



Публичный годовой отчёт за 2020 год

г.Ульяновск

1. Общие сведения

Полное наименование некоммерческой организации	Автономная некоммерческая организация «Академия развития здорового образа жизни и культуры здоровья»
Сокращенное наименование некоммерческой организации (при наличии)	АНО «Академия культуры здоровья»
Организационно-правовая форма	Автономная некоммерческая организация
Дата государственной регистрации	15.02.2019
Дата внесения записи о создании в Единый государственный реестр юридических лиц (при создании после 1 июля 2002 года)	15.02.2019
Основной государственный регистрационный номер	1197325003809
Код по общероссийскому классификатору продукции (ОКПО)	36098753
Код(ы) по общероссийскому классификатору видов экономической деятельности (ОКВЭД)	93.19 59.20.1 72.20 86.90 88.10 93.29 93.29.9
Идентификационный номер налогоплательщика (ИНН)	7325164460
Код причины постановки на учет (КПП)	732501001
Реквизиты расчетного счета	40703810469000000679
Наименование банка	Отделение № 8588 ПАО Сбербанк г. Ульяновск
Банковский идентификационный код (БИК)	047308602
Реквизиты корреспондентского счета	30101810000000000602
Адрес места нахождения постоянно действующего органа некоммерческой организации	432026, г. Ульяновск, ул. Скочилова, д.1 кв.172
Почтовый адрес и абонентский номер телефонной связи	432026, г. Ульяновск, ул. Скочилова, д.1 кв.172, тел. +7 960 372-18-88
Сетевой адрес сайта в информационно - телекоммуникационной сети Интернет	http://cigun73.ru/

Адрес электронной почты	721888@mail.ru
Фамилия, имя, отчество и наименование должности руководителя организации	Шаповалов Сергей Николаевич, директор
Численность работников	1
Численность добровольцев	10
Численность учредителей (участников, членов)	132
Устав	http://cigun73.ru/ustav.pdf
Группы в соцсетях	https://t.me/joinchat/R5YdwiH6NW1UTdS2 https://vk.com/cigun.ulyanovsk https://www.ok.ru/putksvoemuzdorovyu https://www.facebook.com/putksvoemuzdorovyu/ https://www.instagram.com/shapovalov.bz/



Предметом деятельности Академии культуры здоровья является:

- пропаганда и поддержка практик здорового образа жизни, правильного питания и сбережения здоровья населения;
- информационная и методическая поддержка деятельности некоммерческих организаций, занимающихся различными видами двигательной активности, в том числе на базе практик ушу и цигун;
- содействие в формировании у граждан, а также детей и молодежи культуры здорового образа жизни, идей разностороннего и гармоничного развития личности, системы оздоровления, воспитания и организации досуга, основанных на различных направлениях, в том числе — стилях и видах китайских воинских искусств, именуемых в дальнейшем «тайцзицюань» (тайцзи, ушу) в их оздоровительном, спортивном, прикладном, эстетическом, научном и других аспектах;
- организация и проведение спортивных, просветительских мероприятий для поддержания идей Организации, а также участие в таких мероприятиях, проводимых другими организациями;
- распространение лучших практик деятельности некоммерческих организаций, занимающихся различными видами двигательной активности, в том числе на базе практик ушу и цигун, популяризация данной деятельности;
- социальные услуги по профессиональной реабилитации для нетрудоспособных лиц и лиц предпенсионного и пенсионного возраста;
- социальная помощь в виде мастер-классов, круглых столов, лекций по теме здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий.

Академия решает следующие задачи:

- продвижение систем оздоровления взрослых граждан, детей и молодежи, воспитания и организации досуга, основанных на различных направлениях, стилях и видах ушу и других оздоровительных систем;
- пропаганда здорового и активного образа жизни (способы, техники, средства оздоровления и самовосстановления, поддержания здорового образа жизни в семье, на работе, на отдыхе и в культуре здоровья), физической культуры и спорта;
- осуществление содействия в организации продвижения и престижа оздоровительной гимнастики цигун, тайцзи и ушу;
- содействие духовному развитию личности;
- содействие формированию компетенций у населения трудоспособного, предпенсионного и пенсионного возраста, позволяющих восстанавливать, сохранять и укреплять здоровье; подготавливать детей и молодёжь к полноценной, активной и насыщенной жизни;
- создание максимально благоприятных условия для организации мероприятий в рамках осуществления целей, определенных уставом Организации.

Виды деятельности Академии:

1. Организовывать занятия физической культурой и спортом, групповые или индивидуальные, в формате онлайн и оффлайн, развивающие, обучающие мероприятия в рамках систем оздоровления, воспитания и организации досуга граждан взрослых, детей и молодежи), основанных на различных направлениях, стилях и видах оздоровительной гимнастики цигун, ушу и других оздоровительных систем, включая занятия в спортивных лагерях и школах.

2. Принимать участие в организации мероприятий по системам оздоровления, воспитания и организации досуга.

3. Принимать участие в организации и работе временных творческих коллективов для выполнения исследовательских, проектных, экспертных, научных и других работ с привлечением российских и иностранных специалистов.

4. Разрабатывать сценарии и издавать аудиовизуальные произведения на магнитных, электронных и цифровых носителях с целью распространения положительного опыта Организации в сфере оздоровительных и здоровьесберегающих технологий.

5. Осуществлять социальную деятельность по обеспечению здоровья человека, не осуществляемую больницами, врачами или стоматологами, в том числе - деятельность медсестер, физиотерапевтов или других специалистов среднего медицинского персонала в области оптометрии, гидротерапии, массажа, трудотерапии, логопедии, ухода за ногами, мануальной рефлексотерапии, иглоукалывания и т.д. в частных консультационных кабинетах, на дому у пациентов и в других местах.

6. Создавать клубы по интересам в рамках целей деятельности Организации.

7. Устанавливать деловые контакты, сотрудничать в области культуры здоровья, оздоровительных и здоровьесберегающих технологий со всеми юридическими и физическими лицами на территории города Ульяновска, Ульяновской области и Российской Федерации.

8. Оказывать услуги в сфере дошкольного и общего обучения, дополнительного обучения детей в виде реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта.

9. Организовывать и проводить конгрессы, конференции, встречи, семинары по вопросам деятельности Академии.

10. Организовывать и проводить выставки, ярмарки, лотереи, аукционы.

11. Оказывать услуги в области физической культуры и массового спорта, в виде:

- пропаганды физической культуры, спорта и здорового образа жизни среди всех слоёв населения;

- проведения занятий физкультурно-спортивной направленности по месту проживания граждан;

- организации и проведения официальных физкультурных (физкультурно-оздоровительных) мероприятий;

- организации и проведения спортивно-оздоровительной работы по развитию физической культуры и спорта среди различных групп населения;

- организации и обеспечения экспериментальной и инновационной деятельности в области физкультуры и спорта.

14. Участвовать в конкурсах по распределению грантов и субсидий для реализации различных социальных проектов и программ культурно-спортивной, оздоровительной и патриотической направленности.

15. Оказывать услуги по организации отдыха и оздоровления детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, в том числе организация деятельности специализированных 1 профильных) лагерей

16. Предоставлять услуги, консультации социального и (или) оздоровительного характера пенсионерам, людям предпенсионного возраста, престарелым и инвалидам. 20. Оказывать услуги по профессиональной реабилитации нетрудоспособных лиц.

Целевые группы:

- лица пожилого возраста, пенсионеры;
- лица трудоспособного возраста;
- малообеспеченные группы населения;
- дети по согласованию с родителями и разрешительными органами.

2. Руководитель и команда

1. Шаповалов Сергей Николаевич, директор



<https://www.sozidateli.ru/profile/95728>

<https://www.facebook.com/Shapovalov.Sergey>

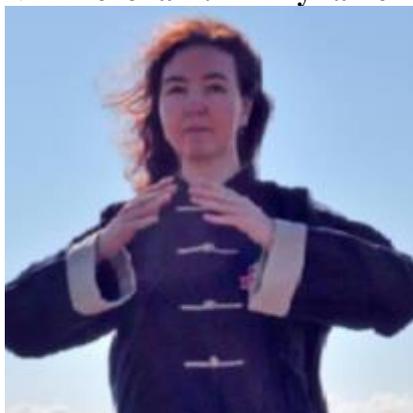
<https://vk.com/serg.shapovalov>

<https://www.ok.ru/serg.shapovalov>

https://twitter.com/_Shapovalov

<https://www.youtube.com/user/Shapovalow>

2. Ахметова Алия Мукашевна, инструктор по оздоровительному цигун



<https://www.sozidateli.ru/profile/103444>

<https://vk.com/id593874896>

3. Глинин Андрей Александрович, инструктор по оздоровительному цигун



<https://www.sozidateli.ru/profile/103437>

<https://vk.com/id77653808>

<https://www.facebook.com/>

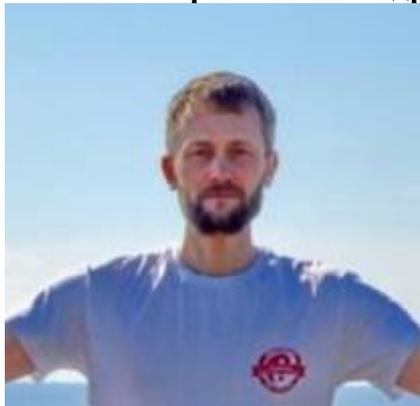
4. Коробцова Елена Викторовна, инструктор по оздоровительному цигун



<https://www.sozidateli.ru/profile/103589>

<https://vk.com/id445660401>

5. Костин Кирилл Александрович, инструктор по оздоровительному цигун



<https://www.sozidateli.ru/profile/103674>

<https://vk.com/id120413541>

6. Шаповалова Елена Аркадьевна, инструктор-методист по оздоровительному цигун



<https://www.sozidateli.ru/profile/103460>

<https://vk.com/id200125548>

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100007457886341>

3. Финансовая деятельность

Финансовая деятельность в 2020 году не велась: доходы: 0 руб., расходы: 0 руб.

4. Деятельность в отчётном году

В 2020 году постоянно:

- проведение групповых занятий по оздоровительному цигун для всех желающих (2 раза в неделю);
- индивидуальные консультации по оздоровительному цигун для всех желающих (1 раз в неделю, по понедельникам);
- тематические встречи с жителями Ульяновска по культуре, языку, традициям, кухне Китая; практикам цигун и тайцзи.

В январе осуществлено:

- открыт набор в группу Цигун в районе Университетской набережной (помещения УлГУ). Занятия для новичков по вторникам и четвергам с 18:00 до 19:00.

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2079

- организован и проведён выездной четырёхдневный семинар — практикум для всех желающих по темам:

- *Тихое сидение - медитативная практика состояния «не деяния»*
- *Комплекс цигун «Ян Шен Гун» - практика, особенности*
- *Волновая гимнастика на базе внутренних школ ушу: багуачжан и тайцзицюань*
- *Базовые координации и элементы для освоения нейгун в движении. Начальный комплекс*
- *Освоение точности выполнения требований в упражнениях через парную работу*
- *Изучение таолу тайцзи Янши, длинные формы*
- *Знакомство с посохом*

Для новичков:

- *«Стояние столбом» («Чжунгун») - разбор требований и практика*
- *Освоение комплекса «Ян Шен Гун»*
- *Проработка требований с критериями оценки правильности выполнения*
- *Проработка в паре, в группе*

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2081

- Продолжены занятия цигун для ветеранов в сотрудничестве с ЦСОН «Долголетие»
- Проведена мастерская "Тайцзи Янши - прелесть красивых движений"

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2096

- Состоялась Ассамблея Академии по теме "Что я хочу видеть в Академии в 2020 году и где бы я с удовольствием принял участие"

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2087

- Проведена мастерская по волновой гимнастике
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2094
- Осуществлена поездка в Тольятти для участие в турнире по цигун и тайцзи, получены дипломы за 2 и 3 места. Приятно участие в мастер-классе по основам и тонкостям тайцзицюань
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2112
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2114
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2115
- При финансовой помощи благотворительного Клуба Ротари Ульяновск начаты съёмки учебных роликов по оздоровительному цигун
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2117
- Публикуются просветительский материалы по цигун
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2125

В феврале осуществлено:

- Проведено мероприятие «Китайский Новый Год»
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2130
- Продолжаются публикации о правильных оздоравливающих движениях
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2131
- Проведён семинар по изучению иммунного комплекса «Восемь отрезков парчи»
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2142
- На выезде проведён мастер-класс по истории чая и тонкостям чаепития
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2145
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2147

В марте:

- Запущен инста-марафон по цигун-практикам
<https://www.instagram.com/tv/B9GhF9AAKmD/>
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2157
- Отзывы о нашей деятельности
<https://vk.com/@63106854-что-такое-цигун>
- Публикуются бесплатные видеоуроки по гимнастике цигун
https://vk.com/video-93812942_456239044
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2166
- В Ульяновске объявлен карантин и самоизоляция, однако мы публикуем варианты занятий и полезные ссылки https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2174
- Анонсируем онлайн-занятия для сохранения здоровья и работоспособности в условиях самоизоляции https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2177
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2181

В апреле:

- Поступают отзывы об онлайн-занятиях по цигун

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2191

- Также продолжаются просветительские публикации важности сохранять позитив, по ЗОЖ и цигун-практикам

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2192

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2185

- Академия ищет полезные ссылки и делится ими

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2193

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2197

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2200

В мае

- Продолжаются онлайн-занятия в Инстаграм

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2206

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2213

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2220

- Органиована группа в мессенджере Вотсап для общения и групповых занятий

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2207

- Опубликованы признаки правильности прктик цигун и их пользы

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2227

- Опубликован опросный лист для анализа результатов, пожеланий подписчиков и планирования будущих занятий

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2232

- Видеоответ на вопросы о том, можно-ли быть здоровым в пандемию?

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2235

В июне

- Начата неделя бесплатных видеозанятий по оздоровительно гимнастике цигун

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2238

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2240

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2242

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2243

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2244

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2247

- Видеоуроки дополняются занятиями в прямом эфире
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2239
- Публикуются материалы для самоконтроля своего состояния
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2252
- Вышел в свет региональный журнал «Деловое обозрение» с публикацией на обложке и развёрнутой статьёй о цигун-практиках и здоровье в любом возрасте
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2253
<https://uldelo.ru/articles/2020/06/17/s-godami-zhivu-vse-vkusnee>
- Академия тестирует различные онлайн-площадки для связи с подписчиками и учениками
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2255
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2256
- Продолжаются прямые эфиры в Инстаграм
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2260

В июле:

- силами мастеров мануфактуры «БалалайкерЪ» и Академии культуры здоровья создан необычный видеоконтент: «Тайцзи-цигун под звуки русского народного инструмента»
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2263
<https://youtu.be/IKVraCFxZ38>
- Активно обсуждаются вопросы здоровья
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2264
- Академия приглашает занимающихся в оффлайн, с соблюдением социальной дистанции
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2266
- Публикуется информация о партнёрах Академии культуры здоровья
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2269
- Академия делится информацией о доказательствах пользы цигун
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2278

В августе - сентябре

- Известные российские актёры и доктора используют для здоровья практики тайцзи и ходьбу, что также практикуют в группах Академии
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2289
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2290
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2292
- Совместно с Управлением физической культуры и спорта города Ульяновска проводятся многочисленные занятия для пожилых людей
https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2293

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2301

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2304

- Академия культуры здоровья, совместно с Центром ушу и цигун «У Дэ» в Тольятти провела однодневный семинар для укрепления здоровья всех желающих

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2302

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2303

<https://youtu.be/GU0KcuJUbfS>

В октябре

- Академия культуры здоровья, совместно с Центром ушу и цигун «У Дэ» в Тольятти провела однодневный семинар «Раскрытие в балансе» по цигун, по работе со стопами, их раскрытию и укоренению.

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2308

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2310

- В СМИ вышла публикация про занятия, проводимые Академией культуры здоровья

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2314

<https://youtu.be/ACAjCMT79JQ>

- Члены Академии приняли участие в семинаре физиотерапевта, китаиста Егора Лобусова

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2317

- Проведён семинар в Тольятти, в партнёрстве с с Центром ушу и цигун «У Дэ»

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2316

- Руководитель Академии принял активное участие во Всероссийской научно-практической конференции с международным участием Nexus Medicus. «Фундаментальные и клинические вопросы физической и реабилитационной медицины». Проведён мастер-класс по «Оздоровительному цигун».

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2321

В ноябре - декабре

- Осуществлён выезд на семинар по цигун в Тольятти, к партнёрам по практикам, в «Центр ушу и цигун «У Дэ»

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2322

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2290

- Академия культуры здоровья тщательно подбирает и публикует теоретические материалы по цигун, тайцзи и ЗОЖ

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2329

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2331

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2335

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2340

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2345

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2346

• Академия культуры здоровья провела бесплатные занятия для всех желающих в светлом и тёплом зале стадиона «Труд»

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2333

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2337

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2341

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2348

• Проведён семинар в Тольятти, в партнёрстве с Центром ушу и цигун «У Дэ» по теме «Геометрия тела»

https://vk.com/cigun.ulyanovsk?w=wall-93812942_2336

6. Публикации в СМИ

http://www.ul.aif.ru/society/akademiya_zdorovya_cigun_i_tayczi_uchastvuet_v_konkurse_brend_goda

http://www.ul.aif.ru/health/details/gimnastika_cigun_v_ulyanovske

http://www.ul.aif.ru/society/akademiya_zdorovya_cigun_i_tayczi_uchastvuet_v_konkurse_brend_goda

<https://ulpressa.ru/2020/04/27/тасс-здоровье-в-восьми-движениях-как-ж/>

<https://media73.ru/2020/rabotniki-akademii-tsigun-ulgu-poznakomili-ulyanovtsev-s-vostochnymi-praktikami>

<https://uldelo.ru/articles/2020/06/17/s-godami-zhivu-vse-vkusnee>

<https://www.youtube.com/watch?v=ACAjCMT79JQ>

<https://gtrk-volga.ru/2021/01/27/razvivayut-mesto-gde-zhivut/>

5. Наши основные партнёры



Ульяновский
Государственный
Университет

2020-й год был очень непростым для всех нас, для всего мира в целом.

Но вместе мы справились!