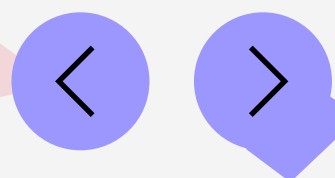


Enjoy Your Lives

# Наши преподаватели



# АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК, ЭЛЕМЕНТАРНЫЙ

Фролова Анна Васильевна

## Фролова Анна Васильевна, Преподаватель иностранных языков в досуговом центре и Московском долголетии, частный репетитор более 6 лет.

Помогаю улучшить грамматику, разговорную речь, объясняю особенности языка, внимательна к ученикам, к каждому стараюсь найти свой подход. На занятиях используем интерактивные задания с известными песнями, фильмами, дополнительной познавательной информацией.

### **Образование:**

- Факультет Экономический и Социальных наук, Российская Академия Народного Хозяйства и Государственной Службы при Президенте Российской Федерации (английский, немецкий, французский)
- Лингвистический факультет, Российский Государственный Социальный Университет (английский, немецкий, французский)
- ОГЭ, ЕГЭ
- подготовка к IELTS
- диплом переводчика Бизнес сферы от 2018 г.
- City&Guilds
- BEC Business Cambridge Exam
- Goethe Zertifikat



# АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК, начинающие и разговорный

Инкляз Инга Борисовна



# Инкляз Инга Борисовна



Преподаватель английского языка, закончила сертификацию от Кэмбриджа (сертификация преподавателей). Изучаю язык более 10 лет, более 3 из которых в непосредственной практике языка с носителями.

Проживала в Новой Зеландии и Австралии. В настоящий момент обучаюсь в филиале британского университета.

Для меня важна практическая часть, где каждый студент может «почувствовать» язык и начать его использовать.

Язык- подвижная структура, которая отражает ментальность, ценности и историю народов. Я стараюсь передать эту идею и на занятиях мы обсуждаем не сухую грамматику и как правильно, а даём место погрузиться и понять как можно и почему. Буду рада приветствовать у себя в группе и пройти этот путь знакомства с новым языком вместе!



# Испанский и итальянский языки

Ахматова София Руслановна



**Ахматова София Руслановна**  
**Выпускница Московского государственного**  
**лингвистического университета (бывшего ИнЯза**  
**им.Мориса Тореза), специалист со знанием**  
**итальянского и испанского языков.**

Проходила стажировку в Италии, в городе Турин, получила сертификат о знании итальянского на уровне С1-продвинутый (5-ый из 6-и возможных уровней). Работала с художественными переводами с итальянским и испанским языками, в результате получила Рекомендацию Союза Переводчиков России. Лауреат международных конкурсов перевода.

Преподаю языки всем возрастным группам, всегда поощряю обучающихся, чтобы они задавали вопросы, мотивирую и поддерживаю в процессе изучения языка. На занятии стараюсь каждому дать слово, предоставить возможность отработать ту или иную структуру, выражение или время.

Занятия проходят в форме постоянного взаимодействия с участниками группы, теоретической части немного, после неё мы сразу начинаем отрабатывать новый материал, закрепляя его и знакомясь с ним всё ближе.

Также говорим о тех или иных культурных особенностях Италии и Испании, как с точки зрения языка, так и с точки зрения образа жизни.

Всегда рада новым участникам!



# КИТАЙСКИЙ ЯЗЫК

Карлова Милена-Мария Эдуардовна





## Карлова Милена- Мария Эдуардовна

Закончила факультет востоковедения РХГА, более 10-ти лет преподаю китайский. Автор собственных учебников и пособий. Особенность моего подхода в том, чтобы сделать изучение этого сложного языка максимально простым, понятным и интересным.



Компьютерная  
грамотность,  
"Доступный интернет"

Стекольников Николай Анатольевич



**Стекольников Николай Анатольевич.  
Закончил Государственный университет  
авиационного приборостроения в качестве магистра  
по направлению «прикладная информатика».**

С 2015 года преподаю на различных курсах по информатике для взрослых и подростков. Основной упор ставлю на том, чтобы рассказать и показать различные возможности компьютера и технологий, которые окружают нас. А также как легко и просто данные технологии могут облегчить нам жизнь, главное для этого – научиться ими пользоваться.

На занятиях у нас составлен план, по которому мы разбираем как основы работы за компьютером и интернетом, и затем подробнее изучаем известные программы для работы за компьютером. Офисные программы для составления текстов, таблиц, запись видео, создание скриншотов – это лишь часть того, что мы разбираем с учениками на занятиях. А так же есть отдельная программа связанная с интернетом и для более продвинутых пользователей ПК есть темы о том, из чего состоит компьютер, как устанавливать и удалять программы и как настраивать под себя компьютер и прочую технику.

За время преподавания с мая этого года ученики успели так полюбить наши уроки, что администрации курсов было написано благодарственное письмо в мой адрес с просьбой сделать побольше похожих занятий т.к. мы не все успеваем пройти, а людям хочется еще и еще.

Несмотря на то, что основную информацию можно и так легко найти в интернете, на наших уроках я рассказываю и поясняю различные моменты, после которых мои ученики могут самостоятельно работать за компьютером и быть с ним на «ты».



# Рисование, ТЕКСТИЛЬНЫЙ ДИЗАЙН

Аветисова Каринэ Львовна



# Аветисова Каринэ Львовна



## **Образование:**

МГТА им Косыгина, художник-стилист.

## **Опыт работы:**

Индивидуальный пошив одежды и домашнего текстиля,

производство одежды( конструирование и дизайн)

Художник, участие в выставках

Преподавание рисования, лепки и живописи индивидуально и в группах детям и взрослым.

Объясняю просто и понятно даже сложные вещи, чтобы ученики получали заряд вдохновения и удовлетворение от своих работ. Моя цель в том, чтобы наши занятия приносили участникам радость творчества и добрые эмоции.



# Рукоделие – СПИЦЫ

Конюхова Ольга Анатольевна



## Пензина Ольга Викторовна, преподаватель прикладного творчества (вязание спицами).

Вязание спицами в наши дни не менее популярно, чем в былые времена, когда практически каждая женщина умело владела искусством вязания на спицах. Связать для близких или себя свитер, варежки, шарф, носочки всегда приятно и увлекательно.

И хотя процесс вязания занимает немало свободного времени, интерес к нему не угасает. Наблюдать за тем как петелька за петелькой превращает нить в полотно очень увлекательно. Тем более, когда в умелых руках получается любой, даже самый сложный и замысловатый узор, сплетаются разноцветные нити, и изделие приобретает нужную форму.

А если вам не хватает усидчивости и терпения, то вязание спицами поможет вам приобрести эти качества и воспитать характер. Возможно, вам понравится это занятие и в будущем вы сами сможете придумывать рисунки или схемы для вязания спицами.



# Со смартфоном – на "ты"!

Алексеева Маргарита Геннадьевна



## Алексеева Маргарита Геннадьевна

Образование - высшее.

Российский государственный университет им. А.Н. Косыгина (технологии, дизайн, искусство). Факультет социальной инженерии по направлению "Государственное управление инновациями, инновационными процессами и проектами".

Стаж работы по программе "Московское долголетие" - 2 года (с октября 2019 года).

С детства люблю различные технологии, имею огромный опыт в использовании современных гаджетов. Но больше всего, я обожаю свою работу и моих прекрасных учеников!

Специально для людей старшего поколения у меня разработаны две авторские программы:

1. Начинаящий уровень - программа, рассчитанная для новых пользователей смартфоном. В ней мы знакомимся с базовыми понятиями о смартфоне, его безопасности, памяти и настройками. Так же, в курс входят знакомство с повседневными приложениями, такими как: социальные сети, мессенджеры, запись к врачу, онлайн банки, Госуслуги, транспорт, карты, онлайн магазины и многое другое!
2. Продвинутый уровень - программа для уверенных пользователей. В ней мы знакомимся с различными развлечениями на смартфоне (музыка, книги, игры, фильмы), работаем с программами по созданию документов (таблицы, презентации), учимся привязывать наш смартфон к другим устройствам.

Для своих учеников я стараюсь быть не просто преподавателем, а также верным другом и наставником! Всегда учитываю пожелания, отвечаю на вопросы. Готова помочь индивидуально каждому, ведь кому-то материал даётся легко, а кому-то немного сложнее. Наша основная задача на занятиях - понять, что смартфон вовсе не страшное и сложное устройство, а наш верный друг!



# ФОТО/ВИДЕО СТУДИЯ, ФОТОМОНТАЖ НА СМАРТФОНЕ

Западня Виктория Святославовна



# Западня Виктория Святославовна

Закончила Нью-Йоркскую школу Александры Панкратовой по профессии «Фотограф». Работаю фотографом 2,5 года и куратором курсов по фотографии и Reels в Нью-Йоркской школе в течение 1 года. Выпустила более 100 учеников из-под «своего крыла» в творческий мир.

Мой посыл: творчество нужно развивать!) Я расскажу вам, как делать красивые фото и видео в любой ситуации и локации: дома, на улице, с людьми или без, фото и видео предметов и природы. Покажу, что фотография и видео - проще, чем кажутся. Мы будем учиться видеть красоту в моменте, в определенных вещах и впоследствии - везде. Будем изучать различные приложения для редактирования фото и видео, а также освоим инстаграм. Умение видеть красоту вокруг и запечатлеть ее - это навык. С ним не рождаются, а приобретают с помощью знаний и практики. И мы с вами этому научимся



# Французский язык

Левицкая Дарья Юрьевна



# Левицкая Дарья Юрьевна

Высшее педагогическое образование по специальности преподаватель французского и английского языков. Я изучаю французский язык 14 лет, то есть большую часть своей жизни, и уже более 3 лет его преподаю. Именно поэтому я с уверенностью могу сказать, что изучение иностранных языков дарит удивительные возможности, делает жизнь интереснее и многограннее, а также это отличный тренажёр для мозга. На занятиях мы не только продуктивно осваиваем французскую фонетику, лексику и грамматику, но и погружаемся в удивительный мир Франции. У вас будет возможность в лёгкой дружеской атмосфере попробовать нечто новое и заговорить на французском языке.



# История, культура России История искусства (МХК)

Перемыкина Любовь Николаевна



## Перемыкина Любовь Николаевна

Меня зовут Перемыкина Любовь Николаевна, я — преподаватель истории и искусств, закончила Санкт-Петербургский государственный университет, факультет свободных искусств и наук; специализация — «История цивилизаций».

Преподаю историю России и зарубежных стран для старшеклассников и взрослых. На занятиях вместе с учениками рассматриваем и изучаем значимые события и процессы с разных сторон. Это поможет лучше понять, какое значение тот или иной прошедший исторический период имеет для нашей жизни в настоящий момент. Не обходим стороной и различных личностей, которые оставили свой след в истории.

На занятиях стараемся меньше уделять внимание заучиванию и многочисленным фактам, которые только усложняют понимание предмета. Акцент делается на визуальном материале и причинно-следственных связях, вопросы «почему», «зачем» и «откуда» только поощряются!

Искусствоведческие лекции посвящены культурному наследию России во всех периодах истории. Рассматриваем церковную архитектуру, внутренние росписи соборов кремлевского ансамбля, первые портреты имперской России и многое другое. Изучаем живопись: стили, жанры, исторический контекст и историю художника и произведения. В дополнение к этому, изучаем особенности и отличия русской культурной традиции. Проводятся дистанционные экскурсии по важнейшим российским музеям и галереям.

Всегда буду рада новым слушателям, до встречи!





# Рукоделие – КРЮЧОК

Фролова Юлия Михайловна

**Фролова Юлия  
Михайловна.  
Преподаватель  
прикладного творчества  
(вязание крючком).**

15 летний стаж работы в дошкольном учреждении. Преподавательскую деятельность по вязанию крючком начала в "Московском долголетии" в 2019 году. Вяжу с юности спицами и крючком, увлекаю рукодельниц магией крючка на долгие годы. Для этого делюсь всеми доступными мне знаниями на своих занятиях и всегда на связи.



# Психология

Панфилова Татьяна Петровна





# Панфилова Татьяна Петровна

Интересно, как перевести негативное чувство в позитивный жизненный ресурс?

Вебинары Татьяны уже не первый год посещает около ста человек, готовых присоединиться к курсу изучения нового авторского метода - Интегративно-ресурсной психотерапии, разработанного В.Л. Савеличевой. Участники получают возможность расширить представление о личности, её развитии и способах взаимодействия с окружающими.



# Немецкий язык

Немыкина Марина Владимировна



# Немыкина Марина Владимировна

Ульяновский государственный педагогический университет им. И.Н. Ульянова, филология, учитель иностранного языка (немецкого и английского).

Проживание в Германии - 3 года (1 год занималась с детьми в немецкоговорящей семье, сдала экзамен DSH, 2 года обучалась в Uni-Essen на германистике и англистике).

Думаю, что в области знаний ученики должны превосходить своих учителей, т.е. впоследствии знать немного или намного больше учителя. Поэтому важно не бояться задавать вопросы, идти вперед, преодолевая трудности.

Мне очень интересно преподавать: делиться своим опытом и приобретать новый, делиться своими знаниями и приобретать новые. Потому что язык многогранен, он развивается и изменяется.

В обучении считаю важным обозначить цель занятий, а также время, которое Вы хотите потратить на ее достижение.

Пусть Ваши пожелания совпадают с нашими возможностями!





# Финансовая и правовая грамотность

Коченова Анастасия Николаевна

# Коченова Анастасия Николаевна



Более 13 лет работы в финансовой сфере (банки, страховые компании).

Участник проекта "Дни финансовой грамотности" Минфин РФ.  
Практикующий инвестор.

Финансовый консультант и методолог.

Уроки по развитию финансовых знаний и компетенций:

- личное финансовое планирование: формирование резервов, планирование доходов и расходов;
- взаиморасчеты с банками: кредитование, депозиты и другие банковские продукты;
- взаимодействие с государством: налоги, льготы, субсидии, пенсия;
- рыночная экономика и основы разумного потребления: акции, скидки, бонусные программы в магазинах - как не переплачивать, не купить то, что тебе не нужно и не попасться на «удочку маркетологов»;
- финансовая безопасность: как защититься от мошенников по телефону и в интернете;
- основы инвестирования: брокерский счет, основные и производные финансовые инструменты (акции, облигации, ПИФы, ETF фонды и проч.)



# История, искусство, краеведение (МХК)

Медведева Софья Андреевна



# Медведева Софья Андреевна

Приветствую, дорогие слушатели! Меня зовут Софья и я искусствовед на всю голову :) Окончив летом 2021 года Академию Штиглица, я являюсь магистром искусствоведения и переводчиком по английскому и французскому языкам. С 2016 года занимаюсь преподаванием частных занятий по истории искусств, готовлю абитуриентов для поступления по художественным специальностям. Уже более года я участник просветительских государственных онлайн программ для пенсионеров. С сентября этого года я дополнительно преподаю курс по истории и культуре Санкт-Петербурга в школе.

Занятия по истории искусств — это путешествие во времени и пространстве. Наши беседы построены по форме академических лекций. Вас ждёт увлекательный рассказ о великом творце или стилистическом направлении какого-то определенного исторического периода. В конце повествования слушатели могут задать интересующие их вопросы. С помощью иллюстраций и презентации мы поближе познакомимся с выдающимися памятниками архитектуры, скульптуры, изобразительного искусства. К каждой иллюстрации добавлены подписи, чтобы любой слушатель не упустил важные детали в ходе повествования. Наш курс следует хронологическому порядку истории, но с ориентацией на прошедшие с другим лектором темы. Буду рада видеть вас на наших беседах!



# Психологические тренинги

Захарова Анна Сергеевна



## Захарова Анна Сергеевна

Практикующий психолог, гештальт-терапевт, ведущая психотерапевтических групп.

Прошла свой путь к гармонии с собой и миром и рада буду быть вашим попутчиком к счастью и наполненной жизни.

Иногда мы сталкиваемся с непростыми ситуациями, справиться самостоятельно с которыми бывает нелегко, и тогда мы нуждаемся в помощи и поддержке. Важно разбираться в том, что происходит внутри нас и в нашей жизни, знать о своих особенностях, видеть свои ресурсы, разбираться в причинах своих действий, слышать свои эмоции, понимать, как мы строим взаимодействие с другими людьми, и многое другое. И здесь важен профессиональный взгляд со стороны. Тема первой встречи: "Я и ты - как быть?" Познакомимся с основами выстраивания гармоничных отношений. Вы узнаете, в чем важность границ в отношениях. А так же познакомитесь с защитными механизмами психики, которые мешают контакту.





# ОТЗЫВЫ



Начала заниматься только с января. Все нравится. Анна Васильевна объясняет доходчиво. Материал подает интересно. Уделяет внимание всем участникам урока. Спасибо.

Ирина С.  
29 января 2021



Прошло только 3 занятия в студии фото / видео у Вики Западня, но почувствовала что сделала правильный выбор. Занятия проходят очень интересно, с большим вниманием и терпением к нам слушателям, хочется продолжать. Большое спасибо Вике и организаторам этих занятий через Zoom.

Лариса К.  
Февраль 2021





Со школы любила английский язык. Даже несколько раз пригодился. Но общалась с трудом. Если бы с самого начала занималась по этой системе, трудностей бы не было. С радостью занимаюсь, с нетерпением жду занятий. Подкупает терпение и понимание преподавателя Анны Фроловой, доступность для освоения. Спасибо большое! Намерена продолжить изучение следующих уровней и начать изучение французского, так как планирую отметить юбилей в Париже

Лариса К.  
Март 2021



Прошу выразить благодарность  
Западне Виктории Святославовне ,  
её уроки очень интересны и  
познавательны и проводятся на  
высоком профессиональном уровне.

Тамара М.  
12 октября 2021



Я всегда жду занятия Смартфон продвинутое с Маргаритой Геннадьевной как праздник! Это не просто предпочтение перед другими преподавателями. Это осознанный выбор. Я всегда спокойна. Что непонятно можно спросить не один раз. И не получишь в ответ, "ещё раз повторяю", "я это уже говорила", и "читайте лекции"... Создаётся впечатление, что мы учимся очно. Никогда нет выговоров, что опоздал. Ведь с нами пожилыми трудно общаться. Обидчивые, забывчивые. Плохо себя чувствуем. Проблемы с техникой. Бывает все сразу, не работает компьютер и не работает телефон. В поездке нет интернета. "Уши" постирали и так далее. Всегда можно восполнить пробелы и начать сначала! Нет никаких повторов слов, которые создают впечатление заикливости и нервозности преподавателя! Маргарита Геннадьевна образец красивой русской речи! Нет перепадов звуков, но присутствует эмоциональность, что очень украшает наши занятия! Спасибо большое! Лучшего преподавателя с энергией, динамизмом молодости, оптимизмом я ещё не встречала.

Нинэль М.  
12 октября 2021





С прошлого года занимаюсь в группе по изучению смартфонов. Начинала с азов, т.к. раньше пользовалась кнопочным телефоном. Благодаря очень хорошим преподавателям Александру, а затем Маргариты Алексеевой, научилась очень многому, но с удовольствием продолжаю заниматься. В YouTube завела свой аккаунт, куда размещаю свои видео. Теперь еще хочу более профессионально освоить искусство фотографирования и стала заниматься на курсах у Виктории Западни. Преподаватели наши просто замечательные. Они отличные профессионалы и очень тактично и бережно относятся к нам - пенсионерам, за что большое им спасибо!

Эльвира Д.  
3 февраля 2021



Рисование и текстильный дизайн. Занятия ведет талантливый художник Аветисова Каринэ Львовна. Ее уроки всегда интересны. Здесь отдыхаешь и получаешь удовольствие, когда рисуешь и новые навыки и идеи, когда создаешь текстильные поделки.

Татьяна К.  
30 сентября 2021



Фотомонтаж (смартфон). Его ведет Виктория Святославовна Заподня. Она профессиональный фотохудожник. С ней мы знакомимся с приемами фотографирования со смартфоном. Она знакомит нас не только с возможностями гаджета, но и с художественными приемами, композицией, цветовым решением фотографии. Мы изучаем специальное программное обеспечение для съемки и обработки фотографий.

Татьяна К.  
30 сентября 2021





Особенно важно для нас получить навыки использования современных гаджетов. Их устройство, функциональные возможности, принципы работы и взаимодействия с внешним миром мы изучаем на очень интересной активности "Со смартфоном на ты". Здесь с нами работает молодой, но очень опытный преподаватель, наша любимица, Алексеева Маргарита Геннадьевна. Она ведет занятия уже не первый год и непосредственно в группах и в онлайн среде. У нее разработаны авторские программы, которые позволяют использовать смартфон в жизни для решения любых бытовых зада

Татьяна К.  
30 сентября 2021



В основе работы современных гаджетов лежат принципы, заложенные в современных компьютерах. Да и всю современную жизнь без их использования трудно представить. Эта техника ритмично развивается и обновляется. Для нашей аудитории уже трудно угнаться за быстрым прогрессом. Поэтому хочется иметь опытного, профессионального наставника. И у нас есть такой. Это Стекольников Николай Анатольевич! На своих активностях "Компьютерная грамотность" мы изучаем компьютер от его устройства и стандартного программного обеспечения, представляющего возможности оформления различных документов, до самых сложных новейших программ. Полученные от нашего педагога знания в области использования компьютерной техники позволяют не отставать, а иногда и превосходить наших продвинутых детей и внуков.

Татьяна К.  
30 сентября 2021



Хочется поблагодарить организаторов этой замечательной, интересной и полезной обучающей площадки "Московское долголетие". Среди предлагаемых программ есть необходимые для нас курсы, которые дают возможность пользоваться участникам всеми достижениями современных технологий. Среди этих курсов "Компьютерная грамотность". Программа состоит из двух частей. Для начинающих и продвинутых. Если на первой изучают азы, то вторая для тех кому интересен интернет с его богатыми возможностями, работа на разных устройствах, управляемых компьютером. С опытным преподавателем совсем несложно овладеть необходимыми навыками.

Пока прошло всего два занятия. Они были ознакомительными. Мы предлагали интересные и полезные для нас темы. Присоединяйтесь к нам.



28 мая 2021



Китайский язык преподает Карлова Милена Эдуардовна. Это очень сложный язык, требующий усидчивости и больших усилий в его изучении. Если не просмотреть учебный материал, хотя бы раз перед уроком, будешь чувствовать себя очень не комфортно. Этим и объясняется большая текучесть учеников. Сама преподаватель и автор учебника обладает прекрасным произношением, уделяет большое внимание фонетике, пониманию иероглифов, раскрывает перед нами мир китайского языка и культуры. За это мы очень благодарны ей и надеемся, что будем продолжать обучение китайскому языку как можно дольше вместе с Карловой Миленой Эдуардовной!

Алла Т.

14 октября 2021







Спасибо за  
внимание!

Enjoy Your Lives