



Правительство
Мурманской области



О СТАРТЕ ГУБЕРНАТОРСКОГО ПРОЕКТА «СЕВЕРНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»



#насевережить

МУРМАНСКАЯ ОБЛАСТЬ

656,4 ТЫС. ЧЕЛОВЕК

из них старше
трудоспособного возраста

1/5 НАСЕЛЕНИЯ РЕГИОНА

С 2019 ГОДА РЕАЛИЗУЕТСЯ ПРОГРАММА «АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»

- ✓ вовлечение в культурно-досуговые мероприятия и занятия спортом
- ✓ обеспечение возможности для самореализации
- ✓ предоставление финансовой поддержки
- ✓ охрана здоровья и увеличение продолжительности жизни
- ✓ развитие социальных услуг

2019 - 2024 годы

РОСТ числа граждан старшего возраста, участвующих в:

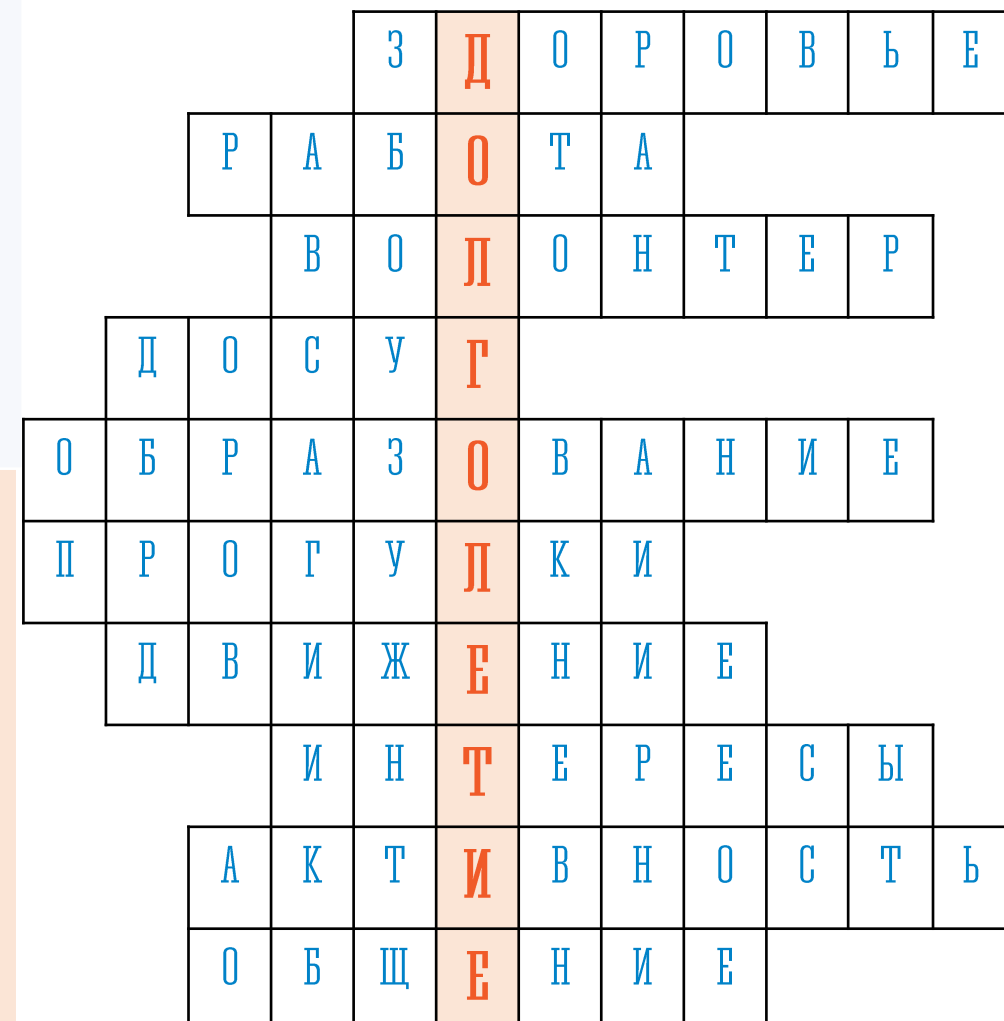
- спортивных мероприятиях в 3 раза
- досуговых мероприятиях в 2 раза
- добровольческой деятельности в 2 раза

предоставляется 27 МЕР социальной поддержки,

объем расходов на которые - 5,5 млрд руб.

охват диспансеризацией ↑ на 24 %

продолжительность жизни достигла 71,17 года ↑

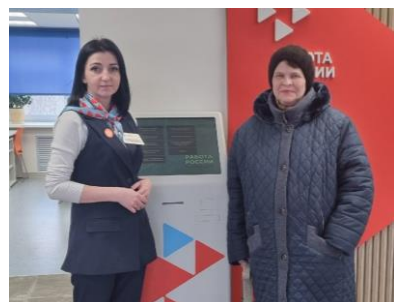


В 2024 ГОДУ МЕРОПРИЯТИЯМИ В СФЕРЕ ЗАНЯТОСТИ ОХВАЧЕНО БОЛЕЕ 1 000 ГРАЖДАН СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ

КАК ПОМОЧЬ ЛЮДЯМ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА ОСТАВАТЬСЯ ВОСТРЕБОВАННЫМИ?



средняя пенсия
31 474 руб.
+
минимальная зарплата
44 902 руб.
=
на руки
76 376 руб.



индивидуальное сопровождение северян пенсионного и предпенсионного возраста консультантом кадрового центра

- помощь предпенсионерам в открытии своего дела (финансовая помощь – 120 тыс. руб.)
- регистрация самозанятости
- профориентационная помощь
- написание резюме

ярмарки вакансий для пенсионеров и предпенсионеров
2025 год – 20 ярмарок
 14 кадровых центров

В 2024 ГОДУ В СПОРТИВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ РЕГИОНА ВОВЛЕЧЕНО БОЛЕЕ **37 000** ГРАЖДАН СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ

КАК ПОВЫСИТЬ ФИЗИЧЕСКУЮ АКТИВНОСТЬ ПОЖИЛЫХ ГРАЖДАН?



«БОДРОЕ
ВОСКРЕСЕНЬЕ.
ДОЛГОПЕТИЕ»

СОРЕВНОВАНИЯ

Спартакиада пенсионеров России
лыжные гонки памяти Т.П. Баланина
«Кубок Лиги Ветеранов»

ЧЕМПИОНАТЫ

бадминтон, баскетбол, волейбол,
настольный теннис, футбол

ЗНАЧИМЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

«Кросс нации»
«Лыжня России»
Всероссийский день ходьбы
Всероссийский день физкультурника

Мурманский лыжный марафон
Традиционный Праздник Севера
«Ночная хоккейная лига»
Фестиваль ГТО

«ЧАС ЗДОРОВЬЯ»

увеличение количества
БЕСПЛАТНЫХ
сеансов оздоровительного
плавания

 **16 БАССЕЙНОВ**
 **51 ТЫС. ПОСЕЩЕНИЙ**



«СОПКИ.СПОРТ ЗОВУТ!»

организация
БЕСПЛАТНОГО
посещения в утреннее время
(до 12:00) пространств
«СОПКИ.СПОРТ»



«СЕВЕРНАЯ ХОДЬБА»

2 маршрута для занятий
скандинавской ходьбой
в населенных пунктах

привлечение
профессионального тренера/волонтера
обучающий видеоурок



ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ + ГТО



=
ПАЛКИ ДЛЯ
СЕВЕРНОЙ ХОДЬБЫ

на спортивных объектах в рамках
торжественных мероприятий вместе
с вручением значка ГТО



В 2024 ГОДУ В КУЛЬТУРНО-ДОСУГОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ РЕГИОНА ВОВЛЕЧЕНО БОЛЕЕ 31 000 ГРАЖДАН СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ

КАК РАЗНООБРАЗИТЬ ДОСУГ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ?

«СОПКИ.БЕЗГРАНИЦ»

межпоколенческий проект
по созданию клубов
обмена опытом
между детьми и пожилыми гражданами
организация «Чтения на подушках»



30 клубов
на базе детских библиотек
2 раза в неделю



«КУЛЬТУРНАЯ СЕРЕБРЯНАЯ ЖИЗНЬ»

программа досуговых мероприятий
в КАЖДОМ МУНИЦИПАЛИТЕТЕ

- танцевально-музыкальные активности
 - дискотеки в каждом ДК
 - интеллектуальный досуг
 - клубы по интересам



муниципальный стандарт
мероприятий



«СЕРЕБРЯНОЕ СОЗВЕЗДИЕ ТАЛАНТОВ»

для развития таланта
создание при действующих народных
коллективах открытых
студий-спутников



студии-спутники
в каждом муниципалитете
50 тыс. посещений ежегодно



конкурс лучших
муниципальных практик
работы со старшим
поколением

3 победителя

1,5 млн руб.

на развитие практики



В 2024 ГОДУ В ВОЛОНТЕРСКУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ВОВЛЕЧЕНО БОЛЕЕ **6 000** ГРАЖДАН СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ

КАК НАПРАВИТЬ СИЛЫ И ЭНЕРГИЮ ЛЮДЕЙ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА В ОБЩЕСТВЕННО ПОЛЕЗНОЕ РУСЛО?

ПОМОЩЬ ВОЕННОСЛУЖАЩИМ, НАХОДЯЩИМСЯ В ЗОНЕ СВО

плетение маскировочных сетей,
изготовление блиндажных свечей,
пошив носилок, одежды, вязание
носков, рукавиц, отправка
писем\открыток бойцам

 учреждения культуры,
соцобслуживания



ВОЛОНТЕРСКИЙ ПРОЕКТ «БАБУШКИ И ДЕДУШКИ – ВНУКАМ»

внедрение в учреждениях
социального обслуживания
программ родительского
наставничества

граждане старшего возраста –
наставники, несовершеннолетние
воспитанники отделений социальной
реабилитации – **наставляемые**



АБОНЕМЕНТ ПО ПРИОБРЕТЕНИЮ БИЛЕТОВ НА КУЛЬТУРНЫЕ СОБЫТИЯ

поощрение активных
«серебряных» волонтеров на
мероприятиях, посвященных
празднованию
Дня добровольца



1 000 карт
 номиналом **5 000** руб.

ЕЖЕГОДНЫЙ КОНКУРС «ДОБРОВОЛЕЦ ГОДА»

трек «Молодость
души» для волонтеров
старше 50 лет



ОБЛАСТНОЙ КОНКУРС ЛУЧШИХ ПРАКТИК РАБОТЫ С СЕМЬЕЙ, ИНКЛЮЗИВНЫХ ПРАКТИК И ПРАКТИК РАЗВИТИЯ ДОБРОВОЛЬЧЕСТВА В СФЕРЕ КУЛЬТУРЫ

Участники:

- муниципальные учреждения культуры
- негосударственные организации

100 тыс. руб. на апробацию\внедрение
формы работы


КАК БЫТЬ ФИНАНСОВО ГРАМОТНЫМ В ЗРЕЛОМ ВОЗРАСТЕ?

УРОКИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ КОМПЬЮТЕРНОЙ И ФИНАНСОВОЙ ГРАМОТНОСТИ

ОБУЧЕНИЕ РАБОТЕ С:

- порталом «Госуслуги»
- электронными сервисами (такси, доставки, маркетплейсы, запись к врачу)
- банковскими приложениями
- мессенджерами
- социальными сетями

популярные темы занятий на 2025 год:

- «Как защитить свое цифровое пространство»
- «Как уберечь свои данные от мошенников»
- «Основы работы на ПК»
- «Ответственное финансовое поведение»
- «Госуслуги в повседневной жизни»
- «Школа пенсионной грамотности»

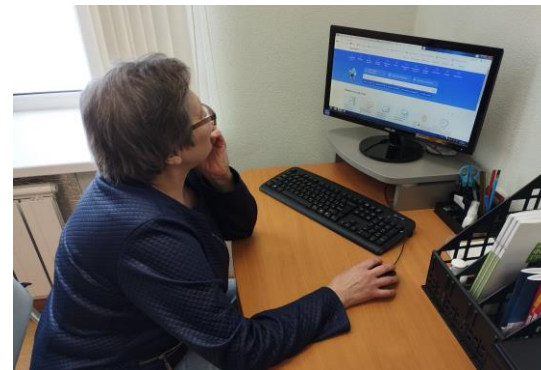
📍 локации в каждом муниципалитете:

МФЦ
учреждения культуры
учреждения соцобслуживания и соцподдержки
центры общения старшего поколения при Социальном фонде России – Апатиты, Кандалакша, Умба



спикеры:

специалисты учреждений
представители Центрального Банка России
Социального фонда России
правоохранительных органов
Роспотребнадзора
общественных объединений



КАК УКРЕПИТЬ ЗДОРОВЬЕ ГРАЖДАН СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ?



проведение
профилактических осмотров,
включая диспансеризацию

охват 70 %

«ПроАктивное»

приглашение на диспансеризацию
через единый контакт-центр,
страховые компании

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ
НА ДОМУ

выявление хронических
неинфекционных заболеваний у
маломобильных граждан

ВАКЦИНАЦИЯ
ПРОТИВ ПНЕВМОКОККОВОЙ
ИНФЕКЦИИ

создание иммунной прослойки
среди лиц старше 60 лет



в каждом муниципалитете

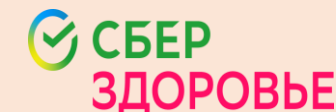


диспансерное наблюдение
пациентов старше 60 лет
с хроническими
заболеваниями

охват 90 %

ДИСТАНЦИОННЫЙ МОНИТОРИНГ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЗДОРОВЬЯ ГРАЖДАН

АКЦЕНТ С «РЕАКТИВНОГО» НА «ПРОАКТИВНЫЙ» ПОДХОД:



дистанционный мониторинг артериального давления и частоты пульса у пациентов
с сердечно-сосудистыми заболеваниями, показателей сахара крови у пациентов с
сахарным диабетом, проАктивная запись к врачу при отклонениях



развитие
гериатрической
службы

в каждом муниципалитете
ведет прием врач – гериатр



2025 год

Мурманск
Мончегорск
Апатиты



2026 – 2030 годы

Печенгский
Ковдорский
Ловозерский округа

НЕ ОДИН ДОМА!

В 2024 ГОДУ СОЦИАЛЬНЫЕ УСЛУГИ ПОЛУЧИЛИ БОЛЕЕ **9 300** ГРАЖДАН СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ

КАК ОБЕСПЕЧИТЬ КАЧЕСТВЕННЫЙ УХОД ЗА ЛЮДЬМИ, КОТОРЫМ НУЖНА ПОМОЩЬ?

СИСТЕМА
ДОЛГОВРЕМЕННОГО УХОДА

расширение географии
проекта в регионе



ПОЛЯРНЫЕ ЗОРИ
ОПЕНЕГОРСК
ЛОВОЗЕРСКИЙ ОКРУГ
ТЕРСКИЙ ОКРУГ



КНОПКА ЖИЗНИ

«ТЕХНОЛОГИЯ ЗАБОТЫ» ДЛЯ
ОДИНОКОПРОЖИВАЮЩИХ ГРАЖДАН

оснащение пунктов проката
технических средств реабилитации

ВОЗМОЖНОСТЬ ОПОВЕСТИТЬ О БЕДЕ
БЛИЗКИХ РОДСТВЕННИКОВ/
СОЦРАБОТНИКОВ,
ВЫЗВАТЬ ЭКСТРЕННЫЕ СЛУЖБЫ,
ОПРЕДЕЛИТЬ МЕСТОНАХОЖДЕНИЕ



ЦИФРОВОЙ ФОРМАТ
СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ

оснащение соцработников
планшетами с геолокацией

усиление контроля,
повышение качества соцслужб,
экономия рабочего времени,
обратная связь





ЦИФРОВАЯ «ДОСКА ПОЧЕТА» СЕМЕЙ, ПРОЖИВШИХ В БРАКЕ ОТ 25 ЛЕТ, НАГРАЖДЕННЫХ МЕДАЛЬЮ «ЗА ЛЮБОВЬ И ВЕРНОСТЬ» НА САЙТЕ МИНТРУДА МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ

СЕРИЯ ПУБЛИКАЦИЙ ИСТОРИЙ СЕВЕРЯН МУДРОГО ВОЗРАСТА НА СТРАНИЧКАХ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ УЧРЕЖДЕНИЙ СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЫ

СОЗДАНИЕ «КОПИЛКИ» ПРАКТИК ПО РАБОТЕ С ГРАЖДАНАМИ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ НА САЙТЕ МИНТРУДА МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ



КАК ПОЖИЛЫМ ЛЮДЯМ УЗНАТЬ О ПРОВОДИМЫХ МЕРОПРИЯТИЯХ И ЗАПИСАТЬСЯ НА НИХ?

Образование

Творчество

Физическая активность

Специальные программы

Скандинавская ходьба
Техники ходьбы для укрепления мышц, связок и суставов

Гимнастика
Здоровая спина, оздоровительная и дыхательная гимнастика

Спортивные игры
Волейбол, бадминтон, настольный теннис и другие

Фитнес
Тренажеры, пилатес, зумба, бодибалет

Общая физическая подготовка
Физкультурно-оздоровительные занятия

Цигун
Восточной гимнастика для улучшения дыхания и оздоровления организма

Йога
Физических упражнений для психического и физического здоровья

ГТО
Физическая культура для подготовки к сдаче нормативов комплекса ГТО

[Весь каталог занятий](#)
[ПРИСОЕДИНИТЬСЯ](#)

Наш Север

Блог

Афиша

Активный житель

Проекты

Сервисы

Конкурсы

Гранты

БОЛЬШЕ АКТУАЛЬНЫХ СОБЫТИЙ НА CULTURE.RU

Творческая мастерская

День Победы — 2025

День космонавтики — 2025

Афиша

Муниципалитет

Мурманск

Место проведения

Ледовый дворец

Даты проведения

28.04.2025 - 12.05.2025

☐ Пушкинская карта
 ☐ Интерактив
 ☐ Уникальность
 ☐ Бесплатно

Цена

0 Р. 999 Р.

Тип мероприятия

Обучение

Специфика

Специфика

Возраст

Возраст

Мастер-класс «Ручная набойка»

Мастер-класс «Праздничная брошь ко Дню Победы»

Лекция «Герои Квасников»

Мастер-класс «Поморская козуля»

Программа «Единая трудовая школа»

Программа «Вперед к большим переменам»

Программа «Дни детей»

Месяц

апрель

№	ПРЕДМЕТ	ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ	Оценка	Подпись учителя
1	МФЦ	получить ЕКЖ		
2	пение	Дом культуры		
3	врач	Сделать прививку		
4	физ-ра	СОПКИ.СПОРТ		
5	труд	Мастер-класс по вязанию		
6	работа	Кадровый центр		
7	врач	Пройти диспансеризацию		
8	басик	Курсы блогеров		

Месяц

апрель

№	ПРЕДМЕТ	ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ	Оценка	Подпись учителя
1	физ-ра	Скандинавская ходьба		
2	собес	Оформить выплату		
3	библиотека	Комп.грам., чтоб не		
4		ходить в собес		
5	басик			
6	библиотека	Лекция по фин.грам.		
7	диско	Танцы с подружками		
8	Добрые дела	Помощь бойцам		
9	Свободное время	Чтение на подушках		