

Приложение 1 к Извещению об объявлении отбора организаций, индивидуальных предпринимателей для участия в проекте «Московское долголетие» и предоставлении гранта в форме субсидии из бюджета города Москвы организации, индивидуальному предпринимателю – участнику проекта «Московское долголетие»

Основные требования и условия проведения очных 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 с учетом возрастных особенностей в части касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий: различные виды двигательной активности, 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 предоставляется участником по запросу преподавателя
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,	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 предоставляется участником по запросу преподавателя

	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.					
Скандинавская ходьба	Всесезонные групповые занятия на свежем воздухе с использованием специального инвентаря (палок), способствующие укреплению мышц, повышению выносливости и улучшению осанки. Занятия проводятся с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий.	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 предоставляется участником по запросу преподавателя
Гимнастика	Комплекс физических и дыхательных упражнений, направленных на развитие координации, повышение эластичности мышц, подвижности суставов. Занятия проводятся 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, за	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 предоставляется участником по запросу преподавателя

	исключением посещения соляных пещер, аквааэробики					
Здорово жить	Проведение обучающих лекций, демонстрация информационных и наглядных материалов, обучение практическим навыкам, обсуждение, за исключением посещения соляных пещер	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Залы организаций, парковая зона *	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, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет
Танцы	Проведение танцевальных занятий, адаптированных с учетом возрастных особенностей в части	Не более 2-х часов	Не более 2 занятий в неделю	Помещения организаций, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет

	касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий, с использованием комплексного подхода и гармоничного сочетания основ дыхательной гимнастики, хореографии, музыки, пластики и танцев народов мира.					
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, парковая зона *	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, парковая зона *	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, компьютерные классы, парковая зона *	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, парковая зона *	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 организаций, парковые зоны	Не требуется	Ограничений нет
Спортивные игры	Проведение занятий по игровым видам спорта, направленных на поддержание физической активности людей старшего возраста. Занятия проводятся с учетом возрастных особенностей в части, касающейся	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 предоставляется участником по

	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.					запросу преподавателя
Борьба	Обучение навыкам владения боевого искусства различной направленности (бокс, джиу-джитсу, искусство рукопашного боя, капоэйра, каратэ, самбо, иные виды боевых искусств). Занятия проводятся 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, парковая зона	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой предоставляется участником по запросу преподавателя
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 предоставляется участником по запросу преподавателя
Коньки	Обучение технике катания на коньках (ледовых или роликовых) 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 предоставляется участником по запросу преподавателя

Велоспорт	Проведение занятий по обучению навыкам и совершенствованию техники езды на велосипеде, правилам дорожного движения для велосипедистов. Организация групповых велопрогулок. Занятия проводятся 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 предоставляется участником по запросу преподавателя
ГТО	Программа представляет собой курс занятий. Групповые занятия физической культурой с элементами подготовки к сдаче нормативов комплекса ГТО. Занятия программы включают в себя разнообразные упражнения, направленные как на полноценное физическое развитие и выносливость, так и на подготовку к сдаче нормативов комплекса ГТО. Комплекс ГТО – это программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, устанавливающая государственные требования к уровню его физической подготовленности в соответствии с возрастными группами населения. Занятия по подготовке к выполнению испытаний комплекса ГТО включают: 1. Проведение предварительного тестирования участников по видам испытаний	В соответствии с утвержденной программой занятий, не более 1-го часа	Не более 2-х занятий в неделю	Спортивный зал, спортивная площадка, парковая зона, оборудованные для тренировок	Спортивная одежда и обувь, наличие инвентаря для каждого участника	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой предоставляется участником по запросу преподавателя

	комплекса ГТО, направленных на определение уровня развития физических качеств участника: выносливости, силы, гибкости и его скоростных возможностей; 2. Ежемесячное проведение контрольных испытаний для отслеживания прогресса участников; 3. Итоговое тестирование участников по завершению программы; 4. Организация группового выполнения испытаний комплекса ГТО для желающих выпускников программы. Пробуждение интереса старшего поколения к ГТО – это ностальгия по молодости и вложение в физическое развитие, а также вовлечение в ведение здорового образа жизни в любом возрасте. К заявке Претендента прикладываются утвержденные программы с тематикой курса.					
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, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет

	В рамках указанного направления возможно проведение программы «Литературное мастерство». Литературное мастерство - групповые занятия по основам создания своих текстов и писательскому мастерству. Формат занятий - 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.)					
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, парковая зона *	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, парковая зона *	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.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет

	Столярное мастерство (изготовление скворечников и пр.). Кулинарные курсы.					
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, парковая зона *	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, парковая зона *	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, парковая зона *	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 группы)	Исторические достопримечательности , архитектурные памятники, усадьбы и пр. культурные	Громкоговоритель и для экскурсоводов	Ограничений нет

	старшего поколения к подвижному образу жизни в сочетании с интеллектуальным времяпрепровождением. Обучение состоит из: одготематических 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 носителей интересных историй и воспоминаний. К заявке Претендента прикладываются утвержденные программы с тематикой курса, договоры с организациями, осуществляющие экскурсионные мероприятия, документы, подтверждающие квалификацию персонала (гид,			достопримечательности города Москвы		
--	--	--	--	--	--	--

	экскурсовод, специалист по сервису и туризму).					
Экология жизни	Программа представляет собой курс занятий. Групповые занятия по основам экологического образа жизни и формированию эко-привычек. Программа включает в себя теоретические и практические занятия: • теоретические – эко-просвещение: экологические проблемы, эко-тренды, влияние экологических факторов на человека и др. • практические – эко-практикум и эко-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 заявке Претендента прикладываются утвержденные программы с тематикой курса.	В соответствии с утвержденной программой занятий, не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций, парковые зоны	Не требуется	Ограничений нет

Киберспорт	Программа представляет собой курс занятий. Групповые занятия по основам и культуре киберспорта. В рамках программы занятия организовываются по следующим блокам: • теоретический: история и культура киберспорта, игровая терминология, основные игровые жанры и др. • психологический: психология киберспорта, развитие навыков взаимодействия в команде, внимания, памяти, скорости, точности и др. • практический: тактика и стратегия компьютерных игр, формирование навыков анализа через просмотр матчей, тестирование игр различных жанров, способствующих интеллектуальному развитию участников с пользой для здоровья В каждом занятии важно учесть присутствие физической разминки, в том числе с целью формирования правильной позы при игре на компьютере. Преподаватели программы - профессиональные опытные тренеры, работающие в киберспортивной индустрии. Внедряя культуру киберспорта среди старшего поколения, мы стимулируем их адаптивность к техническому прогрессу, а также обучаем извлекать из занятий пользу для своего здоровья.	В соответствии с утвержденной программой занятий, не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организации, компьютерные классы, парковая зона*	Наличие игрового оборудования для видеоигр для каждого участника, лицензионные программы, игры	Ограничений нет
-------------------	---	---	--------------------------------------	---	---	------------------------

	К заявке Претендента прикладываются утвержденные программы с тематикой курса.					
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 роста.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет
Образовательный практикум	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. Проведение занятий по развитию эмоционального интеллекта. Иные занятия обучающей направленности.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организации, парковая зона	Не требуется	Ограничений нет

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, парковая зона *	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, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет
Интеллектуальные игры	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.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет
Автобусные экскурсии	Проведение экскурсий по историческим и культурным местам города Москвы и Московской области	В соответствии с тематическим планом с описанием досуговых занятий	Ежедневно	Автобус, территория проведения экскурсий	Не требуется	Ограничений нет

Серебряный университет	Проведение высшими учебными заведениями профессиональных обучающих программ в виде лекций, семинаров, проводимых в соответствии с утвержденной программой учебного заведения. По окончании обучения участникам выдается свидетельство о присвоении рабочей профессии, диплом государственного образца о профессиональной переподготовке либо иные документы об обучении.	В соответствии с утвержденной программой занятий	Не менее 2 раз в неделю	Помещения организаций, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет
Специальные программы (спецпроекты)						
Тренировки долголетия (специальная программа по медицинской реабилитации)	Групповые занятия по специально разработанному для людей старшего возраста программой лечебной физкультурой, включающие различные виды двигательной активности, на основе специальных методик с учетом физиологических особенностей занимающихся. Занятия проводятся лицензированными медицинскими учреждениями. Запись на занятия осуществляется организацией-участником проекта «Московское долголетие»	В соответствии с утвержденной программой занятий, не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Кабинеты ЛФК, залы организаций, спортивные залы	Спортивная одежда и обувь	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой предоставляется участником по запросу преподавателя
Московский театр	Освоение навыков по актерским дисциплинам с учетом возрастных особенностей, в том числе в формате мастер-классов с известными представителями профессионального	2 часа	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет

	театрального сообщества, создания спектаклей.					
Гармония души	Занятия направлены на развитие личностного потенциала, профилактику и поддержание психической составляющей здоровья пожилых людей для профилактики неблагоприятных изменений когнитивной сферы.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Помещения организаций, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет
Физические активности в бассейне	Занятия в воде, направленные на поддержание физической активности людей старшего возраста, улучшение техники плавания, укрепление мышц, улучшение гибкости и суставной подвижности, а также повышения общего тонуса организма. Занятия проводятся с учетом возрастных особенностей в части, касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий.	Не более 1 часа	Не более 2-х занятий в неделю	Бассейны	Полотенце, шапочка для плавания, купальный костюм, резиновые тапочки	Наличие медицинского допуска к занятиям предоставляется участником по запросу
Специальная программа «Интеллектуальный клуб» (Занятия проводятся лицензированными образовательными организациями высшего образования с учетом возрастных особенностей граждан старшего поколения. Утвержденная программа занятий в обязательном порядке прилагается к заявке)						
Интеллектуальный клуб. Психологические тренинги	Проведение групповых занятий, направленных на развитие психологической культуры и личностного потенциала граждан старшего поколения. Оптимизация межличностных отношений и совершенствование навыков общения граждан старшего поколения, в том числе и в	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Помещения организаций, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет

	свете межпоколенческой коммуникации. Обучение основам детской психологии для выстраивания гармоничных отношений и коррекции стиля воспитания детей (внуков) в семье. Обучение стратегиям и моделям бесконфликтного поведения личности. Психологические тренинги развития и личностного роста граждан старшего поколения. Формирование знания психологических основ патронажного ухода.					
Интеллектуальный клуб. История/Искусство	Проведение групповых занятий по изучению отечественной и/или зарубежной истории, культуры и искусства. Москвоведение.	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Помещения организаций, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет
Интеллектуальный клуб. Домоводство	Проведение групповых занятий по различным аспектам ведения домашнего хозяйства. Обучение основам реставрации мебели, дизайна интерьера и ландшафтного дизайна. Изучение правил здорового питания. Обучение навыкам мастерства кависта, сомелье, бариста.	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Помещения организаций, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет
Интеллектуальный клуб. Творческие мастерские	Проведение групповых занятий творческой направленности. Развитие эстетического вкуса, тренировка мелкой моторики и поддержание интеллектуальной активности. Формирование навыков художественного и декоративно-прикладного творчества: различные виды	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Помещения организаций, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет

	живописи, пэчворк, художественное ручное ткачество, изготовление витражей, авторской куклы, переплет и ремонт книги в домашних условиях и др.					
Интеллектуальный клуб. Здоровье/красота/стиль	Проведение групповых занятий по изучению основ психического и физического здоровья. Формирование позитивного психоэмоционального восприятия и умения адекватно преодолевать стрессовые ситуации. Обучение технологиям физического развития и поддержания красоты в серебряном возрасте. Изучение основ оказания первой помощи. Формирование системы здорового образа жизни и активного долголетия.	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Помещения организаций, парковая зона*	Не требуется	Ограничений нет
Интеллектуальный клуб. Иностранные языки	Проведение групповых занятий по изучению иностранных языков (английский, французский, испанский, немецкий, итальянский и другие) с учетом различного уровня владения (вводный/базовый/продвинутый уровни). 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	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Помещения организаций, парковая зона*	Не требуется	Ограничений нет

	умений, необходимых для общения на иностранном языке и путешествий.					
Интеллектуальный клуб. Информационные технологии	Проведение групповых занятий, направленных на формирование у граждан старшего поколения навыков использования ресурсов и средств современного информационного пространства, а также овладение соответствующими технологиями. Формирование навыков использования мобильных устройств и работы на компьютере. Обучение основам видеомонтажа, обработки фотографий в графических редакторах, а также работы с офисными приложениями. Обучение основам создания сайтов, ведения блогов и пользования социальными сетями. Развитие умения пользоваться электронными услугами и онлайн-сервисами.	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Помещения организаций, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет
Интеллектуальный клуб. Образовательный практикум	Проведение групповых обучающих занятий познавательной направленности. Обучение основам социальной, правовой, экономической и финансовой грамотности. Изучение истории этикета, этических норм и правил поведения в современном обществе. Совершенствование навыков экологической культуры. Развитие умения планировать	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Помещения организаций, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет

	бюджет и разрабатывать маршруты путешествий с учетом географических и исторических особенностей местности. Знакомство с технологическими трендами XXI века. Обучение основам литературного творчества и журналистского мастерства. Развитие познавательных способностей граждан старшего поколения.					
Интеллектуальный клуб. Проф/подготовка	Проведение групповых обучающих занятий, направленных на приобретение новых и/или совершенствование уже имеющихся у граждан старшего поколения профессиональных знаний, компетенций и навыков с целью освоения новой профессии и повышения конкурентоспособности на рынке труда. Формирование комплекса знаний и навыков в определенной профессиональной сфере. Обучение основам организации и ведения собственного бизнеса и предпринимательской деятельности.	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Помещения организаций, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет
Интеллектуальный клуб. Клубная работа	Проведение занятий для клубных объединений граждан старшего поколения, основанных на общности интересов. Удовлетворение потребностей граждан в получении актуальной информации и прикладных знаний в различных областях общественной жизни,	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Помещения организаций, парковая зона *	Не требуется	Ограничений нет

	культуры, литературы и искусства, науки и техники, в овладении полезными навыками в области культуры быта, здорового образа жизни, организации досуга и отдыха (клуб книголюбов, клуб любителей поэзии, музыки, театра, путешествий и др.).					
--	---	--	--	--	--	--

парковая зона* - возможность проводить досуговые занятия в формате офлайн на свежем воздухе при среднесуточной температуре выше 8 °С и благоприятных погодных условиях

Приложение 2 к Извещению об объявлении отбора организаций, индивидуальных предпринимателей для участия в проекте «Московское долголетие» и предоставлении гранта в форме субсидии из бюджета города Москвы организации, индивидуальному предпринимателю – участнику проекта «Московское долголетие»

Основные требования и условия проведения досуговых онлайн-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
Гимнастика	Физические упражнения, в части занятий, не требующих чрезмерной активности не связанные с необходимостью приобретения какого-либо оборудования, возможностью проведения занятий в домашних условиях. Групповые занятия с учетом возрастных особенностей, в том числе дыхательная гимнастика, цигун, йога. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	Спортивная одежда и обувь, наличие необходимого для выполнения простейших упражнений свободного пространства	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой предоставляется участником по запросу преподавателя
Общая физическая подготовка	Групповые занятия, не требующие чрезмерной активности, с учетом возрастных особенностей в части касающейся продолжительности и нагрузки участников занятий. Различные виды двигательной активности, в том числе с доступными элементами различных видов спорта, направленных на поддержание активности организма в целом, а также развитие подвижности	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	Спортивная одежда и обувь, наличие необходимого для выполнения простейших упражнений свободного пространства	Наличие медицинского допуска к занятиям физической культурой предоставляется участником по запросу преподавателя

	суставов, укрепление мышц, повышение гибкости, с учетом физиологических особенностей занимающихся. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.					
Здорово жить	Проведение обучающих лекций, демонстрация информационных и наглядных материалов, обучение практическим навыкам, обсуждение. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет
Танцы	Проведение танцевальных занятий, в том числе Zumba, 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. Занятия должны быть адаптированы к онлайн- занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	Наличие необходимого для выполнения простейших упражнений свободного пространства	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. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	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. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	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. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	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. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка, наличие на персональном компьютере программного обеспечения для реализации занятий	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. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет
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. В рамках указанного направления возможно проведение программы «Литературное мастерство». Литературное мастерство - групповые занятия по основам создания своих текстов и писательскому мастерству. Формат занятий - 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.) Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	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. Все курсы проводятся в части лектория. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	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. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	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. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	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 роста. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет
Образовательный практикум	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. Проведение занятий по развитию эмоционального интеллекта. Иные занятия обучающей направленности. Все занятия проводятся в части лектория. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет

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. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет
Серебряный университет	Проведение высшими учебными заведениями профессиональных обучающих программ в виде лекций, семинаров, проводимых в соответствии с утвержденной программой учебного заведения. По окончании обучения участникам выдается свидетельство о присвоении рабочей профессии, диплом государственного образца о профессиональной переподготовке либо иные документы об обучении. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	В соответствии с утвержденной программой занятий	Не менее 2 раз в неделю	Онлайн площадка	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. Все занятия проводятся в части лектория. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет

«Пеший лекторий»	Программа представляет собой курс занятий. Тематические программы лекций в формате виртуальных экскурсий, цель которых пробуждение интереса старшего поколения к интеллектуальному времяпрепровождению. 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 (для виртуальных путешествий допускается использование google карт, yandex карт и my maps (40% - google карты, yandex карты и my maps., 30% - фотоматериалы, 30% - видеоматериалы). К разработке и проведению программ приветствуется привлечение узкопрофильных специалистов в своих областях: авторов, ученых, журналистов, психологов, а также носителей интересных историй и воспоминаний. К заявке Претендента прикладываются утвержденные программы с тематикой курса,	В соответствии с утвержденной программой занятий, не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю (курс не менее 24 часов для группы)	Онлайн	Наличие оборудования и интерактивного материала для преподавателя для проведения виртуальных экскурсий	Ограничений нет
------------------	--	--	---	--------	--	-----------------

	договоры с организациями, осуществляющими экскурсионные мероприятия, документы, подтверждающие квалификацию персонала (гид, экскурсовод, специалист по сервису и туризму). Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.					
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. Все занятия проводятся в части лектория. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет
Интеллектуальные игры	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. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	С применением онлайн программ	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. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	С применением онлайн программ	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. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	Не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет
--	--	---------------------------	--------------------------------------	------------------------	---------------------	------------------------

Киберспорт	Программа представляет собой курс занятий. Групповые занятия по основам и культуре киберспорта. В рамках программы занятия организовываются по следующим блокам: • теоретический: история и культура киберспорта, игровая терминология, основные игровые жанры и др. • психологический: психология киберспорта, развитие навыков взаимодействия в команде, внимания, памяти, скорости, точности и др. • практический: тактика и стратегия компьютерных игр, формирование навыков анализа через просмотр матчей, тестирование игр различных жанров, способствующих интеллектуальному развитию участников с пользой для здоровья В каждом занятии важно учесть присутствие физической разминки, в том числе с целью формирования правильной позы при игре на компьютере. Преподаватели программы - профессиональные опытные тренеры, работающие в киберспортивной индустрии. Внедряя культуру киберспорта среди старшего поколения, мы стимулируем их адаптивность к техническому прогрессу, а также обучаем извлекать из занятий пользу для своего здоровья.	В соответствии с утвержденной программой занятий, не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	Список лицензированного программного обеспечения к установке и использованию в сети Интернет. В случае если программное обеспечение платное, то доступ к нему обеспечивает организация	Ограничений нет
-------------------	---	---	--------------------------------------	------------------------	---	------------------------

	К заявке Претендента прикладываются утвержденные программы с тематикой курса. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.					
Экология жизни	Программа представляет собой курс занятий. Групповые занятия по основам экологического образа жизни и формированию эко-привычек. Программа включает в себя теоретические и практические занятия: • теоретические – эко-просвещение: экологические проблемы, эко-тренды, влияние экологических факторов на человека и др. • практические – эко-практикум и эко-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 заявке Претендента прикладываются утвержденные программы с тематикой курса.	В соответствии с утвержденной программой занятий, не более 2-х часов	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет

Специальные программы (спецпроекты)						
Московский театр	Освоение навыков по актерским дисциплинам с учетом возрастных особенностей, в том числе в формате мастер-классов с известными представителями профессионального театрального сообщества, создания спектаклей. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	2 часа	Не более 2-х занятий в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет
Специальная программа «Интеллектуальный клуб» (Занятия проводятся лицензированными образовательными организациями высшего образования с учетом возрастных особенностей граждан старшего поколения. Утвержденная программа занятий в обязательном порядке прилагается к заявке)						
Интеллектуальный клуб. Психологические тренинги	Проведение групповых занятий, направленных на развитие психологической культуры и личностного потенциала граждан старшего поколения. Оптимизация межличностных отношений и совершенствование навыков общения граждан старшего поколения, в том числе и в свете межпоколенческой коммуникации. Обучение основам детской психологии для выстраивания гармоничных отношений и коррекции стиля воспитания детей (внуков) в семье. Обучение стратегиям и моделям бесконфликтного поведения личности. Психологические тренинги развития и личностного роста граждан старшего поколения. Формирование знания психологических основ патронажного ухода. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет

Интеллектуальный клуб. История/Искусство	Проведение групповых занятий по изучению отечественной и/или зарубежной истории, культуры и искусства. Москвоведение. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет
Интеллектуальный клуб. Домоводство	Проведение групповых занятий по различным аспектам ведения домашнего хозяйства. Обучение основам реставрации мебели, дизайна интерьера и ландшафтного дизайна. Изучение правил здорового питания. Обучение навыкам мастерства кависта, сомелье, бариста. Все занятия проводятся в части лектория. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет
Интеллектуальный клуб. Творческие мастерские	Проведение групповых занятий творческой направленности. Развитие эстетического вкуса, тренировка мелкой моторики и поддержание интеллектуальной активности. Формирование навыков художественного и декоративно-прикладного творчества: различные виды живописи, пэчворк, художественное ручное ткачество, изготовление витражей, авторской куклы, переплет и ремонт книги в домашних условиях и др. Все занятия проводятся в части лектория. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет

Интеллектуальный клуб. Здоровье/ красота/ стиль	Проведение групповых занятий по изучению основ психического и физического здоровья. Формирование позитивного психоэмоционального восприятия и умения адекватно преодолевать стрессовые ситуации. Обучение технологиям физического развития и поддержания красоты в серебряном возрасте. Изучение основ оказания первой помощи. Формирование системы здорового образа жизни и активного долголетия. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет
Интеллектуальный клуб. Иностранные языки	Проведение групповых занятий по изучению иностранных языков (английский, французский, испанский, немецкий, итальянский и другие) с учетом различного уровня владения (вводный/базовый/продвинутый уровни). 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, необходимых для общения на иностранном языке и путешествий. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет

Интеллектуальный клуб. Информационные технологии	Проведение групповых занятий, направленных на формирование у граждан старшего поколения навыков использования ресурсов и средств современного информационного пространства, а также овладение соответствующими технологиями. Формирование навыков использования мобильных устройств и работы на компьютере. Обучение основам видеомонтажа, обработки фотографий в графических редакторах, а также работы с офисными приложениями. Обучение основам создания сайтов, ведения блогов и пользования социальными сетями. Развитие умения пользоваться электронными услугами и онлайн-сервисами. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Онлайн площадка, наличие на персональном компьютере программного обеспечения для реализации занятий	Не требуется	Ограничений нет
Интеллектуальный клуб. Проф/подготовка	Проведение групповых обучающих занятий, направленных на приобретение новых и/или совершенствование уже имеющихся у граждан старшего поколения профессиональных знаний, компетенций и навыков с целью освоения новой профессии и повышения конкурентоспособности на рынке труда. Формирование комплекса знаний и навыков в определенной профессиональной сфере. Обучение основам организации и ведения собственного бизнеса и предпринимательской деятельности. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет

Интеллектуальный клуб. Образовательный практикум	Проведение групповых обучающих занятий познавательной направленности. Обучение основам социальной, правовой, экономической и финансовой грамотности. Изучение истории этикета, этических норм и правил поведения в современном обществе. Совершенствование навыков экологической культуры. Развитие умения планировать бюджет и разрабатывать маршруты путешествий с учетом географических и исторических особенностей местности. Знакомство с технологическими трендами XXI века. Обучение основам литературного творчества и журналистского мастерства. Развитие познавательных способностей граждан старшего поколения. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет
---	---	---	--	------------------------	---------------------	------------------------

Интеллектуальный клуб. Клубная работа	Проведение занятий для клубных объединений граждан старшего поколения, основанных на общности интересов. Удовлетворение потребностей граждан в получении актуальной информации и прикладных знаний в различных областях общественной жизни, культуры, литературы и искусства, науки и техники, в овладении полезными навыками в области культуры быта, здорового образа жизни, организации досуга и отдыха (клуб книголюбов, клуб любителей поэзии, музыки, театра, путешествий и др.). Все занятия проводятся в части лектория. Занятия должны быть адаптированы к онлайн-занятиям.	В соответствии с утвержденной программой занятий	В соответствии с утвержденной программой занятий, но не менее 1-го занятия в неделю	Онлайн площадка	Не требуется	Ограничений нет
--	---	---	--	------------------------	---------------------	------------------------