.2021-31.12.2021	256
Фото/видео	12.04.2021-31.12.2021	76
Домоводство	12.04.2021-31.12.2021	76
Психология и коммуникации	12.04.2021-31.12.2021	76

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Орехово-Борисово Южное		
Общая физическая подготовка	05.04.2021-31.12.2021	152
Скандинавская ходьба	05.04.2021-31.12.2021	76
Гимнастика	11.01.2021-31.12.2021	104
Художественно – прикладное творчество	11.01.2021-31.12.2021	180
Танцы	11.01.2021-31.12.2021	104
Пение	05.04.2021-31.12.2021	76

Информационные технологии	05.04.2021-31.12.2021	76
Английский язык	11.01.2021-31.12.2021	180
Домоводство	05.04.2021-31.12.2021	76
Красота и стиль	11.01.2021-31.12.2021	104
Психология и коммуникации	11.01.2021-31.12.2021	104

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Царицыно		
Фитнес, тренажеры	05.04.2021-19.12.2021	296
Скандинавская ходьба	05.04.2021-19.12.2021	296
Гимнастика	05.04.2021-19.12.2021	666
Художественно – прикладное творчество	05.04.2021-19.12.2021	74
Рисование	05.04.2021-19.12.2021	222
Информационные технологии	05.04.2021-19.12.2021	148
Английский язык	11.01.2021-19.12.2021	640
Иностранные языки	01.02.2021-19.12.2021	166

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Чертаново Северное		
Фитнес, тренажеры	01.04.2021-31.12.2021	78
Гимнастика	11.01.2021-31.12.2021	1 502
Художественно – прикладное творчество	01.04.2021-31.12.2021	624
Пение	11.01.2021-31.12.2021	118
Рисование	11.01.2021-31.12.2021	412
Информационные технологии	05.04.2021-15.12.2021	624
Английский язык	11.01.2021-31.12.2021	842
Литература	11.01.2021-31.12.2021	118
Домоводство	05.04.2021-15.12.2021	156
История, искусство, краеведение	01.04.2021-31.12.2021	78
Психология и коммуникации	05.04.2021-15.12.2021	78
Иностранные языки	11.01.2021-31.12.2021	726

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Чертаново Центральное		
Фитнес, тренажеры	05.04.2021-26.12.2021	152
Гимнастика	05.04.2021-26.12.2021	1 292
Художественно – прикладное творчество	11.01.2021-26.12.2021	196
Танцы	11.01.2021-26.12.2021	630
Пение	05.04.2021-26.12.2021	228
Рисование	11.01.2021-26.12.2021	500
Информационные технологии	05.04.2021-26.12.2021	500
Английский язык	05.04.2021-26.12.2021	380
Домоводство	05.04.2021-26.12.2021	76
Иностранные языки	05.04.2021-26.12.2021	228

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Чертаново Южное		
Общая физическая подготовка	11.01.2021-24.12.2021	102
Фитнес, тренажеры	05.04.2021-24.12.2021	960
Скандинавская ходьба	05.04.2021-24.12.2021	138
Гимнастика	11.01.2021-24.12.2021	1 138
Художественно – прикладное творчество	05.04.2021-24.12.2021	190
Танцы	11.01.2021-24.12.2021	284
Рисование	11.01.2021-24.12.2021	178
Информационные технологии	11.01.2021-24.12.2021	482
Английский язык	05.04.2021-24.12.2021	76
Спортивные игры	05.04.2021-24.12.2021	228
Борьба	05.04.2021-24.12.2021	80
Литература	05.04.2021-24.12.2021	150
Домоводство	05.04.2021-24.12.2021	146
Психология и коммуникации	11.01.2021-24.12.2021	262
Иностранные языки	05.04.2021-24.12.2021	76

Требования, предъявляемые к претендентам на участие в проекте «Московское долголетие»:

В отборе могут принимать участие юридические лица, независимо от их организационно-правовой формы, индивидуальные предприниматели (далее -

Претенденты), проводящие культурные, образовательные, физкультурные, оздоровительные и иные досуговые мероприятия (далее - досуговые занятия).

Претенденты на получение гранта из бюджета города Москвы не должны иметь задолженности по налогам, сборам и иным платежам в бюджетные системы Российской Федерации, срок исполнения по которым наступил в соответствии с законодательством Российской Федерации, просроченной задолженности перед бюджетом города Москвы.

Претенденты на получение гранта не должны находиться в процессе реорганизации, ликвидации, банкротства и не должны иметь ограничения на осуществление хозяйственной деятельности.

Претенденты на участие в реализации проекта «Московское долголетие», представляют заявку в территориальный центр социального обслуживания по месту проведения досуговых занятий (далее - уполномоченную организацию) на проведение занятий и документы, подтверждающие отсутствие просроченной задолженности по налогам, сборам и иным обязательным платежам в бюджеты бюджетной системы Российской Федерации, полученные в установленном порядке не ранее чем за 6 месяцев до дня подачи заявки на получение гранта (справка из налогового органа), в том числе:

- подписанное руководителем или уполномоченным лицом Претендента письмо об отсутствии процедур ликвидации или банкротства в отношении Претендента (за исключением государственных учреждений города Москвы);

- подписанное руководителем или уполномоченным лицом Претендента письмо об отсутствии приостановлений его деятельности на день подачи заявки (за исключением государственных учреждений города Москвы);

- перечень досуговых занятий, планируемых к проведению организацией в рамках проекта «Московское долголетие»;

- описание, количественные и качественные характеристики, сроки проведения планируемых к проведению занятий;

- перечень площадок для проведения досуговых занятий;

- копии правоустанавливающих документов на объект (площадку), за исключением площадок территориальных центров социального обслуживания;

- копии учредительных (регистрационных) документов;

- выписку из Единого государственного реестра юридических лиц/Единого государственного реестра индивидуальных предпринимателей, выданную федеральным органом исполнительной власти (оригинал или копия) не ранее чем за шесть месяцев до дня подачи заявки (за исключением государственных учреждений города Москвы);

- копию свидетельства о постановке на учет в налоговом органе;

- документ, подтверждающий назначение на должность руководителя Претендента, или доверенность, подтверждающую полномочия физического лица на подписание договоров от лица Претендента (кроме индивидуальных предпринимателей);

- копию годовой бухгалтерской отчетности/декларации за последний отчетный год с приложениями или документ, заменяющий его в соответствии с законодательством Российской Федерации, за последний отчетный период (с

отметкой налогового органа) (за исключением государственных учреждений города Москвы);

- доверенность на представление интересов в уполномоченной организации с правом подачи анкеты-заявки с приложенными документами в рамках проекта «Московское долголетие»;

- перечень сотрудников Претендента, которым в случае признания участником Проекта, будет организован доступ в информационные системы (в том числе в формате xls).

Сведения, содержащиеся в заявке Претендента, не должны допускать неоднозначных толкований.

Все документы, прилагаемые к заявке Претендента, должны быть скреплены печатью и заверены подписью уполномоченного лица.

Претендент, получивший уведомление о необходимости доработки заявки и (или) представления необходимых документов, дорабатывает заявку и повторно представляет ее в уполномоченную организацию в срок не позднее 5 рабочих дней со дня получения указанного уведомления. В случае непредставления Претендентом доработанной заявки и (или) документов в установленные в уведомлении сроки Претендент не допускается к отбору для участия в реализации проекта «Московское долголетие».

Решение о допуске организации до участия в проекте «Московское долголетие» принимается исходя из следующих критериев:

1. Наличие у организации материально-технической базы, достаточной для проведения досуговых занятий, в том числе помещений (территорий), оборудования, материалов и инвентаря, необходимых для проведения досуговых занятий, указанных в заявке.

2. Наличие в штате организации персонала, обладающего профессиональными навыками в сфере проведения досуговых занятий, либо наличие гражданско-правовых договоров о привлечении такого персонала.

3. Наличие у организации опыта проведения досуговых занятий.

4. Возможность выполнения организацией требуемых объемов проведения досуговых занятий и сроков их проведения, в том числе с учетом сезонности, продолжительности проведения занятий, а также иной специфики проведения занятий.

5. Наличие у организации наград, грамот, благодарностей и иных поощрений за осуществление деятельности в сфере проведения досуговых занятий (в случае приложения таких документов к заявке).

6. Отсутствие у организации нарушений обязательств об участии в реализации Проекта в течение последних 12 полных месяцев, предшествующих месяцу объявления отбора для включения в реализацию Проекта.

7. Организация не является иностранным юридическим лицом, а также российским юридическим лицом, в уставном (складочном) капитале которого доля участия иностранного юридического лица, местом регистрации которого является государство или территория, включенные в утверждаемый Министерством финансов Российской Федерации перечень государств и территорий, предоставляющих льготный налоговый режим налогообложения и

(или) не предусматривающих раскрытия и предоставления информации при проведении финансовых операций (офшорные зоны) в отношении такого юридического лица, в совокупности превышает 50 процентов.

Срок, место и порядок приема заявок:

Прием заявок и пакета документов для участия в отборе производится по рабочим дням с 09 час. 00 мин. до 17 час. 00 мин., в пятницу с 09 час. 00 мин. до 16 час. 00 мин. в территориальном центре социального обслуживания по месту проведения занятий:

- ГБУ ТЦСО «Коломенское» по адресу: район Нагатинский Затон, 115142, г. Москва, ул. Коломенская, д. 5, стр.3, кабинет 12; телефон: 8 (499) 614-76-22;
- ГБУ ТЦСО «Коломенское» филиал «Даниловский» по адресу: Даниловский район, 115114, г. Москва, Даниловская наб., д. 2, корп. 1, кабинет 6, телефон 8 (499) 235-89-15;
- ГБУ ТЦСО «Коломенское» филиал «Нагатино-Садовники» по адресу: район Нагатино-Садовники, 115487, г. Москва, пр-т Андропова, д. 42, корп. 1, кабинет 4, телефон: 8 (495) 545-44-43;
- ГБУ ТЦСО «Коломенское» филиал «Донской» по адресу: Донской район, 115419, г. Москва, ул. Шаболовка, д.50, актовый зал, телефон: 8 (495) 633-00-52;
- ГБУ ТЦСО «Орехово» по адресу: район Орехово-Борисово Северное, 115569, г. Москва, ул. Шипиловская, д. 9, корп. 2, кабинет 119, телефон: 8 (495) 391-22-33;
- ГБУ ТЦСО «Орехово» филиал «Братеево» по адресу: район Братеево, 115408, г. Москва, ул. Борисовские пруды, д. 42, кабинет 5, 8(495) 342-09-46;
- ГБУ ТЦСО «Орехово» филиал «Орехово-Борисово Южное» по адресу: район Орехово-Борисово Южное, 115582, г. Москва, ул. Домодедовская, д. 24, корп. 4, кабинет 5, телефон: 8 (499) 725-79-37;
- ГБУ ТЦСО «Царицынский» по адресу: район Царицыно, 115516, г. Москва, ул. Весёлая, д. 11, кабинет 213, телефон: 8 (495) 325-08-43;
- ГБУ ТЦСО «Царицынский» филиал «Бирюлево Восточное» по адресу: район Бирюлево Восточное, 115372, г. Москва, ул. Липецкая, д.36/20, кабинет 8, телефон: 8 (499) 725-89-63;
- ГБУ ТЦСО «Царицынский» филиал «Зябликово» по адресу: район Зябликово, 115580, г. Москва, ул. Мусы Джалиля, дом 25 А, кабинет 104, телефон 8 (495) 390-35-61;

- ГБУ ТЦСО «Царицынский» филиал «Москворечье-Сабурово» по адресу: район Москворечье-Сабурово, 115409, г. Москва, Каширское ш., д. 60, корп. 2, кабинет 212, телефон: 8 (499) 324-87-34;
- ГБУ ТЦСО «Чертаново» по адресу: район Бирюлево Западное, 117546, г. Москва, улица Медынская, дом 11 А, кабинет 303, телефон: 8 (495) 123-55-15;
- ГБУ ТЦСО «Чертаново» филиал «Нагорный» по адресу: Нагорный район, 117556, г. Москва, улица Фруктовая, дом 5, корпус 3, кабинет 25, телефон: 8 (499) 794-74-87;
- ГБУ ТЦСО «Чертаново» филиал «Чертаново Южное» по адресу: район Чертаново Южное, 117534, г. Москва, улица Чертановская, дом 60, кабинет 30, телефон: 8 (495) 389-32-44;
- ГБУ ТЦСО "Чертаново" филиал «Чертаново Северное» по адресу: район Чертаново Северное, 117639, г. Москва, ул. Чертановская, дом 1 «В», корпус 1, кабинет 6, телефон: 8 (495) 389-32-36;
- ГБУ ТЦСО «Чертаново» филиал «Чертаново Центральное» по адресу: район Чертаново Центральное, 117519, г. Москва, улица Красного Маяка, дом 4, корпус 5, кабинет 206, телефон: 8 (495) 314-88-10.

Заявки оформляются в печатной форме (организации оформляют заявки на фирменных бланках), нумерация листов – сквозная.

Дата начала подачи заявок – «18» декабря 2020 г.

Дата окончания срока подачи заявок – «25 декабря 2020 г.

Заявки, поданные позже указанного срока, не рассматриваются.

Приложение к Извещению об объявлении отбора Управлениями социальной защиты населения административных округов города Москвы организаций (индивидуальных предпринимателей) для участия в проекте «Московское долголетие»

Основные требования и условия проведения досуговых занятий для граждан старшего поколения

Направление мероприятий	Краткое описание мероприятий	Продолжительность одного занятия	Периодичность проведения	Условия, место проведения	Требование к наличию инвентаря, специальной одежды, обуви	Наличие противопоказаний по здоровью
Общая физическая подготовка	Групповые занятия по программам, разработанным с учетом возрастных особенностей в части касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий. Программы включают различные виды двигательной активности, на основе методик, в том числе с доступными элементами различных видов спорта, направленных на поддержание активности организма в целом, а также развитие подвижности суставов, укрепление мышц, повышение гибкости, с	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Спортивный зал, спортивная площадка, парковая зона	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой

	учетом физиологических особенностей занимающихся.					
Фитнес, тренажеры	Занятия с использованием современных методик фитнес-программ адаптированных с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий Использование тренажеров и специального инвентаря, позволяющих разнообразить виды физической нагрузки, подобрать индивидуальные методики укрепления физического здоровья. В том числе атлетическая гимнастика, зумба, ритмика и движение, сайкл (тренажеры), степ-аэробика, танцевальная физкультура, аэробика, боди-балет, йога, калланетика, пилатес, стретчинг, шейпинг.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Спортивный зал,	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой
Скандинавская ходьба	Всесезонные групповые занятия на свежем воздухе с использованием специального инвентаря (палок), способствующие укреплению мышц,	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Спортивная площадка, парковая зона	Спортивная одежда и обувь, палки для скандинавской ходьбы	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой

	<p>повышению выносливости и улучшению осанки. Занятия проводятся по программам, разработанным с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий.</p>					
Гимнастика	<p>Комплекс физических и дыхательных упражнений, направленных на развитие координации, повышение эластичности мышц, подвижности суставов. Занятия проводятся по программам, разработанным с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий. В том числе адаптивная и тонизирующая гимнастика, дыхательная гимнастика, корригирующая гимнастика для глаз, ушу, цигун.</p>	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Спортивный зал, спортивная площадка, парковая зона	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой
Здорово жить	<p>Проведение обучающих лекций, демонстрация информационных и наглядных материалов,</p>	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Залы организаций	Не требуется	Ограничений нет

	обучение практическим навыкам, обсуждение, скрининг-обследования (при необходимости).					
Художественно-прикладное творчество	Проведение занятий по различным видам декоративно-прикладного искусства, направленным на развитие эстетического вкуса, расширение представления о сфере применения декоративно-прикладных техник, тренировку мелкой моторики и поддержание интеллектуальной активности. В том числе кройка и шитье, вышивка, вязание, бисероплетение, валяние из шерсти, витражное искусство, декупаж, изготовление аксессуаров и декоративных украшений, скрапбукинг (изготовление и оформление фотоальбомов), изготовление кукол и игрушек, канзаши (японские традиционные женские украшения из атласных лент), карвинг, керамика, плетение из бумаги, художественная	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет

	обработка древесины, фитодизайн, шары темари.					
Танцы	Проведение занятий по танцевальным программам, адаптированным с учетом возрастных особенностей в части касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий, с использованием комплексного подхода и гармоничного сочетания основ дыхательной гимнастики, хореографии, музыки, пластики и танцев народов мира.	Не более 2-х часов	Не более 2 занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
Пение	Обучение правильному воспроизведению вокальной музыки, со звукообразованием и музыкальностью в пении, ансамблевое и хоровое пение русских народных и популярных композиций прошлых лет, знакомство с народной хореографией, обрядами и фольклором, с новыми направлениями современной культуры и авторскими произведениями.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
Рисование	Проведение занятий по специально подобранным и максимально интересным методикам	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет

	обучения изобразительной грамоте, видению, анализу и грамотному изображению объемных форм на плоскости, колористике.					
Информационные технологии	Социальная адаптация к современной информационной среде, предоставление возможности людям старшего возраста общаться посредством сети Интернет со своими сверстниками и близкими, живущими в других городах, пользоваться интересующей их информацией. Обучение навыкам работы на компьютере, использования мобильных устройств, пользования социальными сетями и электронными услугами.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций, компьютерные классы	Не требуется	Ограничений нет
Английский язык	Обучение основам грамматики в увлекательной, игровой форме, с отработкой навыков аудирования, чтения и говорения, изучение слов и выражений, используемых в конкретных жизненных ситуациях, отработка изучаемых конструкций в	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет

	<p>монологам и диалогах, развитие коммуникативных умений. Английский язык для начинающих. Английский язык разговорный.</p>					
Спортивные игры	<p>Проведение занятий по игровым видам спорта, направленных на поддержание физической активности людей старшего возраста. Занятия проводятся по программам, разработанным с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий. В том числе игры с мячом (футбол, баскетбол и другие), стрельба (из пневматического\лазерного оружия\лука), дартс, бильярд, большой теннис, настольный теннис, городки, бадминтон, хоккей и другие подвижные игры.</p>	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Спортивная площадка, парковая зона, помещения организаций	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой
Борьба	<p>Обучение навыкам владения боевого искусства различной направленности (бокс, джиу-джитсу, искусство</p>	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организации, спортивный зал, спортивная площадка	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой

	<p>рукопашного боя, капоэйра, каратэ, самбо, иные виды боевых искусств). Занятия проводятся по программам, разработанным с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий.</p>					
Литература	<p>Проведение лекций, дискуссий, поэтических вечеров, направленных на изучение философских и культурологических аспектов литературного творчества. Знакомство с жизнью и творчеством отечественных и зарубежных писателей и поэтов.</p> <p>В рамках указанного направления возможно проведение программы «Литературное мастерство».</p> <p>Литературное мастерство - групповые занятия по основам создания своих текстов и писательскому мастерству. Формат программы - литературная мастерская с практической отработкой</p>	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет

	полученных знаний, что позволит в дальнейшем применять навыки при написании текстов (эссе, мемуары, биография, статьи, письма, блог и т.д.)					
Фото/видео	Обучение правилам пользования фото и видео техникой. Освоение методов фотографирования и видеосъемки. Обучение навыкам цифровой обработки изображений в графических редакторах и основам видеомонтажа.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Фото и видео техника	Ограничений нет
Домоводство	Проведение занятий по различным аспектам ведения домашнего хозяйства. Вторая жизнь вещей. Обучение основам дизайна интерьера, ландшафтного дизайна, флористики. Огород на подоконнике. Садоводство. Столярное мастерство (изготовление скворечников и пр.). Кулинарные курсы.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
Красота и стиль	Проведение занятий по изучению истории моды и прически. Советы по уходу за кожей в зрелом возрасте. Уход за волосами, массаж головы.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет

	Школа макияжа. Школа маникюра.					
Финансовая и правовая грамотность, личная безопасность	Проведение занятий по формированию навыков эффективного управления личными финансами. Изучение правовой системы защиты людей старшего поколения, основных направлений и механизмов реализации государственной социальной политики в отношении граждан старшего поколения. Обучение способам защиты от мошенничества.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
История, искусство, краеведение	Изучение истории и культуры Москвы и России. Проведение лекций по истории искусства, кинематографа, литературы с использованием иллюстративного материала. Цикл лекций и бесед по основам духовной культуры. Москвоведение.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
Пеший лекторий	Программа представляет собой курс занятий. Тематические программы лекций в формате пеших экскурсий, цель которых пробуждение интереса	В соответствии с утвержденной программой занятий, не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю (курс не менее 24 часов для каждого	Исторические достопримечательности, архитектурные памятники, усадьбы и пр.	Громкоговорители для экскурсоводов	Ограничений нет

	<p>старшего поколения к подвижному образу жизни в сочетании с интеллектуальным времяпрепровождением. Обучение состоит из: однотематических программ, для глубокого погружения в одну из тематик (история, искусство, архитектура, литература, природа, религиоведение, памятники культуры, наука, авторские курсы/маршруты) и многотематических программ, объединяющих объекты разных тем и сфер с целью расширения кругозора участников. Программы представляют собой логически связанные занятия с возможностью включения интерактивных и практических форматов. К разработке и проведению программ приветствуется привлечение узкопрофильных специалистов в своих областях: авторов, ученых, журналистов, психологов, а также</p>		участника)	культурные достопримечательности города Москвы		
--	--	--	------------	--	--	--

	<p>носителей интересных историй и воспоминаний.</p> <p>К анкете-заявке претендента прикладываются утвержденные программы с тематикой курса, договоры с организациями, осуществляющие экскурсионные мероприятия, выписка из штатного расписания, либо наличие гражданско-правового договора по специализации «экскурсовод».</p>					
Экология жизни	<p>Программа представляет собой курс занятий. Групповые занятия по основам экологического образа жизни и формированию эко-привычек.</p> <p>Программа включает в себя теоретические и практические занятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> • теоретические – эко-просвещение: экологические проблемы, эко-тренды, влияние экологических факторов на человека и др. • практические – эко-практикум и эко- 	<p>В соответствии с утвержденной программой занятий, не более 2-х часов</p>	<p>Не более 2-х занятий в неделю (курс не менее 24 часов для каждого участника)</p>	<p>Помещения организаций, парковые зоны</p>	<p>Не требуется</p>	<p>Ограничений нет</p>

	<p>привычки: обращение с отходами, выбор эко-товаров, экономия природных ресурсов, экономия бытовых ресурсов и др. Ключевая задача программы – внедрение эко-культуры в повседневную жизнь участников проекта (формат эко-волонтерства в рамках направления исключен) Старшему поколению важно не только напомнить о забытых позитивных привычках с советского времени, но и рассказать о новых возможностях и трендах, которые будут способствовать ведению здорового и качественного образа жизни. К анкете-заявке претендента прикладываются утвержденные программы с тематикой курса.</p>					
<p>Психология и коммуникации</p>	<p>Проведение занятий по развитию психологической культуры и личностного потенциала людей старшего поколения.</p>	<p>Не более 2-х часов</p>	<p>Не более 2-х занятий в неделю</p>	<p>Помещения организаций</p>	<p>Не требуется</p>	<p>Ограничений нет</p>

	<p>Формирование позитивного самовосприятия и восприятия жизненных обстоятельств.</p> <p>Оптимизация межличностных отношений и совершенствование навыков общения.</p> <p>Психологические лектории, тренинги личностного роста.</p>					
Образовательный практикум	<p>Проведение обучающих занятий по актуальной тематике. Автомобильная школа. Ментальная арифметика. Занятия по улучшению памяти.</p> <p>Обучение навыкам игры на музыкальных инструментах (гитара, фортепиано и др.).</p> <p>Обучение основам организации и ведения собственного бизнеса, ознакомление с мерами поддержки предпринимательства в Москве.</p> <p>Орнитология (изучение птиц). Школа пчеловода. Программа школы для помощи внукам.</p> <p>Проведение занятий по развитию эмоционального</p>	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организации, парковочная зона	Не требуется	Ограничений нет

	интеллекта. Иные занятия обучающей направленности.					
Иностранные языки	Изучение иностранных языков (французский, испанский, немецкий, итальянский и другие). Обучение основам грамматики в увлекательной, игровой форме, с отработкой навыков аудирования, чтения и говорения, изучение слов и выражений, используемых в конкретных жизненных ситуациях, отработка изучаемых конструкций в монологах и диалогах, развитие коммуникативных умений.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет