



ДЕПАРТАМЕНТ ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
**УПРАВЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ
ЮЖНОГО АДМИНИСТРАТИВНОГО ОКРУГА ГОРОДА МОСКВЫ**

1-й Кожуховский пр-зд, д. 3, стр. 1, Москва, 115280

Телефон: 8 (495) 675-61-73, факс: 8 (495) 679-19-21

ОКПО 35234473, ОГРН 1027700531429, ИНН/КПП 7725069034/772501001

E-mail: uszn-uao@mos.ru

№ _____
на № _____ от _____

УТВЕРЖДАЮ:

**Начальник Управления
социальной защиты населения
Южного административного
округа города Москвы**

Е.Ц. Утунова



«11» ноября 2022 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. Английский язык.
2. Борьба.
3. Гимнастика.
4. Домоводство.
5. Здорово жить.
6. Иностранные языки
7. Информационные технологии.
8. История, искусство, краеведение.
9. Красота и стиль.
10. Литература.
11. Настольные игры.
12. Образовательный практикум.
13. Общая физическая подготовка (ОФП).
14. Пение.
15. Пеший лекторий

16. Психология и коммуникация.
17. Рисование.
18. Скандинавская ходьба.
19. Спортивные игры.
20. Танцы.
21. Фитнес, тренажеры.
22. Фото/видео.
23. Художественно-прикладное творчество.

Срок проведения занятий с «01» января 2023 г. по «31» декабря 2023 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		
Английский язык	01.01.2023-31.12.2023	204
Гимнастика	01.01.2023-31.12.2023	1632
Информационные технологии	01.01.2023-31.12.2023	816
История, искусство, краеведение	01.01.2023-31.12.2023	204
Образовательный практикум	01.01.2023-31.12.2023	306
ОФП	01.01.2023-31.12.2023	102
Пение	01.01.2023-31.12.2023	204
Психология и коммуникация	01.01.2023-31.12.2023	204
Рисование	01.01.2023-31.12.2023	306
Скандинавская ходьба	01.01.2023-31.12.2023	510
Танцы	01.01.2023-31.12.2023	306
Фитнес, тренажеры	01.01.2023-31.12.2023	102
Художественно-прикладное творчество	01.01.2023-31.12.2023	714

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Бирюлево Западное		
Английский язык	01.01.2023-31.12.2023	208
Гимнастика	01.01.2023-31.12.2023	1032
Информационные технологии	01.01.2023-31.12.2023	504
ОФП	01.01.2023-31.12.2023	104

Пеший лекторий	01.01.2023-31.12.2023	208
Психология и коммуникация	01.01.2023-31.12.2023	104
Рисование	01.01.2023-31.12.2023	104
Танцы	01.01.2023-31.12.2023	208
Фитнес, тренажеры	01.01.2023-31.12.2023	408

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Братеево		
Английский язык	01.01.2023-31.12.2023	102
Гимнастика	01.01.2023-31.12.2023	1222
Иностранные языки	01.01.2023-31.12.2023	204
Информационные технологии	01.01.2023-31.12.2023	306
Психология и коммуникация	01.01.2023-31.12.2023	100
Рисование	01.01.2023-31.12.2023	100
Скандинавская ходьба	01.01.2023-31.12.2023	102
Фитнес, тренажеры	01.01.2023-31.12.2023	408
Художественно-прикладное творчество	01.01.2023-31.12.2023	202

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Даниловский		
Английский язык	01.01.2023-31.12.2023	208
Гимнастика	01.01.2023-31.12.2023	832
Иностранные языки	01.01.2023-31.12.2023	104
Информационные технологии	01.01.2023-31.12.2023	208
Настольные игры	01.01.2023-31.12.2023	208
Пение	01.01.2023-31.12.2023	104
Рисование	01.01.2023-31.12.2023	208
Скандинавская ходьба	01.01.2023-31.12.2023	208
Танцы	01.01.2023-31.12.2023	208
Фитнес, тренажеры	01.01.2023-31.12.2023	208
Фото/видео	01.01.2023-31.12.2023	104
Художественно-прикладное творчество	01.01.2023-31.12.2023	208

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Донской		
Английский язык	01.01.2023-31.12.2023	102
Гимнастика	01.01.2023-31.12.2023	102
Иностранные языки	01.01.2023-31.12.2023	102
Информационные технологии	01.01.2023-31.12.2023	204
Рисование	01.01.2023-31.12.2023	204
Скандинавская ходьба	01.01.2023-31.12.2023	102
Танцы	01.01.2023-31.12.2023	306
Фитнес, тренажеры	01.01.2023-31.12.2023	102
Художественно-прикладное творчество	01.01.2023-31.12.2023	102

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Зябликово		
Английский язык	01.01.2023-31.12.2023	306
Гимнастика	01.01.2023-31.12.2023	612
Домоводство	01.01.2023-31.12.2023	102
Иностранные языки	01.01.2023-31.12.2023	204
Информационные технологии	01.01.2023-31.12.2023	306
ОФП	01.01.2023-31.12.2023	408
Скандинавская ходьба	01.01.2023-31.12.2023	118
Спортивные игры	01.01.2023-31.12.2023	102
Танцы	01.01.2023-31.12.2023	102
Фитнес, тренажеры	01.01.2023-31.12.2023	918
Художественно-прикладное творчество	01.01.2023-31.12.2023	204

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Москворечье-Сабурово		
Английский язык	01.01.2023-31.12.2023	408
Гимнастика	01.01.2023-31.12.2023	614
Информационные технологии	01.01.2023-31.12.2023	102
ОФП	01.01.2023-31.12.2023	922

Рисование	01.01.2023-31.12.2023	202
Скандинавская ходьба	01.01.2023-31.12.2023	204
Танцы	01.01.2023-31.12.2023	101
Фитнес, тренажеры	01.01.2023-31.12.2023	816
Художественно-прикладное творчество	01.01.2023-31.12.2023	204

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Нагатино-Садовники		
Английский язык	01.01.2023-31.12.2023	306
Гимнастика	01.01.2023-31.12.2023	208
Информационные технологии	01.01.2023-31.12.2023	412
История, искусство, краеведение	01.01.2023-31.12.2023	104
ОФП	01.01.2023-31.12.2023	306
Пение	01.01.2023-31.12.2023	102
Скандинавская ходьба	01.01.2023-31.12.2023	306
Танцы	01.01.2023-31.12.2023	208
Фитнес, тренажеры	01.01.2023-31.12.2023	416

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Нагатинский Затон		
Английский язык	01.01.2023-31.12.2023	298
Гимнастика	01.01.2023-31.12.2023	204
Домоводство	01.01.2023-31.12.2023	196
Иностранные языки	01.01.2023-31.12.2023	784
Информационные технологии	01.01.2023-31.12.2023	204
История, искусство, краеведение	01.01.2023-31.12.2023	102
ОФП	01.01.2023-31.12.2023	204
Пеший лекторий	01.01.2023-31.12.2023	102
Рисование	01.01.2023-31.12.2023	600
Танцы	01.01.2023-31.12.2023	408
Фитнес, тренажеры	01.01.2023-31.12.2023	204
Фото/видео	01.01.2023-31.12.2023	294
Художественно-прикладное творчество	01.01.2023-31.12.2023	294

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Нагорный		
Гимнастика	01.01.2023-31.12.2023	714
Домоводство	01.01.2023-31.12.2023	306
Иностранные языки	01.01.2023-31.12.2023	102
Информационные технологии	01.01.2023-31.12.2023	204
Настольные игры	01.01.2023-31.12.2023	102
ОФП	01.01.2023-31.12.2023	204
Скандинавская ходьба	01.01.2023-31.12.2023	102
Спортивные игры	01.01.2023-31.12.2023	510
Танцы	01.01.2023-31.12.2023	102
Фитнес, тренажеры	01.01.2023-31.12.2023	306

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Орехово-Борисово Северное		
Английский язык	01.01.2023-31.12.2023	104
Информационные технологии	01.01.2023-31.12.2023	208
История, искусство, краеведение	01.01.2023-31.12.2023	104
Пеший лекторий	01.01.2023-31.12.2023	104
Рисование	01.01.2023-31.12.2023	104
Художественно-прикладное творчество	01.01.2023-31.12.2023	208

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Орехово-Борисово Южное		
Английский язык	01.01.2023-31.12.2023	204
Гимнастика	01.01.2023-31.12.2023	102
Иностранные языки	01.01.2023-31.12.2023	204
Информационные технологии	01.01.2023-31.12.2023	306
Пеший лекторий	01.01.2023-31.12.2023	28
Рисование	01.01.2023-31.12.2023	306
Скандинавская ходьба	01.01.2023-31.12.2023	204

Танцы	01.01.2023-31.12.2023	204
Фитнес, тренажеры	01.01.2023-31.12.2023	204
Художественно-прикладное творчество	01.01.2023-31.12.2023	306

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Царицыно		
Английский язык	01.01.2023-31.12.2023	510
Гимнастика	01.01.2023-31.12.2023	306
Иностранные языки	01.01.2023-31.12.2023	408
Информационные технологии	01.01.2023-31.12.2023	510
Красота и стиль	01.01.2023-31.12.2023	102
Пение	01.01.2023-31.12.2023	102
Рисование	01.01.2023-31.12.2023	306
Скандинавская ходьба	01.01.2023-31.12.2023	306
Танцы	01.01.2023-31.12.2023	204
Фитнес, тренажеры	01.01.2023-31.12.2023	204
Фото/видео	01.01.2023-31.12.2023	102
Художественно-прикладное творчество	01.01.2023-31.12.2023	288

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Чертаново Северное		
Английский язык	01.01.2023-31.12.2023	510
Гимнастика	01.01.2023-31.12.2023	612
Домоводство	01.01.2023-31.12.2023	102
Иностранные языки	01.01.2023-31.12.2023	306
Информационные технологии	01.01.2023-31.12.2023	816
ОФП	01.01.2023-31.12.2023	102
Пение	01.01.2023-31.12.2023	510
Психология и коммуникации	01.01.2023-31.12.2023	102
Рисование	01.01.2023-31.12.2023	306
Танцы	01.01.2023-31.12.2023	102
Художественно-прикладное творчество	01.01.2023-31.12.2023	612

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Чертаново Центральное		
Английский язык	01.01.2023-31.12.2023	204
Гимнастика	01.01.2023-31.12.2023	510
Домоводство	01.01.2023-31.12.2023	102
Иностранные языки	01.01.2023-31.12.2023	102
Информационные технологии	01.01.2023-31.12.2023	408
ОФП	01.01.2023-31.12.2023	306
Рисование	01.01.2023-31.12.2023	266
Танцы	01.01.2023-31.12.2023	714
Фитнес, тренажеры	01.01.2023-31.12.2023	204
Художественно-прикладное творчество	01.01.2023-31.12.2023	204

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (всего часов)
Район Чертаново Южное		
Борьба	01.01.2023-31.12.2023	102
Гимнастика	01.01.2023-31.12.2023	918
Домоводство	01.01.2023-31.12.2023	102
Здорово жить	01.01.2023-31.12.2023	102
Информационные технологии	01.01.2023-31.12.2023	204
Красота и стиль	01.01.2023-31.12.2023	102
Литература	01.01.2023-31.12.2023	102
Образовательный практикум	01.01.2023-31.12.2023	408
ОФП	01.01.2023-31.12.2023	306
Психология и коммуникации	01.01.2023-31.12.2023	204
Рисование	01.01.2023-31.12.2023	204
Скандинавская ходьба	01.01.2023-31.12.2023	204
Танцы	01.01.2023-31.12.2023	1122
Фитнес, тренажеры	01.01.2023-31.12.2023	2550
Художественно-прикладное творчество	01.01.2023-31.12.2023	510

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: 115142, г. Москва, район Нагатинский Затон, ул. Коломенская, д. 5, стр. 3, кабинет 11, телефон 8 (495) 870-44-44 (доб. 21525);
- ГБУ ТЦСО «Коломенское» филиал «Нагатино-Садовники» по адресу: 115487, г. Москва, район Нагатино-Садовники, пр-т Андропова, д. 42, корп. 1, кабинет 4, телефон: 8 (495) 870-44-44 (доб. 21646);
- ГБУ ТЦСО «Коломенское» филиал «Даниловский» по адресу: 115114, г. Москва, район Даниловский, Даниловская набережная, д. 2, корп. 1, кабинет 6, телефон: 8 (495) 870-44-44 (доб. 21604);
- ГБУ ТЦСО «Коломенское» филиал «Донской», по адресу: 115419, г. Москва, район Донской, ул. Шаболовка, д. 50, кабинет 18, телефон: 8 (495) 870-44-44 (доб.25769);
- ГБУ ТЦСО «Орехово» по адресу: 115569, г. Москва, район Орехово-Борисово Северное, ул. Шипиловская, д.9, корп.2, кабинет 113, 8 (495) 870-44-44 (доб.21075);
- ГБУ ТЦСО «Орехово» филиал «Орехово-Борисово Южное» по адресу: 115582, г. Москва, район Орехово-Борисово Южное, ул. Домодедовская, д. 24, корп. 4, кабинет 5, телефон: 8 (495) 870-44-44 (доб. 21235);
- ГБУ ТЦСО «Орехово» филиал «Братеево» по адресу: 115211, г. Москва, район Братеево, ул. Борисовские пруды, д. 8, корп. 3, кабинет 2, телефон: 8 (495) 870-44-44 (доб. 26287)
- ГБУ ТЦСО «Царицынский» по адресу: 115516, г. Москва, район Царицыно, ул. Весёлая, д.11, кабинет 213, телефон 8 (495) 325-08-43;
- ГБУ ТЦСО «Царицынский» филиал «Бирюлево Восточное» по адресу: 115598, г. Москва, район Бирюлево Восточное, ул. Липецкая, д. 17, корп. 1, кабинет 2, телефон: 8 (499) 725-89-63;
- ГБУ ТЦСО «Царицынский» филиал «Зябликово» по адресу: 115580, г. Москва, район Зябликово, ул. Мусы Джалиля, д.25А, кабинет 304, телефон: 8(495)870-44-44 (доб. 32433);

- ГБУ ТЦСО «Царицынский» филиал «Москворечье-Сабурово» по адресу: 115409, г. Москва, район Москворечье-Сабурово, Каширское шоссе, д. 60, корп. 2, кабинет 212, телефон 8 (495) 870-44-44 (доб. 32535);
- ГБУ ТЦСО «Чертаново» по адресу: 117546, г. Москва, район Бирюлево Западное, ул. Медынская, д. 11А, кабинет 316, телефон: 8 (495) 870-44-44 (доб. 21857);
- ГБУ ТЦСО «Чертаново» филиал «Нагорный» по адресу: 117556, г. Москва, район Нагорный, ул. Фруктовая, д. 5, к. 3, кабинет 26, телефон: 8 (495) 870-44-44 (доб. 22135);
- ГБУ ТЦСО «Чертаново» филиал «Чертаново Северное» по адресу: 117639, г. Москва, район Чертаново Северное, ул. Чертановская, д. 1В, корп. 1, кабинет 2, телефон: 8 (495) 870-44-44 (доб. 22061);
- ГБУ ТЦСО «Чертаново» филиал «Чертаново Центральное» по адресу: 117519, г. Москва, район Чертаново Центральное, ул. Красного Маяка, д. 4, корп. 5, кабинет 206, телефон: 8 (495) 870-44-44 (доб. 21960);
- ГБУ ТЦСО «Чертаново» филиал «Чертаново Южное» по адресу: 117534, г. Москва, район Чертаново Южное, ул. Чертановская, д. 60, кабинет 24, телефон: 8 (495) 870-44-44 (доб. 22013).

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

Дата начала подачи заявок – «15» ноября 2022 г.

Дата окончания срока подачи заявок – «15» декабря 2022 г.

Заявки, поданные позже указанного срока, не рассматриваются.

Приложение к Извещению об объявлении отбора Управлением социальной защиты населения Южного административного округа 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 учетом физиологических особенностей занимающихся.	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
Фитнес, тренажеры	Занятия с использованием современных методик фитнес-программ адаптированных с учетом	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Спортивный зал,	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической

	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, калланетика, пилатес, стретчинг, шейпинг.					культурой
Скандинавская ходьба	Всесезонные групповые занятия на свежем воздухе с использованием специального инвентаря (палок), способствующие укреплению мышц, повышению выносливости и улучшению осанки. Занятия проводятся по программам, разработанным с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий.	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	
Гимнастика	Комплекс физических и дыхательных упражнений, направленных на развитие координации, повышение эластичности мышц, подвижности суставов.	Не более 2-х часов занятий	Спортивный зал, спортивная площадка, парковая зона	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой	

	<p>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, йога.</p>		Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
<p>Художественно-прикладное творчество</p>	<p>Проведение занятий по различным видам декоративно-прикладного искусства, направленным на развитие эстетического вкуса, расширение представлений 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,</p>		Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет

	<p>плетение из бумаги, художественная обработка древесины, фитодизайн, шары темари.</p>	<p>Не более 2-х часов</p>	<p>Не более 2 занятия в неделю</p>	<p>Помещения организаций</p>	<p>Не требуется</p>	<p>Ограничений нет</p>
<p>Танцы</p>	<p>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.</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>Пение</p>	<p>Обучение правильному воспроизведению вокальной музыки, со звукообразованием и музыкальностью в пении, ансамблевое и хоровое пение русских народных и популярный композиций прошлых лет, знакомство с народной хореографией, обрядами и фольклором, с новыми направлениями современной культуры и авторскими произведениями.</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>Рисование</p>	<p>Проведение занятий по специально подобранным и максимально интересным методикам обучения изобразительной грамоте, видению, анализу и грамотному изображению</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>

	объемных форм на плоскости, колористике.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций, компьютерные классы	Не требуется	Ограничений нет
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	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 монологах и диалогах, развитие коммуникативных умений. Английский язык для начинающих. Английский язык разговорный.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
Литература	Проведение лекций, дискуссий, поэтических вечеров, направленных на изучение философских и культурологических	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет

	<p>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». Литературное мастерство - групповые занятия по основам создания своих текстов и писательскому мастерству. Формат программы - литературная мастерская с практической отработкой полученных знаний, что позволит в дальнейшем применять навыки при написании текстов (эссе, мемуары, биография, статьи, письма, блог и т.д.)</p>		Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Фото и видео техника	Ограничений нет
<p>Фото/видео</p>	<p>Обучение правилам пользования фото и видео техникой. Освоение методов фотографирования и видеосъемки. Обучение навыкам цифровой обработки изображений в графических редакторах и основам видеомонтажа.</p>	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
<p>Домоводство</p>	<p>Проведение занятий по различным аспектам ведения домашнего хозяйства. Вторая жизнь вещей. Обучение основам дизайна интерьера, ландшафтного дизайна, флористики.</p>	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет

	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	
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	Исторические достопримечательности, архитектурные памятники, усадьбы и пр. культурные достопримечательности города Москвы	Не требуется	Ограничений нет
Пеший лекторий	Программа представляет собой курс занятий. Тематические программы лекций в формате пеших экскурсий, цель которых пробуждение интереса 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.	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 участника)	Исторические достопримечательности, архитектурные памятники, усадьбы и пр. культурные достопримечательности города Москвы	Громкоговорители для экскурсоводов	Ограничений нет

	<p>Программы представляют собой логически связанные занятия с возможностью включения интерактивных и практических форматов. К разработке и проведению программ привлекаются узкопрофильных специалистов в своих областях: авторов, ученых, журналистов, психологов, а также носителей интересных историй и воспоминаний. К анкете-заявке претендента прикладываются утвержденные программы с тематикой курса, договоры с организациями, осуществляющие экскурсионные мероприятия, документы, подтверждающие квалификацию персонала (гид, экскурсовод, специалист по сервису и туризму)</p>		Не более 2-х часов занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
<p>Психология и коммуникации</p>	<p>Проведение занятий по развитию психологической культуры и личного потенциала людей старшего поколения. Формирование позитивного самовосприятия и восприятия жизненных обстоятельств. Оптимизация межличностных отношений и совершенствование навыков общения.</p>		Не более 2-х часов занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет

	<p>Психологические лектории, тренинги личностного роста.</p> <p>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.</p>	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
<p>Спортивные игры</p>	<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,</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

	<p>настольный теннис, городки, бадминтон, хоккей и другие подвижные игры.</p> <p>Обучение навыкам владения боевого искусства различной направленности (бокс, джиу-джитсу, искусство 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>	<p>Не более 2-х часов</p>	<p>Не более 2-х занятий в неделю</p>	<p>Помещения организации, спортивный зал, спортивная площадка</p>	<p>Спортивная одежда и обувь</p>	<p>Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой</p>
<p>Образовательный практикум</p>	<p>Проведение обучающих занятий по актуальной тематике. Автомобильная школа. Ментальная арифметика. Занятия по улучшению памяти. Обучение навыкам игры на музыкальных инструментах (гитара, фортепиано и др.). Обучение основам организации и ведения собственного бизнеса, ознакомление с мерами поддержки предпринимательства в Москве. Орнитология (изучение птиц). Школа пчеловода. Программа школы для помощи</p>	<p>Не более 2-х часов</p>	<p>Не более 2-х занятий в неделю</p>	<p>Помещения организации, парковая зона</p>	<p>Не требуется</p>	<p>Ограничений нет</p>

	внукам. Проведение занятий по развитию эмоционального интеллекта. Иные занятия обучающей направленности.							
Красота и стиль	Проведение занятий по изучению истории моды и прически. Советы по уходу за кожей в зрелом возрасте. Уход за волосами, массаж головы. Школа макияжа. Школа маникюра.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет		
Здорово жить	Проведение обучающих лекций, демонстрация информационных и наглядных материалов, обучение практическим навыкам, обсуждение, скрининг-исследования (при необходимости).	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Залы организаций	Не требуется	Ограничений нет		
Настольные игры	Обучение правилам и организация настольных игр (русское лото, современные настольные игры, иные настольные игры) с целью профилактики снижения когнитивных способностей в связи с возрастными особенностями.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет		