


# активное долголетие

Мы меняем отношение к старости  
и повышаем качество жизни людей возраста 55+

г. Санкт-Петербург, Красносельский район  
2015-2020

 **СОЦИАЛЬНЫЕ  
ИННОВАЦИИ**  
Межрегиональный фонд  
целевого капитала

**СТАРШИЕ**

  
Благотворительный Фонд  
**Добрый город  
Петербург**



# почему мы это делаем?

---

- К 2030 году в Петербурге каждый **4-й** будет **55+**
- В Красносельском районе **уже сейчас** каждый 4-й старше 55+
- Старение населения меняет всё общество
- Реальная проблема – не старость, а преждевременное старение



# образ будущего: куда мы движемся?

---



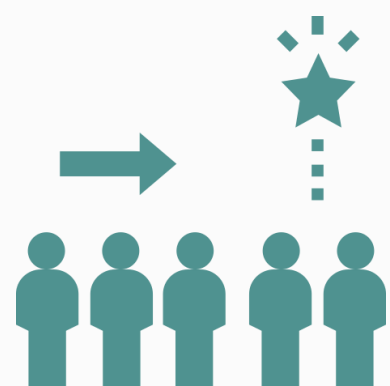
## **ИЗМЕНЯЕТСЯ РОЛЬ И СТАТУС В ОБЩЕСТВЕ**

Выходя на пенсию, люди не планируют свой переход в другую роль и статус



## **НУЖНО ПРОСТРАНСТВО ДЛЯ САМОРЕАЛИЗАЦИИ**

Старшим сложно найти организации, которые гибко примут их как сотрудников или волонтеров



## **ПОЯВЛЯЕТСЯ НОВАЯ ГРУППА АУДИТОРИИ – «НОВЫЕ СТАРШИЕ»**

Это горожане 50-65 лет, современные, с яркими идеями и готовые к сотрудничеству как партнеры программы, но для них крайне мало подходящих услуг и сервисов

# новая старость в старом обществе

Проект «Активное долголетие» - актуальный ответ на вызовы стареющего общества

## ПРИНЦИПЫ ПРОЕКТА:

- развитие у старших активной партнерской позиции
- повышение субъектности участников
- изменение подхода в работе со старшими с «мы для них», на «они для себя, а мы их поддерживаем»
- постоянное развитие проекта с учетом обратной связи

[ПОДРОБНЕЕ О ПРИНЦИПАХ →](#)





**150 мероприятий**

**19 000 участников**

17% от старшей аудитории  
Красносельского района

**2019**

**>150 мероприятий**

**25 000 участников**

22,5% от старшей аудитории  
Красносельского района

**2020**

Цель проекта «Активное долголетие» 2019-2020: повышение качества жизни людей 55+, изменение отношения к старению в обществе и увеличение выбора разных стратегий старения

# СТОИМОСТЬ ПРОЕКТА В 2019

Бюджет каждого блока проекта в 2019 году	Количество людей	Стоимость (включая менеджмент)	Количество часов (всего)	Количество часов на 1 человека	Количество рублей на 1 человека	Социальный эффект в результате участия в мероприятиях
Крупные городские и районные события: Фестиваль САД, концерты	15 000	6 691 977	38 500	3	446	люди узнали о проекте, получили конкретную помощь или услугу: посетили концерт, городской фестиваль
Образовательные поездки	1515	1 666 877	7 575	5	1100	проект повлиял на качество жизни людей
Социальные активности кинолекции, вечера встреч и др.	1600	2 042 299	3150	2	1276	проект повлиял на качество жизни людей
Обучение информационным технологиям	550	2 880 877	15 528	28	5238	проект существенно повлиял на качество жизни людей
Обучающие курсы (поддержка местных сообществ по карвингу, танцам, картины из соломки, суставной гимнастики и йоге)	245	1 763 203	8 700	35	7197	проект существенно повлиял на качество жизни людей
Поддержка инициатив старших	300	1 301 724	6 000	20	4349	серьезно изменилось качество жизни людей

# наш фокус – направления, которые оказывают влияние на качество жизни в старшем возрасте

Материальная обеспеченность	Состояние здоровья	Личностный потенциал (возможности, способности и ресурсы)	Среда, создающая возможности
Доля пенсии в доходе	Ожидаемая продолжительность жизни в 60 лет	Занятость (в том числе, волонтерство)	Социальные связи
Доля бедных в возрасте <sup>L</sup> SEP после 60 лет	Ожидаемые показатели здоровой жизни в 60 лет	Уровень образования лиц старшего возраста	Физическая безопасность
Относительное благополучие	Психологическое благополучие		Гражданские свободы
Душевой подход для людей старшего возраста			Доступность общественного транспорта

\*Индекс качества жизни людей старшего возраста ООН

наша стратегия – вовлечь аудиторию 55+, сообщества, эффективные НКО, бизнес, муниципалитеты и городскую власть в систему изменения качества жизни старшего поколения



1



Формирование местных сообществ через работу с аудиторией 50+

2



Появление городской программы активного долголетия к 2030 году



# В чем ценность проекта?

## 1 УНИКАЛЬНЫЙ ПРИМЕР МАСШТАБНОГО СОТРУДНИЧЕСТВА



## 2 РАБОТА С ОБЩЕСТВОМ В ЦЕЛОМ, А НЕ С ОТДЕЛЬНОЙ СОЦИАЛЬНОЙ ГРУППОЙ

## 3 СОВРЕМЕННЫЙ ПОДХОД К РАБОТЕ СО СТАРШИМ ПОКОЛЕНИЕМ



Кейс проекта вошел в сборник – репозиторий лучших практик и кейсов в сфере благотворительности Форума Доноров, ассоциации крупнейших грантодающих организаций, работающих в России



Разработанные фондом принципы работы со старшим поколением приняты Альянсом «Серебряный возраст», объединяющим организации по работе с пожилыми в 22 регионах РФ



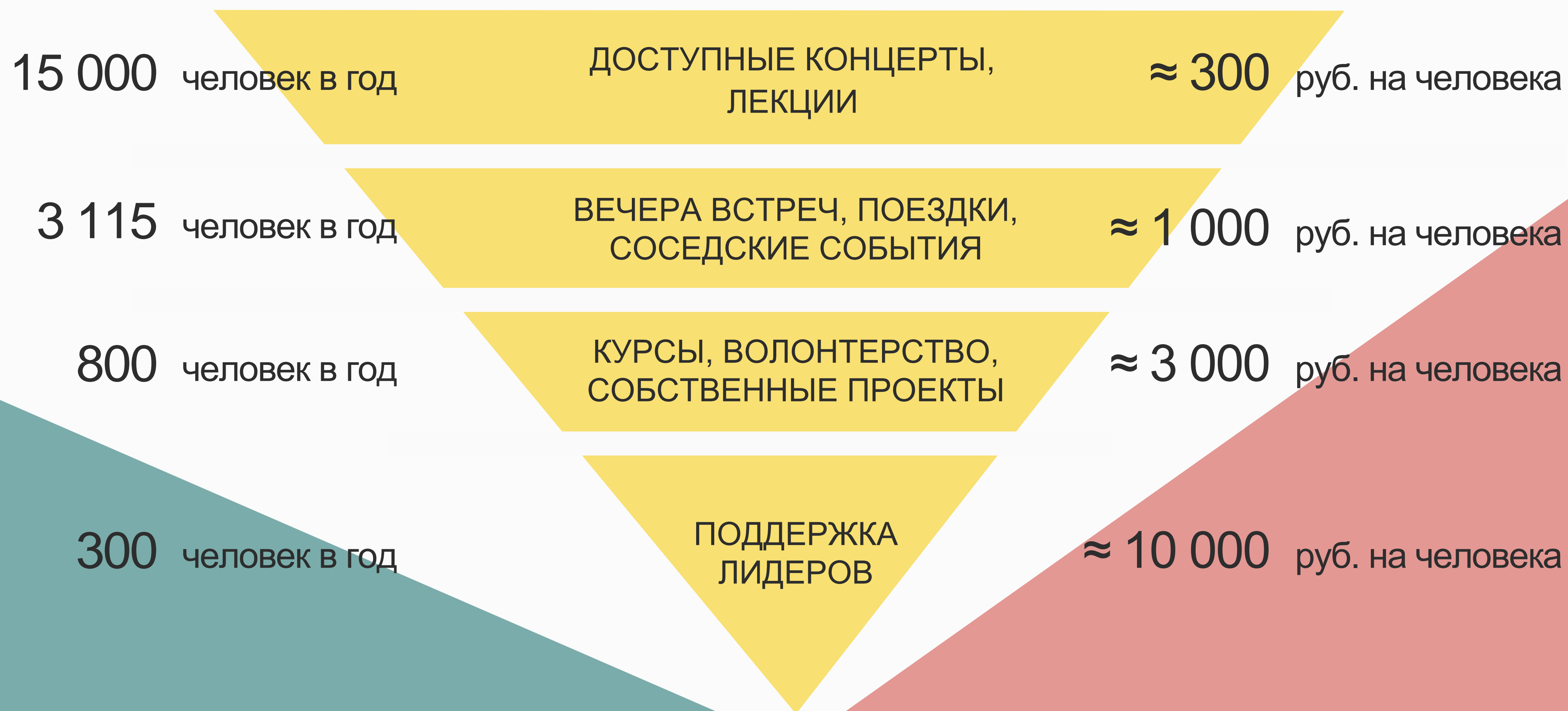
5-летний опыт работы лег в основу Стратегии развития фонда по работе со стареющим обществом до 2030 года. Частью Стратегии является фонд целевого капитала «Социальные инновации», направленного на поддержку программ направленных на улучшение качества жизни людей возраста 55+



---

**СТРУКТУРА И ЗАДАЧИ ПРОЕКТА  
АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ**

проект имеет систему оценки социального эффекта,  
построенную по принципу «воронки»



# почему нам важны лидеры?

Лидер – это человек, который выступает с инициативами, ищет поддержку и реализует свои идеи

1 лидер вовлекает **110** человек в свою инициативу

Поддержка соседских проектов является самой эффективной моделью поддержки старшего поколения



## КЛУБ ПОЛЯНКА

В 2019 году появилось новых 60 человек, все преподаватели клуба – старшие 55+  
Проводятся занятия по прикладному творчеству: скрапбукинг, оригами, карвинг, декупаж  
Организовали 10 событий и поучаствовали в 8 мероприятиях в районе и городе  
Клуб существует с 2018 года



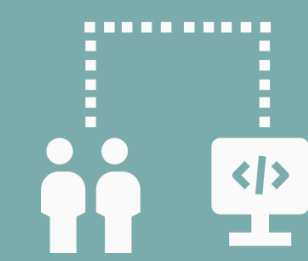
НАУЧИЛСЯ САМ -  
НАУЧИ ДРУГИХ!

АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ  
VK.COM/KLUBAKD

задачи проекта



РАСШИРЕНИЕ КРУГА ОБЩЕНИЯ  
И ИНТЕРЕСОВ, ПОЯВЛЕНИЕ НОВЫХ  
ЗНАКОМЫХ



ОБУЧЕНИЕ ЛИЧНЫМ  
И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ НАВЫКАМ,  
В ТОМ ЧИСЛЕ ИНФОРМАЦИОННЫМ  
ТЕХНОЛОГИЯМ



КАЧЕСТВЕННАЯ ЗАНЯТОСТЬ:  
ВОЛОНТЕРСТВО, САМОЗАНЯТОСТЬ,  
ТРУДОУСТРОЙСТВО



СОЗДАНИЕ СРЕДЫ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ  
ЛИЧНОГО ПОТЕНЦИАЛА



—

# **МЕРОПРИЯТИЯ ПРОЕКТА АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ**

# Фестиваль «САД: счастливое и активное долголетие»

Активное долголетие – это история не про возраст, а про стиль жизни и желание развиваться и воплощать свои самые дерзкие мечты. Быть собой и выбирать личную стратегию развития»

> 3500 УЧАСТНИКОВ



ВЫСОКИЙ ОХВАТ

> 60 АКТИВНОСТЕЙ

## ПАРТНЕРЫ:

НКО города, городские сообщества

## ЗАДАЧИ:

- Расширение круга общения и интересов, появление новых знакомых
- Качественная занятость: волонтерство, самозанятость, трудоустройство
- Создание среды для реализации личного потенциала

**ВЫВОД 2019:** Фестиваль, который четыре года назад планировался как событие для старших петербуржцев, в этом году смело заявляет: «САД - для каждого»



# Концерты

Программа была составлена с учетом пожеланий старшего поколения и включала классику, романсы, фольклор, поп и классический балет и современную хореографию

> 11 000 УЧАСТНИКОВ



ВЫСОКИЙ ОХВАТ

> 10 МЕРОПРИЯТИЙ

## ПАРТНЕРЫ:

Петербург Концерт

## ЗАДАЧИ:

- Расширение круга общения и интересов, появление новых знакомых

**АКТУАЛЬНОСТЬ :** Концерты знакомят зрителей с разнообразием музыкальных и танцевальных художественных направлений и приобщают к шедеврам общемировой культуры в исполнении заслуженных и знаменитых артистов.





# Площадка для общения перед концертами

Клуб знакомств с городскими сообществами (такие как Полянка, Гореловские бабушки). Местные сообщества презентуют свою деятельность, проводят мастер – класс, рассказывают о себе и как можно присоединиться

> 600 УЧАСТНИКОВ



СРЕДНИЙ ОХВАТ

## ПАРТНЕРЫ:

Городские сообщества и проекты, креативные пространства

## ЗАДАЧИ:

- Расширение круга общения и интересов, появление новых знакомых

**ВЫВОД 2019:** Попробовать провести клуб знакомств с городскими сообществами, а не ставить главной целью знакомство людей друг с другом.



# Образовательные поездки

Образовательные поездки по направлениям: музеи, храмы, дворцы Петербурга и пригородов  
В 2019 году впервые состоялась экскурсия для мужчин на пивной завод Балтика

> 1515 УЧАСТНИКОВ



СРЕДНИЙ ОХВАТ

## ПАРТНЕРЫ:

Тур оператор Петербургская Соната

## ЗАДАЧИ:

- Расширение круга общения и интересов, появление новых знакомых

**АКТУАЛЬНОСТЬ:** Мы повышаем доступность культурной жизни, чтобы участники программы имели возможность расширить кругозор, поездки стимулируем выходить из дома, общаться.

**ВЫВОД 2019:** В проект мало вовлечены мужчин старшего возраста, для них нужны новые форматы мероприятий



# Кинолекции

Кинолекции - это возможность узнать подробности о любимых фильмах и познакомиться с соседями

> 320 УЧАСТНИКОВ



СРЕДНИЙ ОХВАТ

## ПАРТНЕРЫ:

Кинотеатр Восход

## ЗАДАЧИ:

- Расширение круга общения и интересов, появление новых знакомых

**АКТУАЛЬНОСТЬ:** Поход в кинотеатр на актуальные кинофильмы — для кого-то это уже норма, а кто-то боится почувствовать себя неловко или не привычно. Некоторые герои проекта признались, что в кино не были уже лет 10.



# Вечера встреч: Памятные даты и Вечера танцев

Вечера встреч: Памятные даты и Вечера танцев. Формат открытого микрофона стал для старшего поколения возможностью высказаться, показать свои таланты, подвигаться и поделиться идеями для улучшения программы

> 370 УЧАСТНИКОВ



СРЕДНИЙ ОХВАТ

## ПАРТНЕРЫ:

Кинотеатр Восход

## ЗАДАЧИ:

- Расширение круга общения и интересов, появление новых знакомых

**АКТУАЛЬНОСТЬ:** Подобные мероприятия привлекают аудиторию самого старшего возраста и решают несколько проблем – одиночество, малоподвижный образ жизни



# Обучение цифровым технологиям: компьютер, смартфон, соцсети

Организовали новые курсы «Смартфон — легко и просто» (навигатор, селфи, Skype, WhatsApp, wi-fi, мобильный Интернет) и «Инстакурс 50+» (от «расширить круг общения» до «стать медиа-волонтером»).

> 550 УЧАСТНИКОВ



СРЕДНИЙ ОХВАТ

## ПАРТНЕРЫ:

Университет ИТМО

## ЗАДАЧИ:

- Обучение личным и/или профессиональным навыкам

**АКТУАЛЬНОСТЬ:** Большинство людей даже не задумывается над этими действиями. Однако для старшего поколения это часто превращается в невыполнимую задачу

**ВЫВОД 2019:** Старшим нужны разные навыки для разных задач, мы делаем курсы разного уровня и навыков



# Городские акции «Одобрено старшим поколением»

В рамках акций жители старшего возраста исследуют насколько они чувствуют себя комфортно и в дружелюбной обстановке в общественных пространствах, магазинах, кафе и городских мероприятиях

> 100 УЧАСТНИКОВ



СРЕДНИЙ ОХВАТ

## ПАРТНЕРЫ:

«Альянс «Серебряный возраст» распространили технологию на 15 регионов

## ЗАДАЧИ:

- Создание среды для реализации личного потенциала (поддерживающая среда)

**ВЫВОД 2019:** Для участников акций в поддерживающей среде самое важное быть нужными и не быть «списанными со счетов». Главное сегодня - дружелюбное отношение персонала в магазинах, кафе и наличие возможностей для активного участия в жизни города



# Клубы по интересам: карвинг, клуб Полянка, танцевальный клуб «Гореловские бабушки», «Картины из соломы» и «Курс хорошего настроения» - подготовка будущих ведущих разминок

> 245 УЧАСТНИКОВ

НИЗКИЙ ОХВАТ

## ПАРТНЕРЫ:

Танцевальный клуб «Кураж»

## ЗАДАЧИ:

- Расширение круга общения и интересов, появление новых знакомых
- Качественная занятость: волонтерство, самозанятость, трудоустройство
- Создание среды для реализации личного потенциала (поддерживающая среда)

**ВЫВОД 2019:** Обновили подход к ведению курсов: добавили занятие «От идеи к проекту» где рассказываем, как реализовать полученные навыки или другие собственные идеи, оформить проект, создать сообщество по интересам. Принцип «Научился сам - научи другого» вдохновляет участников относиться к занятиям как возможности, а не просто бесплатному кружку.



# Соседская мастерская

«Соседская мастерская» - проект по поддержке низовых инициатив жителей по преобразованию городской среды в своем районе

> 230 УЧАСТНИКОВ

НИЗКИЙ ОХВАТ

## ПАРТНЕРЫ:

Библиотечный центр Маяк, урбанисты, лидеры городских сообществ «Деревья Петербурга», «Plants for Friends») экологические организации Беллона, Гринпис, Том Соер Фест, друзья Карповки, Леруа Мерлен


## ЗАДАЧИ:

- Расширение круга общения и интересов, появление новых знакомых
- Качественная занятость: волонтерство, самозанятость, трудоустройство
- Создание среды для реализации личного потенциала (поддерживающая среда)

**ВЫВОД 2019:** Инклюзивные межпоколенческие проекты нуждаются в эксклюзивной работе с запросами старших. Соседская Мастерская 2019 года способствовала появлению нового формата занятия «От идеи к проекту»







---

**ИТОГИ И ПЕРСПЕКТИВЫ ПРОЕКТА  
АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ**

# 5 лет работы: растёт количество участников и масштаб активностей





# направления проекта в 2020 году

---

1

**ПОВЫШЕНИЕ УСТОЙЧИВОСТИ ПРОЕКТА**

2

**ПОВЫШЕНИЕ ВОВЛЕЧЕННОСТИ УЧАСТНИКОВ**

3

**СОЗДАНИЕ НОВЫХ ФОРМАТОВ ДЛЯ НОВОЙ АУДИТОРИИ**

4

**РАЗВИТИЕ ИНСТРУМЕНТОВ РАБОТЫ С СООБЩЕСТВОМ**

5

**ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ АКТИВНОСТЕЙ МЕСТНОГО СООБЩЕСТВА**

# устойчивое развитие проекта

---

- Тиражирование опыта и практик по выстраиванию программы активного долголетия в других районах города
- Развитие новых источников финансового обеспечения проекта: целевого капитала и частных пожертвований
- Учреждение первого и пока единственного в России фонда целевого капитала, который будет поддерживать проекты для старшего поколения



СОЦИАЛЬНЫЕ  
ИННОВАЦИИ  
Межрегиональный фонд  
целевого капитала





Усанина Екатерина  
руководитель проекта

e.usanina@dobrygorod.spb.ru  
8 921 419 04 37

активное  
долголетие



Буянова Дарья  
директор МФЦК  
«Социальные инновации»

d.buyanova@dobrygorod.spb.ru

СТАРШИЕ