



АДМИНИСТРАЦИЯ
ФЕДЕРАЛЬНОЙ ТЕРРИТОРИИ «СИРИУС»

ГЛАВА АДМИНИСТРАЦИИ

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

16 октября 2026 г.

№ 186-п

Об утверждении Программы «Активное долголетие» на федеральной территории «Сириус»

В соответствии с частью 1 статьи 8 Федерального закона от 22 декабря 2020 года № 437-ФЗ «О федеральной территории «Сириус», статьей 26.1 Социального кодекса федеральной территории «Сириус», утвержденного решением Совета федеральной территории «Сириус» от 22 декабря 2023 года № 1-33/230, Уставом федеральной территории «Сириус» **п о с т а н о в л я ю:**

1. Утвердить Программу «Активное долголетие» на федеральной территории «Сириус» согласно приложению к настоящему постановлению.
2. Опубликовать настоящее постановление в сетевом издании sirius-ft.ru.
3. Настоящее постановление вступает в силу со дня его официального опубликования.
4. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на директора департамента труда и социального развития администрации федеральной территории «Сириус».

**Глава администрации
федеральной территории «Сириус»**



Д.С. Плишкин

УТВЕРЖДЕНА
постановлением
главы администрации
федеральной территории «Сириус»
от 16 октября 2026 года № 186-п

ПРОГРАММА
«Активное долголетие» на федеральной территории «Сириус»

1. Паспорт Программы «Активное долголетие» на федеральной территории «Сириус» (далее – Программа)

Наименование Программы	«Активное долголетие» на федеральной территории «Сириус»
Основание разработки Программы	Статья 26.1 Социального кодекса федеральной территории «Сириус», утвержденного решением Совета федеральной территории «Сириус» от 22 декабря 2023 года № 1-33/230
Кураторы Программы	Департамент труда и социального развития администрации федеральной территории «Сириус»; Департамент научно-технологического развития, образования, культуры, молодежной политики и спорта администрации федеральной территории «Сириус»
Исполнители Программы	Муниципальное казенное учреждение «Центр социальной поддержки федеральной территории «Сириус» (далее – МКУ «Центр социальной поддержки федеральной территории «Сириус»); Муниципальное автономное учреждение «Художественно-исторический центр «Сириус» (далее – МАУ «ХИЦ»)
Соисполнители Программы	Муниципальное бюджетное учреждение «Многофункциональный центр предоставления государственных и муниципальных услуг федеральной территории «Сириус» (далее – МБУ «МФЦ»); Государственное казенное учреждение «Кадровый центр федеральной территории «Сириус» (далее – ГКУ «Кадровый центр федеральной территории «Сириус»); Автономная некоммерческая организация «Медицинский центр «Сириус» (далее – АНО «Медицинский центр «Сириус»)
Цели Программы	Повышение продолжительности и качества здоровой жизни граждан Российской Федерации, достигших возраста 60 и 55 лет (соответственно мужчин и женщин), имеющих место жительства или место пребывания в федеральной территории «Сириус» (далее – граждане старшего поколения), увеличение периода их активного долголетия; укрепление в обществе ценности многопоколенной семьи, уважительного отношения к старшему поколению; создание условий реализации личностного потенциала граждан

	старшего поколения
Задачи Программы	Создание условий для граждан старшего поколения для занятий физической культурой и спортом, вовлечение в культурную жизнь общества, организация досуга и вовлечение в активную социальную деятельность, укрепление в обществе ценности многопоколенной семьи, уважительного отношения к старшему поколению
Сроки реализации Программы	2026 – 2030 годы

2. Перечень мероприятий Программы

№ п/п	Наименование мероприятия	Ожидаемый результат	Исполнители, соисполнители
1	2	3	4
1. Спорт, физическая активность, здоровый образ жизни			
1.1	Суставная гимнастика	Проведение занятий с гражданами старшего поколения в целях улучшения подвижности суставов, кровообращения, приобщения к здоровому образу жизни	МАУ «ХИЦ»
1.2	Оздоровительная гимнастика	Проведение занятий с гражданами старшего поколения в целях улучшения общего состояния здоровья и укрепления физического состояния, приобщения к здоровому образу жизни	МАУ «ХИЦ»
1.3	Лечебная физическая культура	Проведение занятий с гражданами старшего поколения в целях улучшения общего состояния здоровья и укрепления физического состояния, приобщения к здоровому образу жизни	МАУ «ХИЦ»
1.4	Скандинавская ходьба	Проведение занятий с гражданами старшего поколения на открытом воздухе в целях укрепления физического состояния и формирования двигательной активности, приобщения к здоровому образу жизни	МАУ «ХИЦ»

№ п/п	Наименование мероприятия	Ожидаемый результат	Исполнители, соисполнители
1.5	Беговой клуб	Проведение занятий с гражданами старшего поколения на открытом воздухе в целях укрепления физического состояния и формирования двигательной активности, приобщения к здоровому образу жизни	МАУ «ХИЦ»
1.6	Туристский клуб «Живем путем»	Проведение с гражданами старшего поколения походов выходного дня с посещением природных и историко-культурных достопримечательностей Черноморского побережья Кавказа в целях формирования двигательной и познавательной активности	МАУ «ХИЦ»
1.7	Семейное долголетие	Проведение для граждан старшего поколения торжественных мероприятий, посвященных празднованию юбилея супружеской жизни, в целях сохранения семейных ценностей, популяризации института семьи, повышения престижа семейного образа жизни, преемственности поколений	МКУ «Центр социальной поддержки федеральной территории «Сириус»
1.8	Вдали от суеты	Организация для граждан старшего поколения прогулок в природных зонах, экскурсий к памятникам культуры, зодчества, истории, в целях приобщения граждан старшего поколения к активному образу жизни, общению с живой природой, восстановления внутреннего баланса	МКУ «Центр социальной поддержки федеральной территории «Сириус»
1.9	Черное море – неизвестное об известном	Организация для граждан старшего поколения пеших прогулок и отдыха у берегов Черного моря с рассказами об истории Черного моря, его экосистеме, в целях	МКУ «Центр социальной поддержки федеральной территории «Сириус»

№ п/п	Наименование мероприятия	Ожидаемый результат	Исполнители, соисполнители
		улучшения общего состояния здоровья граждан старшего поколения, их психического состояния и преодоления психологических барьеров, снижения стресса, социализации	
1.10	Школа здоровья «Профилактика +»	Организация предварительного медицинского осмотра граждан старшего поколения, прикрепленных к АНО «Медицинский центр «Сириус» и желающих заниматься физической культурой в целях выявления противопоказаний и/или ограничений для конкретного вида физической культуры и спорта	АНО «Медицинский центр «Сириус»
2. Творчество, искусство, культурно-просветительская среда			
2.1	Киноклуб	Проведение с гражданами старшего поколения занятий в целях знакомства с современными новинками киноиндустрии и особенностями работы кинематографических команд	МАУ «ХИЦ»
2.2	Клуб «Основы фотографии»	Проведение с гражданами старшего поколения занятий в целях знакомства с теорией, историей и техникой фотографии, разбора технических и творческих задач с целью повышения художественного и технического уровней фотографии, формирования фото-сообщества	МАУ «ХИЦ»
2.3	Клуб «Арт-беседка»	Проведение с гражданами старшего поколения занятий в целях развития художественных навыков и знакомства с различными художественными техниками	МАУ «ХИЦ»

№ п/п	Наименование мероприятия	Ожидаемый результат	Исполнители, соисполнители
		и стилями	
2.4	Клуб «Мода и дизайн»	Проведение с гражданами старшего поколения занятий в целях знакомства с историей и актуальными вопросами развития моды для граждан старшего поколения	МАУ «ХИЦ»
2.5	Клуб «Фабрика творчества»	Проведение с гражданами старшего поколения занятий в целях знакомства с различными техниками и формами декоративно-прикладного искусства	МАУ «ХИЦ»
2.6	Хореографический клуб	Проведение с гражданами старшего поколения занятий в целях знакомства с различными танцевальными стилями	МАУ «ХИЦ»
2.7	Вокальный клуб (хор)	Проведение с гражданами старшего поколения занятий в целях развития вокальных навыков и формирования певческого сообщества граждан	МАУ «ХИЦ»
2.8	Экоклуб	Проведение с гражданами старшего поколения занятий в целях формирования сообщества увлеченных экологическими вопросами сохранения и развития окружающей среды граждан старшего поколения	МАУ «ХИЦ»
2.9	Театральная студия «Отражение»	Проведение с гражданами старшего поколения занятий в целях формирования театрального сообщества и знакомства с театральным искусством через участие в постановках, театральных зарисовках и спектаклях граждан старшего поколения	МАУ «ХИЦ»
2.10	Литературный клуб	Проведение с гражданами старшего поколения занятий в	МАУ «ХИЦ»

№ п/п	Наименование мероприятия	Ожидаемый результат	Исполнители, соисполнители
		целях знакомства с современными тенденциями литературного творчества и новинками в мире литературы, формирования сообщества любителей книги среди граждан старшего поколения	
3. Интеллектуальные игры			
3.1	Клуб «Фитнес для мозга»	Проведение с гражданами старшего поколения занятий в целях развития и сохранения когнитивных способностей	МАУ «ХИЦ»
3.2	Клуб «Серебряная прядь»	Проведение для граждан старшего поколения интеллектуальных игр (викторины, конкурсы, головоломки, настольные игры, игры на запоминание и воспроизведение информации) в целях повышения их самооценки и уверенности, улучшения мозговой деятельности, социального взаимодействия, развития творческих способностей	МКУ «Центр социальной поддержки федеральной территории «Сириус»
4. Образование и практикум			
4.1	Клуб «Финансовая грамотность»	Проведение для граждан старшего поколения лекций в целях знакомства с современным миром финансовых инструментов и профилактики финансовой грамотности в отношении различных схем финансового мошенничества	МАУ «ХИЦ»
4.2	Клуб «Английский язык»	Проведение для граждан старшего поколения обучения в целях изучения и закрепления знаний английского языка, формирование языкового сообщества	МАУ «ХИЦ»

№ п/п	Наименование мероприятия	Ожидаемый результат	Исполнители, соисполнители
4.3	Клуб «Личная безопасность»	Проведение для граждан старшего поколения лекций в целях повышения уровня самостоятельности, финансовой и юридической безопасности и грамотности, профилактики мошенничества в отношении указанных граждан, освоения и применения цифровых технологий, использования ресурсов государственных информационных систем (далее – ГИС), в том числе ГИС «Единый цифровой профиль жителя и гостя федеральной территории «Сириус» («Сириус» – просветительская среда»)	МКУ «Центр социальной поддержки федеральной территории «Сириус»;
4.4	Цифровая навигация: откройте мир портала «Работа в России» и цифровых сервисов для старшего поколения	Проведение для граждан старшего поколения обучения работе на единой цифровой платформе в сфере занятости и трудовых отношений «Работа в России», в других цифровых платформах в целях самостоятельного поиска вакансий, создания и редактирования резюме, подачи заявлений в электронном виде	ГКУ «Кадровый центр федеральной территории «Сириус»
4.5	Сервис «Моё резюме»	Проведение для граждан старшего поколения обучения по подготовке резюме, адаптированного под современные требования рынка труда, с акцентом на профессиональный стаж и надёжность как конкурентные преимущества возраста	ГКУ «Кадровый центр федеральной территории «Сириус»
4.6	Сервис «Моё собеседование»	Проведение для граждан старшего поколения тренировочных собеседований в целях отработки возможных вопросов работодателя,	ГКУ «Кадровый центр федеральной территории «Сириус»

№ п/п	Наименование мероприятия	Ожидаемый результат	Исполнители, соисполнители
		снятия психологических барьеров, установления акцента на преимущества возраста, повышения самооценки	
4.7	Карьерный компас	Проведение для граждан старшего поколения лекций по формированию индивидуальных траекторий профессиональной реализации (частичная занятость, наставничество, временные работы, волонтерство, самозанятость)	ГКУ «Кадровый центр федеральной территории «Сириус»
4.8	Тренинг «Правила делового общения»	Проведение для граждан старшего поколения обучения современным нормам делового этикета, грамотным телефонным переговорам и переписке с работодателем в целях улучшения навыков самопрезентации, повышения уверенности и снижения рисков конфликтных ситуаций	ГКУ «Кадровый центр федеральной территории «Сириус»
4.9	Тренинг «Моё предназначение»	Проведение у граждан старшего поколения диагностики личностных ресурсов, определение значимых жизненных и профессиональных ориентиров, повышение готовности к освоению новых социальных ролей	ГКУ «Кадровый центр федеральной территории «Сириус»
4.10	Тренинг «Моя профессия – моя жизнь»	Проведение для граждан старшего поколения лекций по оформлению своего профессионального и жизненного опыта в форматы, пригодные для наставничества и проведения мастер-классов	ГКУ «Кадровый центр федеральной территории «Сириус»
4.11	Тренинг «Смена профессии без стресса»	Проведение для граждан старшего поколения лекций по снижению уровня тревоги,	ГКУ «Кадровый центр федеральной территории «Сириус»

№ п/п	Наименование мероприятия	Ожидаемый результат	Исполнители, соисполнители
		связанной с возможной сменой сферы деятельности, освоению техники совладания со стрессом	
4.12	Школа здоровья «Профилактика +»	Проведение лекций для граждан старшего поколения в целях повышения медицинской грамотности, формирования навыков самоконтроля здоровья, раннего выявления факторов риска	АНО «Медицинский центр «Сириус»
4.13	Клуб «Активный пользователь государственных (муниципальных) услуг»	Проведение для граждан старшего поколения обучения работе в федеральной государственной информационной системе «Единый портал государственных и муниципальных услуг» (далее – Единый портал) в целях формирования устойчивых навыков самостоятельного решения повседневных задач через Единый портал, снижение барьеров и страхов его использования	МБУ «МФЦ»
4.14	Цифровая грамотность	Проведение для граждан старшего поколения обучения по использованию мобильных приложений в целях повышения качества жизни и социальной адаптации	МБУ «МФЦ»
4.15	Электронные сервисы	Проведение для граждан старшего поколения обучения по регистрации и работе в электронных сервисах в целях минимизации ошибок при их использовании, обеспечения постоянного доступа к ним для контроля выплат, льгот и налогов	МБУ «МФЦ»
4.16	День открытых консультаций	Проведение для граждан старшего поколения лекций по финансовой и	МБУ «МФЦ»

№ п/п	Наименование мероприятия	Ожидаемый результат	Исполнители, соисполнители
		юридической безопасности, профилактике мошенничества в целях своевременного разрешения сложных жизненных, юридических и социальных вопросов граждан в формате «одного окна», формирования навыков распознавания мошеннических схем, снижения рисков финансовых потерь	
4.17	Практикум «МФЦ без очереди»	Проведение для граждан старшего поколения обучения по подаче заявлений онлайн, записи в МБУ «МФЦ», отслеживанию статуса заявлений в целях оптимизации потока заявителей, сокращения времени ожидания в очередях, повышения уровня удовлетворенности качеством и доступностью предоставления государственных (муниципальных) услуг	МБУ «МФЦ»