**n**

**u**

**g**

**c**

**e**

**o**

**d**

**.**

**w**

**w**

**w**

**e**

**w**

**r**

**P**

**m**

**D**

**Click to buy NOW!**

**Click to buy NOW!**

**o**

**F**

**-**

**X**

**c**

**C**

**a**

**h**

**r**

**a**

**t**

**-**

# Календарный план

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Решаемая задача | Мероприятие, его содержание, место  проведения | Дата начала | Дата завершения | Ожидаемые результаты |
| 1 | Вовлечь целевую аудиторию проекта в активный и полезный досуг | Социальный туризм (лекции об интересных исторических местах города Тулы и Тульской области и их посещение) в соответствии с географией проекта с целевыми группами в 9 МО. Место проведения: музеи, театры, выставки Тульской области.  Проводит координатор проекта + волонтеры. по 2 мероприятия в месяц в 9 МО проекта. | 01.12.2021 | 01.06.2022 | Предполагаемый охват участников не менее 300 человек. Познание исторических и достопримечательных мест региона.  Критерием оценки будет служить повышение активной жизни целевой группы. Получение дополнительной информации, повышение творческого развития. |

Вовлечь целевую аудиторию проекта в

* 1. активный и полезный

досуг

Будет проведен анализ поступивших заявок и набраны группы пожилых людей 60 + для занятий по оздоровительной гимнастике, физкультуре и спорту в 9 МО. Занятия будут проводиться в спортивных залах МО в соответствии с географией проекта.

Занятия проводит специалист по физической культуре 2 часа в неделю (Алексинский район, Киреевский район, Узловский район, Суворовский район).

Занятия проводит специалист по физической культуре 3 часа в неделю (Новомосковский район, Богородицкий район, город Тула).7 мероприятий в неделю.

01.12.2021

30.06.2022

Не менее 280 человек примут участие в мероприятиях.

**u**

**c**

**o**

**d**

**.**

**w**

**c**

**.**

**k**

**c**

**a**

**r**

**t**

**-**

Привлекаются для обучения бывшие спортсмены (добровольцы, активисты). Будет обеспечена дополнительная возможность привлечь людей старшего возраста 60+ к систематическим занятиям спортом, закаливанию организма.

Критерии оценки являются создание условий для активного долголетия.

**n**

**n**

**u**

**g**

**g**

**c**

**e**

**e**

**o**

**d**

**V**

**V**

**.**

**i**

**i**

**e**

**e**

**w**

**w**

**w**

**w**

**w**

**e**

**e**

**w**

**w**

**r**

**r**

**P**

**P**

**m**

**m**

**D**

**D**

**Click to buy NOW!**

**o**

**Click to buy NOW!**

**o**

**F**

**F**

**c**

**-**

**-**

**.**

**X**

**k**

**X**

**c**

**C**

**C**

**a**

**h**

**h**

**r**

**a**

**a**

**t**

**-**

Вовлечь целевую аудиторию проекта в

* 1. активный и полезный

досуг

Создание групп пожилых людей 60+, пенсионеров для участия в занятиях по скандинавской ходьбе.

Скандинавская ходьба (на постоянной основе): смотр участников групп пожилых людей, совместная зарядка участников. Проведение мероприятий на парковых площадках в 9 МО. Занятия проводит специалист по физической культуре 2 часа в неделю (город Тула: Центральный парк, Комсомольский парк), Новомосковский район, город Донской, Узловский, Киреевский районы. Занятия проводит специалист по физической культуре 1 час в неделю (Алексинский район, Суворовский район, Щекинский район). 12

01.12.2021

30.06.2022

Буду сформированы группы от 10 до 15 человек. Не менее 360 человек- участников проекта, улучшат состояние своего здоровья. Для проведения мероприятия будут дополнительно привлекаться из 9 МО бывшие спортсмены, добровольцы-волонтеры из людей пенсионного возраста. Критерием оценки данного этапа будет количество участников, которые улучшат свое здоровье.

**n**

**n**

**u**

**g**

**g**

**c**

**e**

**e**

**o**

**d**

**V**

**V**

**.**

**i**

**i**

**e**

**e**

**w**

**w**

**w**

**w**

**e**

**e**

**w**

**w**

**r**

**r**

**P**

**P**

**m**

**m**

**D**

**D**

**Click to buy NOW!**

**o**

**Click to buy NOW!**

**o**

**F**

**F**

**-**

**-**

**X**

**X**

**c**

**C**

**C**

**a**

**h**

**h**

**r**

**a**

**a**

**t**

**-**

Вовлечь целевую аудиторию проекта в

Проведение обучения в группах ЗОЖ: проведение курса лекций, видео- семинаров по профилактике деменции.

Обследования, бесплатные консультации офтальмолога, терапевта, кардиолога,невролога.

**c**

**c**

**.**

**.**

**k**

**k**

Работа будет проводиться в помещении организации

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4 | активный и полезный | и районных отделениях | 01.12.2021 | 30.06.2022 | для выявления |
|  | досуг | Союза. Лекции читает |  |  | хронических и |
|  |  | лектор по профилактике |  |  | возрастных |
|  |  | деменции (4 часа в |  |  | заболеваний. Получат |
|  |  | неделю: город Тула; 2 |  |  | рекомендации по |
|  |  | часа в неделю |  |  | индивидуальным |
|  |  | Алексинский район, |  |  | программам. Критерием |
|  |  | Киреевский район, |  |  | оценки на данном этапе |
|  |  | Узловский район; 1 час |  |  | будет программа и |
|  |  | в неделю: |  |  | график обучения. |
|  |  | Новомосковский район,  Богородицкий район, город Донской, Богородицкий район, Суворовский район, Щекинский район). 16 мероприятий в неделю. |  |  |  |
| 5 | Провести для представителей целевой группы обучение по программам: "Школа пожилого пациента ",  «Академия памяти" в соответствии с географией проекта. | В рамках программ:  «Академия памяти», "Школа пожилого пациента". Будет проведен курс: "Психологические аспекты работы с пожилыми людьми", "ЗОЖ и основы точечного, суставного массажа". Место проведения- помещения организаций-партнеров в 9 МО (1,5 часов, 2 раза в неделю: город Тула, Алексинский район, Киреевский район, Узловский район, Новомосковский район, Богородицкий район, город Донской, Щекинский район, Суворовский район) в соответствии с географией проекта. 18 | 01.12.2021 | 30.06.2022 | Занятия будут проводиться в группах от 10 до 15 человек. 24 курса лекций по 1,5 часовой программе. Не менее 300 человек на территории реализации проекта прослушают лекции и видео- семинары, получат рекомендации по индивидуальным программам поддержки здоровья. Критерием оценки будет улучшение состояния здоровья целевой группы. |

Будет разработана программа обучения целевой аудитории. Заключены 3 ГПД с преподавателями. Не менее 400 человек прослушают лекции и видео-семинары.

**u**

**c**

**o**

**d**

**.**

**w**

**c**

**a**

**r**

**t**

**-**

Пройдут медицинское освидетельствование

Вовлечь целевую аудиторию проекта в

1. активный и полезный

досуг

Подготовка и издание информационно- методических лифлетов и брошюр по теме: "Профилактика деменции". Работу провыодят: руководитель и координатор.

01.12.2021

30.06.2022

По 900 экземляров каждого вида информационного материала будет роздано целевой группе. По 100 экземляров каждого вида информационного материала будет распространено в организациях-партнерах и профильных НКО. Критерии оценки данного этапа: информационные материалы будут способствовать повышению личной мотивации на долголетие.

Обучить добровольцев

1. старше 60+ необходимым навыкам.

Обучение волонтерами сформированных групп ЗОЖ. Место проведения в помещении организации.

01.12.2021

30.06.2022

Не менее 150 пожилых человек 60+ получат информацию по теме "волонтерство" (добровольчество) для того, чтобы принимать участие в мероприятиях.

Критерии оценки: повышение мотивации пожилых людей к ведению здорового образа жизни.

**n**

**n**

**u**

**u**

**g**

**g**

**c**

**c**

**e**

**e**

**o**

**o**

**d**

**d**

**V**

**V**

**.**

**.**

**i**

**i**

**e**

**w**

**e**

**w**

**w**

**w**

**w**

**w**

**e**

**e**

**w**

**w**

**r**

**r**

**P**

**P**

**m**

**m**

**D**

**D**

**Click to buy NOW!**

**o**

**Click to buy NOW!**

**o**

**F**

**F**

**c**

**c**

**-**

**-**

**.**

**.**

**X**

**k**

**X**

**k**

**c**

**c**

**C**

**C**

**a**

**a**

**h**

**h**

**r**

**r**

**a**

**a**

**t**

**t**

**-**

**-**

Развить творческие

1. навыки у целевой аудитории.

В школе самозанятости пенсионеров «Снова в деле» будет проводиться обучение по введению в новые профессии: массажистка, нянечка, сиделка. По 2 часа 2 раза в неделю.4меропариятия

в месяц.Мероприятия проводятся в помещении организации. Обучение английскому языку целевой группы проекта город Тула, занятия проводит преподаватель по английскому языку по 7час. неделю.

4занятия в месяц.

01.12.2021

30.06.2022

Обучаемая целевая группа получит новые профессии, не менее 80 человек получат дополнительное обучение по уходу за нуждающимися в уходе пожилыми людьми 60+.

Изучение английского языка позволит пенсионерам общаться со сверстниками из-за рубежья, пользоваться интернет - ресурсами с англоязычной информацией, будет развиваться их кругозор.Критерии оценки: целевая группа будет оказывать услуги в получении навыков комплекса мер по продолжительности здоровой жизни пожилым людям.

Вовлечь целевую аудиторию проекта в

1. активный и полезный

досуг

Продолжить обучение пожилых людей в различных тематических кружках: мастер-классы по рукоделию (декупаж, цветы из атласных лент, вышивка бисером и др.), обучение работы с гаджетами, декоративное творчество, вязание, в соответствии с географией проекта. город Тула, привлекаются добровольцы и волонтеры. По 2 часа 2 раза в неделю.8 мероприятий в месяц.

01.12.2021

30.06.2022

Не менее 200 пенсионеров примут участие в обучении новым творческим навыкам, что позволит повысить общение, развитие талантов и творческой активности.

**u**

**c**

**o**

**d**

**.**

**w**

**c**

**.**

**k**

**c**

**a**

**r**

**t**

**-**

Критерии оценки данного этапа: расширение навыков проведения досуга, получение и совершенствование мастерства рукоделия.

Вовлечь целевую

1. аудиторию проекта в активный и полезный

досуг

Провести Фестиваль песенного творчества с проведением отбора коллективов для областного этапа в соответствии с географией проекта.

Место проведения: дворцы культуры в 9 МО. Руководитель проекта, координатор проекта. Будет проведено 10 мероприятий.

01.12.2021

30.06.2022

Не менее 300 человек пожилого возраста из 9 МО примут участие в отборочных турах фестиваля (2 этапа: районный и областной).

Победитель будет участником конкурса "Поединки хоров". Критерием оценки будет служить вовлечение в культурную жизнь и повышение психо- эмоционального состояния целевой группы.

**n**

**n**

**u**

**g**

**g**

**c**

**e**

**e**

**o**

**d**

**V**

**V**

**.**

**i**

**i**

**e**

**e**

**w**

**w**

**w**

**w**

**w**

**e**

**e**

**w**

**w**

**r**

**r**

**P**

**P**

**m**

**m**

**D**

**D**

**Click to buy NOW!**

**o**

**o**

**F**

**F**

**c**

**-**

**-**

**.**

**X**

**k**

**X**

**c**

**C**

**C**

**a**

**h**

**h**

**r**

**a**

**a**

**t**

**-**

Вовлечь целевую

1. аудиторию проекта в активный и полезный

досуг

Проведение оздоровительных мероприятий в спортивных залах и плавательных бассейнах в 9 МО в соответствии с географией проекта.

Специалист по физической культуре. По 2 часа 2 раза в

неделю. 8 мероприятий в месяц.

01.12.2021

30.06.2022

Улучшение физического состояния и здоровья не менее 180 человек.

Мероприятия эффективно отразятся на улучшения двигательной активности. Критериями оценки будут являться укрепление сердечно- сосудистой системы, улучшение двигательной активности и функции.

Вовлечь целевую

1. аудиторию проекта в активный и полезный

досуг

Проведение областной спартакиады с участниками целевой группы из 9 МО по видам спорта: легкая атлетика, плавание, скандинавская ходьба, шахматы, пулевая стрельба, настольный теннис. Мероприятие проводится на спортивном стадионе города Новомосковск.

Мероприятие проводится в 2 этапа: в районных МО и области. организуют руководитель, координатор, специалист по физ.культуре.

Проведено будет 10 мероприятий.

01.12.2021

30.06.2022

В мероприятии принимает участие целевая группа не менее 200 человек из 9 МО. Целевая группа покажет уровень по видам спорта: легкая атлетика, плавание, скандинавская ходьба, шахматы, пулевая стрельба, настольный теннис. Критериями оценки будут являться победители по каждому вида спорта.

**u**

**c**

**o**

**d**

**.**

**e**

**w**

**w**

**w**

**P**

**D**

**F**

**c**

**-**

**.**

**k**

**c**

**a**

**r**

**t**

**-**

**n**

**n**

**u**

**g**

**g**

**c**

**e**

**e**

**o**

**d**

**V**

**V**

**.**

**i**

**i**

**e**

**w**

**w**

**w**

**w**

**e**

**e**

**w**

**r**

**r**

**P**

**m**

**m**

**D**

**o**

**Click to buy NOW!**

**o**

**F**

**c**

**-**

**.**

**X**

**k**

**X**

**c**

**C**

**C**

**a**

**h**

**h**

**r**

**a**

**a**

**t**

**-**

Развить творческие

1. навыки у целевой аудитории.

Проведение курса обучения с использованием программ Skape и Zoom из представителей целевой аудитории, имеющей выход в интернет с возможностью сохранения и скачивания учебного контента. Дублирование информации в соц.сетях организации. МО г.Тула(Центральный, Привокзальный, Советский, Зареченский, Пролетарский округа). 5 мероприятий.

01.12.2021

30.06.2022

Участие в информационно- обучающей программе людей старшего поколения повысит их активность. Целевая группа получит новые навыки и компетенции, разнообразит свой досуг, повысит возможности получения необходимых услуг на интернет-площадках.

Критерием оценки данного этапа работы является количество обучающихся на онлайн ресурсах.

Развить творческие

1. навыки у целевой аудитории.

На завершающем этапе проводится анкетирование целевой аудитории. По оценке их физического и морально- психологического самочувствия, эффективности оказанной поддержки.

Анкетирование проводится по телефону волонтерами.

Результаты анкетирования размещаются на сайте организации, в социальных сетях, представляются в СМИ. Для поддержания социального эффекта проекта будут разработаны методические материалы по работе с людьми старшего возраста в период возможной самоизоляции, размещены в сети интернет для общего доступа. Работа будет проводиться в помещении организации.

01.12.2021

30.06.2022

Будет проведено анкетирование не менее 100 человек целевой аудитории. Для анкетирования привлечены 15 волонтеров ТГОЖ. Будет размещены информационные и методические материалы в СМИ, соц. сетях на сайте организации. Будут награждены грамотами и подарками победители Спартакиады, "Фестиваля песенного творчества", шахматного турнира, чемпионата по компьютерной грамотности. Будет обеспечена публичность и возможность тиражирования проекта.

Критериями оценки выполнения проекта будут служить положительные результаты анкетирования и доступность Методических материалов для профильных НКО.

Информирование о проведении

1. мероприятий проекта

"Тульской долголетие"

Наполнение информацией сайта. Работает PR менеджер проекта. Работы ведутся в офисе НКО. 6 мероприятий в неделю.

01.02.2022

30.06.2022

Старшее поколение Тульской области 60+ будет обеспечено дополнительной информацией в рамках программы "Тульское долголетие".

**n**

**n**

**u**

**u**

**g**

**g**

**c**

**c**

**e**

**e**

**o**

**o**

**d**

**d**

**V**

**V**

**.**

**.**

**i**

**i**

**e**

**w**

**e**

**w**

**w**

**w**

**w**

**w**

**e**

**e**

**w**

**w**

**r**

**r**

**P**

**P**

**m**

**m**

**D**

**D**

**Click to buy NOW!**

**o**

**Click to buy NOW!**

**o**

**F**

**F**

**c**

**c**

**-**

**-**

**.**

**.**

**X**

**k**

**X**

**k**

**c**

**c**

**C**

**C**

**a**

**a**

**h**

**h**

**r**

**r**

**a**

**a**

**t**

**t**

**-**

**-**