



ДЕПАРТАМЕНТ ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

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

ул. Дубнинская, д. 26, к. 1, Москва, 127591
Телефон: (499) 900-42-33, факс: (499) 900-42-44
ОКПО 29051277, ОГРН 1027739533557, ИНН/КПП 7713093917/771301001

№ _____

№ _____ от _____

Утверждаю:
Начальник Управления
социальной защиты населения
Северного административного
округа города Москвы
С.С. Истомина

«23» декабря 2019 г.

Извещение

В целях реализации проекта «Московское долголетие» Управление социальной защиты населения Северного административного округа города Москвы объявляет отбор организаций и 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	Гимнастика
3	Домоводство
4	Здорово жить
5	Иностранные языки
6	Информационные технологии
7	Образовательный практикум
8	ОФП

9	Пение
10	Психология и коммуникации
11	Рисование
12	Спортивные игры
13	Танцы
14	Финансовая и правовая грамотность, личная безопасность
15	Фитнес, тренажеры
16	Фото/видео
17	Художественно-прикладное творчество
18	Шахматы и шашки

Срок проведения занятий с «01» января 2020 г. по «31» декабря 2020 г.

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

Наименование досуговых занятий	Сроки проведения досуговых занятий	Объем проведения досуговых занятий (часов)
Аэропорт		47 112
Английский язык	01.01.2020 - 31.12.2020	5 408
Гимнастика	01.01.2020 - 31.12.2020	4 472
Здорово жить	01.01.2020 - 31.12.2020	6 968
Образовательный практикум	01.01.2020 - 31.12.2020	1 768
Пение	01.01.2020 - 31.12.2020	2 808
Психология и коммуникации	01.01.2020 - 31.12.2020	5 928
Рисование	01.01.2020 - 31.12.2020	10 088
Спортивные игры	01.01.2020 - 31.12.2020	2 288
Танцы	01.01.2020 - 31.12.2020	1 664
Фото/видео	01.01.2020 - 31.12.2020	1 560
Художественно-прикладное творчество	01.01.2020 - 31.12.2020	4 160
Беговой		33 904
Английский язык	01.01.2020 - 31.12.2020	2 080
Гимнастика	01.01.2020 - 31.12.2020	15 600
Образовательный практикум	01.01.2020 - 31.12.2020	1 664
Танцы	01.01.2020 - 31.12.2020	4 160
Фитнес, тренажеры	01.01.2020 - 31.12.2020	10 400

Бескудниковский		8 320
Пение	01.01.2020 - 31.12.2020	2 080
Психология и коммуникации	01.01.2020 - 31.12.2020	2 080
Рисование	01.01.2020 - 31.12.2020	2 080
Художественно-прикладное творчество	01.01.2020 - 31.12.2020	2 080
Войковский		12 064
Английский язык	01.01.2020 - 31.12.2020	2 496
Гимнастика	01.01.2020 - 31.12.2020	3 328
Фитнес, тренажеры	01.01.2020 - 31.12.2020	6 240
Восточное Дегунино		78 312
Английский язык	01.01.2020 - 31.12.2020	4 992
Гимнастика	01.01.2020 - 31.12.2020	26 520
Иностранные языки	01.01.2020 - 31.12.2020	9 360
Информационные технологии	01.01.2020 - 31.12.2020	8 112
Образовательный практикум	01.01.2020 - 31.12.2020	3 328
Психология и коммуникации	01.01.2020 - 31.12.2020	4 160
Рисование	01.01.2020 - 31.12.2020	2 704
Фитнес, тренажеры	01.01.2020 - 31.12.2020	6 240
Финансовая и правовая грамотность, личная безопасность	01.01.2020 - 31.12.2020	1 664
Художественно-прикладное творчество	01.01.2020 - 31.12.2020	9 984
Шахматы и шашки	01.01.2020 - 31.12.2020	1 248
Головинский		78 936
Английский язык	01.01.2020 - 31.12.2020	1 976
Гимнастика	01.01.2020 - 31.12.2020	22 464
ОФП	01.01.2020 - 31.12.2020	10 920
Спортивные игры	01.01.2020 - 31.12.2020	1 248
Танцы	01.01.2020 - 31.12.2020	29 848
Фитнес, тренажеры	01.01.2020 - 31.12.2020	12 480
Дмитровский		17 784
Гимнастика	01.01.2020 - 31.12.2020	6 240
Здорово жить	01.01.2020 - 31.12.2020	2 080
Иностранные языки	01.01.2020 - 31.12.2020	2 600
Информационные технологии	01.01.2020 - 31.12.2020	6 864
Западное Дегунино		12 376
Гимнастика	01.01.2020 - 31.12.2020	6 240
Рисование	01.01.2020 - 31.12.2020	1 560
Фитнес, тренажеры	01.01.2020 - 31.12.2020	3 120
Художественно-прикладное творчество	01.01.2020 - 31.12.2020	1 456
Коптево		17 264
Гимнастика	01.01.2020 - 31.12.2020	4 160
Домоводство	01.01.2020 - 31.12.2020	1 248
Здорово жить	01.01.2020 - 31.12.2020	1 248
Образовательный практикум	01.01.2020 - 31.12.2020	1 248
Рисование	01.01.2020 - 31.12.2020	1 040

Фитнес, тренажеры	01.01.2020 - 31.12.2020	8 320
Левобережный		42 640
Английский язык	01.01.2020 - 31.12.2020	5 200
Гимнастика	01.01.2020 - 31.12.2020	13 000
Иностранные языки	01.01.2020 - 31.12.2020	23 400
Образовательный практикум	01.01.2020 - 31.12.2020	1 040
Молжаниновский		6 240
Гимнастика	01.01.2020 - 31.12.2020	3 536
Здорово жить	01.01.2020 - 31.12.2020	1 560
Фитнес, тренажеры	01.01.2020 - 31.12.2020	1 144
Савеловский		5 512
Гимнастика	01.01.2020 - 31.12.2020	3 120
Спортивные игры	01.01.2020 - 31.12.2020	2 392
Сокол		80 080
Гимнастика	01.01.2020 - 31.12.2020	12 480
ОФП	01.01.2020 - 31.12.2020	7 280
Психология и коммуникации	01.01.2020 - 31.12.2020	3 120
Рисование	01.01.2020 - 31.12.2020	4 160
Танцы	01.01.2020 - 31.12.2020	21 840
Фитнес, тренажеры	01.01.2020 - 31.12.2020	26 000
Фото/видео	01.01.2020 - 31.12.2020	2 600
Художественно-прикладное творчество	01.01.2020 - 31.12.2020	2 600
Тимирязевский		8 632
Гимнастика	01.01.2020 - 31.12.2020	8 632
Ховрино		156 624
Английский язык	01.01.2020 - 31.12.2020	7 800
Гимнастика	01.01.2020 - 31.12.2020	34 320
Иностранные языки	01.01.2020 - 31.12.2020	5 200
Образовательный практикум	01.01.2020 - 31.12.2020	1 040
ОФП	01.01.2020 - 31.12.2020	12 480
Рисование	01.01.2020 - 31.12.2020	3 744
Танцы	01.01.2020 - 31.12.2020	38 168
Фитнес, тренажеры	01.01.2020 - 31.12.2020	49 504
Художественно-прикладное творчество	01.01.2020 - 31.12.2020	4 368
Хорошевский		18 720
Гимнастика	01.01.2020 - 31.12.2020	11 440
ОФП	01.01.2020 - 31.12.2020	4 160
Танцы	01.01.2020 - 31.12.2020	3 120

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).

При условии проведения досуговых занятий в помещениях Территориального центра социального обслуживания, помимо правоустанавливающих документов, с последним необходимо согласовать график расписания и объемы проведения занятий.

Копия

письма

о согласовании графика и объемов проведения занятий предоставляется вместе с заявкой;

- 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».

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.

Основанием для отказа в приеме заявки к рассмотрению является несоответствие заявки

и прилагаемых к ней документов установленным требованиям.

Претендент, получивший уведомление о необходимости доработки заявки и (или) представления необходимых документов, дорабатывает заявку и повторно представляет ее

в уполномоченную организацию в сроки, установленные в уведомлении.

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».

Критериями для допуска организаций в участие в проекте «Московское долголетие» являются:

1. Наличие у Претендента 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 персонала, обладающего профессиональными навыками в сфере проведения досуговых занятий, либо наличие гражданско-правовых договоров

о привлечении такого персонала.

3. Наличие у Претендента опыта проведения досуговых занятий или мероприятий по заявленным направлениям (не менее 1 года).

4. Возможность выполнения Претендентом 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 Претендента наград, грамот, благодарностей и иных поощрений за осуществление деятельности в сфере проведения досуговых занятий (в случае приложения таких документов к заявке).

6. Отсутствие у Претендента нарушений обязательств об участии в реализации пилотного проекта/проекта «Московское долголетие» в течение последних 12 полных месяцев, предшествующих месяцу объявления отбора для включения в реализацию проекта «Московское долголетие».

Срок, место и порядок приема заявок:

Прием заявок и пакета документов для участия в отборе производится по рабочим дням с 9 час. 00 мин. до 17 час. 00 мин., в пятницу с 09 час. 00 мин. до 15 час. 00 мин. в территориальном центре социального обслуживания по месту проведения занятий:

район Беговой	ГБУ ТЦСО «Беговой»	Адрес Ленинградский проспект, д.29 Контактное лицо Борисенко Наталья Викторовна Должность Начальник отдела, телефон 8-926-222-67-00	кабинет № 19
район Аэропорт	ГБУ ТЦСО «Беговой» филиал «Аэропорт»	Адрес ул. Черняховского д.14, стр. 1 Контактное лицо Графская Анастасия Викторовна Должность Начальник отдела, телефон 8-926-586-09-90	кабинет № 19
район Савеловский	ГБУ ТЦСО «Беговой» филиал «Савеловский»	Адрес 1-я Хуторская ул., д.5А Контактное лицо Алкснит Елена Евгеньевна Должность Начальник ОСКАД, телефон 8-915-022-39-63	кабинет № 12
район Сокол	ГБУ ТЦСО «Беговой» филиал «Сокол»	Адрес ул. Сальвадора Альенде, д.1 Контактное лицо Исляев Марсель Асиятович Должность начальник ОСКАД, телефон 8-925-700-29-19	кабинет № 14
район Хорошевский	ГБУ ТЦСО «Беговой» филиал «Хорошевский»	Адрес Хорошевское шоссе, д.82, к.7 Контактное лицо Червяков Николай Витальевич Должность Начальник ОСКАД, телефон 8-905-500-06-41	кабинет № 3
район Бескудниковский	ГБУ ТЦСО «Бескудниково»	Адрес ул. Дубнинская, д.31/к1 Контактное лицо Манаева Наталья Вячеславовна Должность Начальник ОСКАД, телефон 8-903-611-55-30	кабинет № 107
район Восточное Дегунино			
район Дмитровский	ГБУ ТЦСО «Бескудниково» филиал «Дмитровский»	Адрес Дмитровской шоссе, д.141/1 Контактное лицо Макарова Кристина Викторовна Должность начальник ОСКАД, телефон 8-968-510-17-00	кабинет № 17

район Западное Дегунино	ГБУ ТЦСО «Бескудниково» филиал «Западное Дегунино»	Адрес ул. Ивана Сусанина, д.2, к.1 Контактное лицо Бледных Наталья Олеговна Должность Начальник ОСКАД, телефон 8-962-983-38-33	кабинет № 23
район Тимирязевский	ГБУ ТЦСО «Тимирязевский»	Адрес улица Тимирязевская, д.10/12 Контактное лицо Шелепова Светлана Владимировна Должность Начальник ОСКАД, телефон 8-916-126-14-18	кабинет № 1
район Войковский	ГБУ ТЦСО «Тимирязевский» филиал «Войковский»	Адрес ул. Зои и Александра Космодемьянских, д.24А Контактное лицо Растаева Анастасия Александровна Должность Начальник ОСКАД, телефон 8-926-033-62-59	кабинет № 15
район Коптево	ГБУ ТЦСО «Тимирязевский» филиал «Коптево»	Адрес проезд Черепановых, д.22 Контактное лицо Бирюкова Татьяна Валерьевна Должность Начальник ОСКАД, телефон 8-910-449-70-25	кабинет № 6
район Ховрино	ГБУ ТЦСО «Ховрино»	Адрес улица Флотская, д.15 Контактное лицо Честнейшая Светлана Алексеевна Должность Начальник отдела, телефон 8-909-152-03-27	кабинет № 1
район Головинский	ГБУ ТЦСО «Ховрино» филиал «Головинский»	Адрес ул. Онежская, д.2 Контактное лицо Гурова Людмила Юрьевна Должность Начальник ОСКАД, телефон 8-906-747-94-14	кабинет № 22
район Левобережный	ГБУ ТЦСО «Ховрино» филиал «Левобережный»	Адрес ул. Беломорская, д.1 Контактное лицо Харитоновна Елена Александровна (район Левобережный) Должность Начальник ОСКАД телефон 8-926-995-75-66	кабинет № 5
район Молжаниновский		Контактное лицо Приказчикова Клавдия Александровна (район Молжаниновский) Должность Начальник ОСКАД телефон 8-966-116-21-69	кабинет № 15

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

Дата начала подачи заявок – «24» декабря 2019 г.

Дата окончания срока подачи заявок – «27» декабря 2019 г.

Заявки, поданные позже указанного срока, не рассматриваются.

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 личного 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 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, бодибалет, йога, калланетика, пилатес, стретчинг, шейпинг.	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
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	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Спортивная площадка, парковая зона	Спортивная одежда и обувь, палки для скандина	Наличие медицинского допуска к занятиям физической

	возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий.				вской ходьбы	культурой
Гимнастика	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.	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	Проведение обучающих лекций о здоровом образе жизни, демонстрация информационных и наглядных материалов, обучение практическим навыкам, обсуждение, скрининг-обследования (при необходимости).	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Залы организаций	Не требуется	Ограничений нет
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 обработка древесины, фитодизайн, шары темари.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
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-х 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 обучения изобразительной грамоте, видению, анализу и грамотному изображению объемных форм на плоскости, колористике.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	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 организации, 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 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
Шахматы, шашки	Проведение занятий по теории и практике шахматного и шашечного мастерства, проведение турниров.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организации, парковые зоны	Не требуется	Ограничений нет
Спортивные игры	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	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

	пневматического\лазерного оружия\лука), дартс, бильярд, большой теннис, настольный теннис, городки, бадминтон, хоккей и другие подвижные игры.					
Борьба	Обучение навыкам владения боевого искусства различной направленности (бокс, джиу-джицу, 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.	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
Лыжи	Обучение технике ходьбы (бега) на лыжах по программам, адаптированным с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий. Организация групповых лыжных прогулок.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Спортивная площадка, парковая зона	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой
Коньки	Обучение технике катания на коньках (ледовых или роликовых) по программам, адаптированным с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий. Организация группового катания на коньках.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Спортивная площадка, парковая зона	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой
Велоспорт	Проведение занятий по обучению навыкам и совершенствованию техники езды на велосипеде, правилам дорожного движения для велосипедистов. Организация групповых велопрогулок. Занятия проводятся по программам, разработанным с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Велодорожки, спортивная площадка, парковая зона	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой
Литература	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.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
Музыка, фольклор	Музыкально-просветительский лекторий. Проведение занятий по изучению истории музыки с прослушиванием музыкальных композиций. Изучение музыкальных жанров, народного фольклора, жизни и творчества композиторов и музыкальных деятелей.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет

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. Школа макияжа. Школа маникюра.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
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. Московведение.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
Психология и коммуникации	Проведение занятий по развитию психологической культуры и личностного потенциала людей старшего поколения. Формирование позитивного самовосприятия и восприятия жизненных обстоятельств. Оптимизация межличностных отношений и совершенствование навыков общения. Психологические лектории, тренинги личностного	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет

	роста.					
Образовательный практикум	<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 занятий экологической направленности. Программа школы для помощи внукам. Экскурсионные программы посещения музеев, вольерных комплексов и др. Проведение занятий по развитию эмоционального интеллекта. Иные занятия обучающей направленности.</p>	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организации, парковочная зона	Не требуется	Ограничений нет
Иностранные языки	<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
Настольные игры	<p>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.</p>	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет
Интеллектуальные игры	<p>Обучением правилам и организация игр, основанных на применении игроками своего интеллекта и/или эрудиции (брейн-ринг, викторины, квест, иные интеллектуальные игры) с целью профилактики снижения когнитивных способностей в связи с возрастными особенностями.</p>	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций	Не требуется	Ограничений нет