

Ученые давно доказали: увлеченные люди живут дольше. Правда, свободное время на хобби не всегда есть. Оно появляется с выходом на пенсию, когда, как и в детстве, можно с головой уйти в любимое творчество: шить, лепить, вязать, мастерить на радость себе и зависть другим. В Москве для этого есть все возможности, было бы желание. В городе работают сотни бесплатных кружков, которые посещают тысячи увлеченных пенсионеров. Материалы о них — читайте в сегодняшнем выпуске «Времени мудрости».

От рядового социального работника до лучшего директора года

ЗНАЙ НАШИХ! В столице выбрали лучшую руководительницу в городе. Победителем в номинации «Социальная работа» конкурса «Женщина — директор года» стала глава Центра социального обслуживания «Троицкий» из ТИНаО Ольга Антонова.

ОЛЬГА СКВОРЦОВА
edit@vm.ru

Обычно рабочий день у директора ЦСО «Троицкий» Ольги Антоновой начинается, как и у многих многодетных мам, очень рано. Подъем в 5:30 утра, завтрак, проводы на работу мужа, детей (их у нее четверо!) старших — в институт, младшего сынишку по дороге на работу она отводит в школу сама. С героиней материала, победительницей городского конкурса «Женщина — директор года» в номинации «Социальная защита» мы встретились в Троицке на ее рабочем месте. — Сегодня с утра на совещании в управлении соцзащиты ТИНаО обсуждалось формирование государственных закупок для оказания адресной социальной помощи населению на будущий год. У нас достаточно крупный центр, и есть свои особенности, — пояснила Ольга Антонова, признавшись, что плановых мероприятий и совещаний в Департаменте труда соцзащиты достаточно много и ей необходимо решать важные вопросы.

С заботой о людях
Репетиция к празднику «День урожая» шла в полном разгаре. Когда директор вошла в комнату, на лицах у пенсионерок появились улыбки. Они стали показывать ей костюмы, наперебой рассказывать, кто с каким номером выступит. — А как замечательно у нас прошли мероприятия ко Дню пожилого человека, — похвалилась корреспонденту «Вечерки» подопечная ЦСО Вера Ивановна Таланина. — Мы и пели, и наплясались от души, да еще и подарки получили. Расходиться по домам никто не хотел. Ее подруга Мария Тимофеевна Гордеева добавляет: — Мы всегда с удовольствием приходим в любимый ЦСО. Директор Ольга Фефановна, несмотря на свою занятость, общается с нами только с улыбкой, всегда подержит, что-то посоветует. Казалось бы, этим пожилым дамам Ольга Антонова в дочери годится, а некоторым и во внуки, но они говорят о ней, как о матери. — Я знаю Олечку давно. Она всегда доброе слово скажет, — говорит 90-летняя Раиса Иосифовна Толстикова.



13 октября 2015 года 13:00 Многим подопечным Центра социального обслуживания «Троицкий» Ольга Антонова (в центре) в дочери годится, но они ее уважительно называют «мамой» (1) В ЦСО идет подготовка к празднику «День урожая» (2) 7 октября 2015 года. Каждый день любого руководителя наполнен совещаниями, переговорами, встречами. Антонова не исключение (3)



По признанию женщин, для них Центр социального обслуживания «Троицкий» стал вторым домом. Кто-то здесь пополняет багаж своих знаний, кто-то поправляет здоровье, кто-то спасается от одиночества, ведь общение, как известно, продлевает жизнь. Недаром Ольга Антонова в прошлом году в Троицке получила звание «Человек года-2014» в номинации «Социальная поддержка и здравоохранение».

В ногу со временем
В социальную сферу Антонова пришла 23 года назад простым соцработником. Несмотря на то, что у нее было два высших образования: педагог и психолог, семейные обстоятельства многодетной мамы требовали относительно свободный график работы. Ав 1999 году она уже стала директором Центра реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями города Троицка. Через пять

лет новое назначение — директор Троицкого центра социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов «Надежда», а после присоединения к Москве становится руководителем ЦСО «Троицкий». — Со столичными коллегами мы сразу же нашли общий язык, — говорит Ольга. — Полнейшее понимание находил и в Департаменте труда и соцзащиты, меня там слышат, и это очень важно.

За прошедшие годы было сделано немало. Увеличилась территория обслуживания населения, открылся филиал «Новофедоровское», успешно реализованы многие проекты. ЦСО «Троицкий» постоянно участвует в благотворительных акциях, оказывает помощь нуждающимся, здесь открылось отделение комплексной реабилитации инвалидов с высокотехнологичным оборудованием, которого нет и во многих столичных ЦСО. Оль-

га Антонова считает, что директор с красивыми мыслями, но без результатов работы — это просто фантазер. Важно не только придумать идеи, но и воплотить их. — Сейчас жизнь диктует такой быстрый ритм работы. Ежедневно ставятся новые задачи, которые нужно уметь решать оперативно и эффективно, — говорит она. Весь день Антонова в работе: нужно пообщаться с подопечными и сотрудниками, прочи-

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



Ольга Антонова — лучшая кандидатура для победы в конкурсе. Да, много достойных женщин работают и в других областях, но таких чутких и ответственных людей, как в социальной защите населения, наверное, нет нигде. Это люди, которые постоянно жертвуют своим личным временем, чтобы их подопечные, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации, могли получить поддержку и реальную помощь своевременно.

Справка

Центр социального обслуживания «Троицкий» ТИНаО обслуживает жителей Троицка, а также поселений Киевский, Кокошино, Марушкинское, Первомайское, Новофедоровское, Краснопахорское, Михайлово-Ярцевское, Десеновское.

тать письма, ответить на обращения, кому-то позвонить, с кем-то договориться, что-то организовать... Спать она ложится уже за полночь, но умудряется выделить хоть 15 минут перед сном для чтения книг по любимой психологии. Завтра в 5:30 снова законит будильник и с новыми силами ей на работу в Центр социального обслуживания «Троицкий», без которого она уже не представляет свою жизнь.

СОЦИАЛЬНЫЕ НОВОСТИ

Выплаты ветеранам увеличат

К 74-й годовщине битвы под Москвой, которая будет отмечаться 5 декабря, инвалиды, участники Великой Отечественной войны и обороны Москвы получат единовременные выплаты в увеличенном размере (вместо трех — по пять тысяч рублей). Такое решение приняли власти столицы. На сегодня количество получателей единовременной материальной помощи составляет 23 665 ветеранов: 18 537 инвалидов и участников войны и 5128 участников обороны Москвы.



Льготники столицы могут не переживать

Льготные категории горожан обеспечат всеми необходимыми лекарствами в 2016 году. Такое заявление сделал мэр Москвы Сергей Собянин. По его словам, при формировании бюджета на следующий год учитывался возможный рост цен. И в случае необходимости город будет выделять дополнительные средства, чтобы обеспечить безусловное выполнение всех обязательств перед льготниками. Больницы и поликлиники будут в полном объеме обеспечены лекарствами, препаратами и расходными материалами.



Самые ответственные клиенты банков

Почти 15 процентов клиентов российских банков сегодня составляют люди зрелого возраста. И по мнению банкиров — это самые привлекательные клиенты для кредитных организаций прежде всего из-за своей ответственности. Благодаря «старой закалке» пожилые люди не допускают просрочки платежей. Правда, большинство людей старшего поколения не пользуются кредитами, а являются вкладчиками. Банкиры также отмечают, что зрелые клиенты стали более современными. Они с легкостью управляют с новыми технологиями, без труда пользуются банкоматами, подключают смс-оповещение, интересуются специальными акциями и предложениями.

Психологи расскажут, как можно бороться со стрессом

Как сохранить психологическое здоровье в зрелом возрасте, есть ли рецепт от одиночества, что делать, если не получается найти общий язык с внуками? Ответы на эти и многие другие вопросы дадут специалисты Московской службы психологической помощи населению Департамента труда и социальной защиты населения Москвы во время работы V Международного форума-выставки «50 ПЛЮС. Все плюсы зрелого возраста», который состоится с 3 по 5 ноября в «Экспоцентре» на Красной Пресне. В течение трех дней на выставке психологи будут давать бесплатные консультации. Пройдут мастер-классы по «управлению» стрессом для пожилых людей и мастерская музыкальной терапии для улучшения и поддержки эмоционального состояния и душевного здоровья.

Три дня посвятят плюсам зрелого возраста

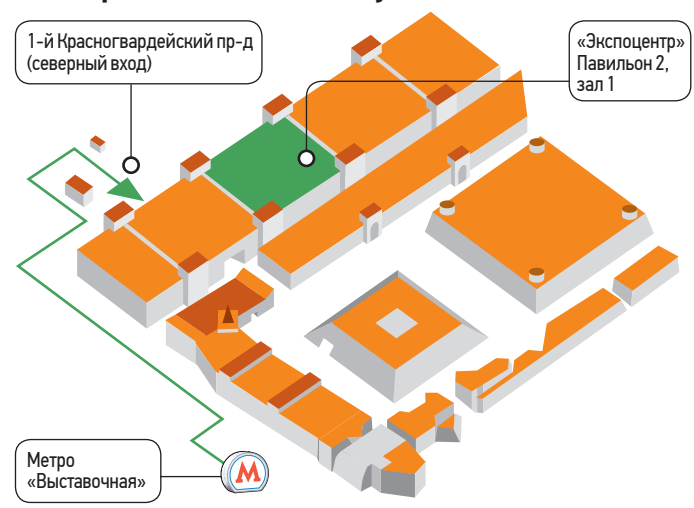
ТАТЬЯНА САМОЙЛОВА
edit@vm.ru

В «Экспоцентре» на Красной Пресне с 3 по 5 ноября в очередной раз пройдет Международный форум-выставка «50 плюс». Все плюсы зрелого возраста. Главная цель мероприятия, проводимого при поддержке Департамента труда и социальной защиты населения Москвы, — показать, насколько разнообразной и интересной может быть жизнь после выхода на пенсию. Форум объединяет людей старшего возраста, которые хотят жить полноценно и активно, представителей бизнеса, предлагающих товары и услуги для пожилых, показывает работу органов власти по защите интересов пенсионеров. — Правительство Москвы, социальные службы города делают все, чтобы нацелить людей на достойную жизнь и активное долголетие. Цель нашей работы — помочь пожилым москвичам реализовать все плюсы зрелого возраста, стимулировать малый и средний бизнес для производства товаров, востребованных именно этой категорией населения, — заметил министр правительства Москвы, руководитель Департамента труда и социальной защиты населения города Владимир Петросян. В течение трех дней посетители ждут 150 экспозицион-



6 ноября 2014 года. Участники форума-выставки уверены, что жизнь на пенсии может быть яркой и интересной

Как пройти на выставку



ных стендов, на которых будут представлены товары и услуги для людей зрелого возраста, разработанные для того, чтобы сделать их жизнь полноценной и комфортной. Каждый желающий сможет пройти бесплатную диагностику здоровья на новейшем медицинском оборудовании, поучаствовать в мастер-классах, прослушать лекции по здоровью и активному образу жизни, получить консультации социальных служб, врачей, юристов, психологов, специалистов по трудоустройству, питанию, туризму, моде и стилю. Во время выставки будут работать экспресс-курсы компьютерной грамотности. Пройдут встречи с писателями, презентующими новые книги. Гости послушают лекции о здоровом образе жизни. А спортивные программы и мастер-класс по гимнастике позволят старшему поколению взглянуть на свою жизнь по-новому. Психологи, юристы и эксперты по финансам дадут свои советы и рекомендации. Основным мероприятием деловой программы форума традиционно станет конференция «Повышение качества жизни людей зрелого и старшего возраста. Обмен опытом». Вход на выставку свободный. Посещение интерактивной программы для всех — бесплатное. Ждем вас 3–5 ноября в «Экспоцентре», на Краснопресненской набережной, 14, павильон № 2, зал № 1.

Наши бабушки — самые продвинутые

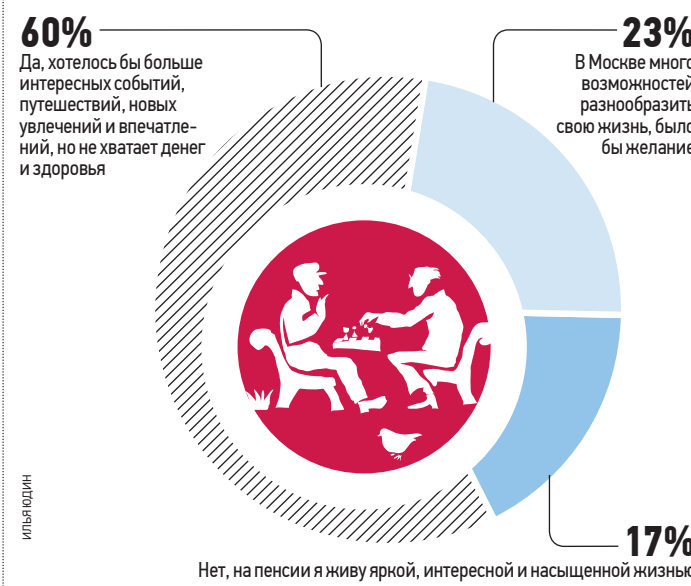
КОНСТАНТИН РОКОВТОВ
edit@vm.ru

Имя главной бабушки столицы этого года станет известно 4 ноября. Победительница определится во время финала 5-го Общероссийского конкурса «Московская СуперБабушка-2015», который пройдет в 17 часов в ЦКЗ «Россия» (Дворец спорта «Лужники»). По традиции, претендентка на корону — 11. Каждая из них уже победила в отборочных турах, став лучшей в своем округе. Осталось последнее и самое главное «сражение». Впрочем, назвать битвой полюбопытнее уже многим москвичам красивое незабываемое шоу по выбору главной бабушки мегаполиса нельзя. Руководитель клуба «Московская СуперБабушка» Наталья Виноградова немного приоткрыла завесу, рассказав «Вечерке» о том, как проходит юбилейный конкурс и чем он отличается от предыдущих. — В этом году в отборочных турах приняло участие около полутора тысяч бабушек в возрасте от 55 до 70 лет, — сообщила Наталья. — Это значительно больше, чем в прошлые годы. Конкурс мы проводим уже в пятый раз, и каждый год он отличается от предыдущего. Но не регламентом проведения, а конкурсантками. К примеру, в этом году среди финалисток есть две победительницы компьютер-

ных конкурсов, одна из них — активная блогерша. То есть новые технологии прочно входят в жизнь людей зрелого возраста, и мы видим, как меняются наши участницы. Они более продвинутые в плане информационных технологий, с более выраженной активной жизненной позицией. Энергией, мудростью и жадной жизни этих прекрасных женщин можно только восхищаться! То, как пройдет финальное шоу, организаторы конкурса держат в секрете, но шоу обещают быть грандиозным. Уже отпечатаны 2,5 тысячи приглашений. Известно также, что подготовить творческий номер в финале конкурсанткам помогут звезды российской эстрады, театра и кино, которые войдут в состав жюри. Главных приза три, но подарки получат все участницы финала. В прошлом году это были приятные вещи, которые может себе позволить не каждый пенсионер. Например, годовое обслуживание в одной из медицинских клиник Москвы, путевка в Европу, мастер-класс по йоге... Всего номинация восемь. Одна из них — специальная — «Приз зрительских симпатий». Любый желающий до 2 ноября включительно может зайти на сайт www.youtube.com/user/moscowdszn и отдать свой голос за понравившуюся участницу конкурса.

Считаете ли вы свою жизнь на пенсии скучной?

По данным опроса.ru



77 ЛЕТ
Столько, согласно последним данным, сейчас в среднем живут москвичи. Это на пять лет больше, чем в целом по стране. Ожидается, что к 2020 году продолжительность жизни вырастет до 79 лет.

«Золотая пара» Александровых. Пятьдесят пять лет счастья

ЮБИЛЕЙ Этим летом Галина Александровна и Виталий Петрович Александровы отметили 55-летие совместной жизни. «А как будто вчера познакомились», — говорят счастливые супруги.

СЕРГЕЙ ПОДОЛЬСКИЙ
edit@vm.ru

Свою будущую жену Виталий впервые увидел по телевизору. Галина окончила медицинский институт и подрабатывала диктором на Ташкентской телестудии музыкальных передач. — Не восхититься такой красавицей было невозможно. «Эта та девушка, о которой ты мечтал!» — сказал мне мой младший брат. Он же потом нас и познакомил, — вспоминает Виталий Петрович.

До чего ты хороша
Тогда ему было 25. После окончания Ленинградского военно-инженерного училища молодого лейтенанта отправили на службу в Германию, а в родной Ташкент он приехал в отпуск. 22-летняя Галина в институте получила профессию акушера-гинеколога.

— Мы были из разных миров. Виталий — из рабочей семьи, его отец погиб на фронте, мама болела, а их с братом отправили в детдом. Мой папа — известный в Средней Азии ученый-шелковод. После я как цветочек в оранжерее, дома у нас была гувернантка. Когда слушала, через что Виталию пришлось пройти в детдоме, я просто плакала, — говорит Галина Александровна. Как военного человека, лейтенант ухаживал за модницей и красавицей напористо, но красиво. Молодые плавали на лодке по озеру, он пел песню «До чего ты хороша, как нежна твоя душа». Дарил цветы, звезды и небо...

22 июня 1960 года Александровы расписались, а уже через несколько месяцев Галина уехала к мужу в Германию. — Делать по дому я тогда абсолютно ничего не умела. Помню, стою на кухне, нужно сварить борщ, а как — не знаю. Всему меня научил Вита-

лий, — откровенно рассказывает женщина. — Хотя я была капризная, но он все терпел.

То, что потерять нельзя
После Германии Александровых отправили в маленький туркменский городок Чарджоу, потом был Самарканд, где родились дети — Саша и Наташа, которые, кстати, пошли по стопам своих родителей: сын стал военным, дочь — медиком. Говорят, все жены офицеров сидят на шее у мужей. Галина свою профессию обожала. В закрытом военном казахском городке Отар она заведовала железнодорожным роддомом. К гинекологу по специальности на прием приходили со всеми болячками, поэтому приходилось и аппендициты вырезать, и людей того света вытаскивать. Однажды в Самарканд привезли умирающую жену офицера. Коллеги, осмотрев, посчитали, что шансов нет, и накрыли простыней... Галина буквально вернула женщину к жизни. С ней они дружат до сих пор, а спасенная называет ее сестрой. Капчегай, Алма-Ата, Семипалатинск — чуть ли не по всей Средней Азии помотало семью. После этого новая командировка, теперь в Лаос, куда Виталия на три года отправили советником при Генштабе помогать создавать армию и строить молодое государство. Галина стала заведовать психологическим медпунктом. К тому времени война в соседнем Вьетнаме хот и закончилась, но жить было небезопасно, поэтому детей с собой Александровы не взяли. — Я не штабной человек, все время был в поле. 300 дней в году семью не видел, поэтому, когда приезжал домой, ценю каждый момент общения с Галей, детьми и понимаю, семья — это то, что потерять никак нельзя. А трудности нас только закаляли. Уверен, чем



1 Июнь 1960 года. Галина и Виталий за несколько дней до свадьбы (1) 16 октября 2015 года 13:05 Счастливые супруги Александровы в редакции газеты «Вечерняя Москва» (2)

больше в жизни сложностей, тем крепче семья, — говорит Виталий Петрович.

Одно целое
Перевод в Москву Александровы восприняли с радостью. Наконец-то будет свой дом! — Дали нам две комнаты, зато чуть ли не рядом с Красной площадью, слышно было, как Кремлевские куранты били, — вспоминают супруги. — После таких «дыр» оказываются в центре столицы разве не подарок судьбы? В столице Виталий стал преподавать в Военно-инженерной академии им. Куйбышева, Галина преподавала в мед-



2

училище, работала в женской консультации, поликлинике... 40 лет в общей сложности отдала медицине. — Люблю я свою работу безумно и сейчас консультирую соседок, — говорит собеседница. Выйдя на пенсию, полковник в отставке Виталий Петрович не успокоился и несколько лет был председателем Совета ветеранов района Бибирево. Галина все лето проводит на даче. — То, что мы такие бодрые, это благодаря моему давнему увлечению травмами. Собираю я их на даче и потом своих лечу. Дома у меня двухлитровый термос, с вечера обяза-

тельно завариваю боярышник, календулу, топиамбур и даю всем выпить по стакану с утра, — поясняет Галина Александровна. Зимой же она пропадает в любимом центре соцобслуживания «Бибирево». — У Гали с юных лет великолепная память. Лермонтова, Пушкина читает наизусть. В центре социального обслуживания она ходит в драмкружок. Недавно поставили пьесу по Островскому «Бедность — не порок», где моя жена играла матушку, — хвалит ее супруг Виталий Петрович. — Да ладно тебе, — прерывает она. — Глава семьи у нас, конечно, папочка. Его слово — закон. Но я — хозяйка в доме и на кухне.

Вопрос, на который нет простого ответа



ОЛЬГА КУЗМИНА
ОБОЗРЕВАТЕЛЬ
olga.kuzmina@vm.ru

С годами вид пары в возрасте, что идет по улице, трогательно держась за руки, стала вызывать у меня какой-то переворот в душе: начинаешь предательски ципать в глазах и... Ну да, наверное, это и есть зависть. Та, что в народе называют белой... Нет ничего плохого в том, что ты по-белому завидуешь тому, что не получилось у тебя самой. К тому же чувство это замешано на искреннем восхищении, которое неизменно сопровождает понимание, что кто-то умеет что-то значительно лучше тебя. У таких пар, которые называются золотыми, обычно пытаются спросить — в чем ваш секрет. А мне всегда кажется — ну как же они могут ответить... Как расскажешь в двух словах о том, на что положены таких пар, думаю, кроется в разном подходе именно к испытаниям. Ведь как к ним можно относиться? Можно сказать, основываясь на своем «я» — «я справлюсь». Можно взять за основу другое «я», и сказать — «ты справишься». А можно все строить исключительно на месте имени «мы». «Мы справимся. Только вдвоем. Рука об руку». Вот — Александровы. Две фотографии — точно отзеркаленные, так похожи... Но между ними — не годы уже, десятилетия. Сколько было за это время вместе прожито и пережито, сколько раз случались переезды из города в город — семьи военных судьба испытывает на прочность по-особенному. Но, как и 55 лет назад, они и сегодня смотрят в объектив фотоаппарата, стоя рядом, друг друга касаясь. И красивы по-прежнему потому, что жизнь друг друга — это их рецепт и молодость, и бесконечной любви. ...Конечно, золотые и бриллиантовые юбиляры всегда найдутся, что ответить на вопрос про их «фирменный рецепт»

долголетия. Могут, например, рассказать о том, как учились понимать. Как на что-то закрывали глаза, прощали друг другу слабости, восхищались силой и успехами каждого в отдельности и общими, достигнутыми вместе. Наверное, все так. Но все равно это будет некоей полуправдой, поскольку секрет долголетия этих пар кроется в каждой ежедневной, или даже ежесекундной, работе души. Ведь что такое брак, как не самая великая и трудная работа по строительству пути друг к другу? А еще правда в том, что кто-то свыше подарил и замечательной паре Александровых, и другим парам-юбилярам, великий дар. Умение любить. Увы, ведь только кажется, что он дан всем, ничего подобного! И способность пронести это чувство через годы, не расплескать его в суете, не разменять на восторг и безделье, — удел избранных. Способных любить по-настоящему. Кстати, а как это — «по-настоящему»? Да так, как получилось у них. Растворяясь в друге, но не теряя «самодентичности». Ставя интересы того, кто рядом, выше своих, но при этом держа и свои на высоком уровне. Постоянно балансируя, корректируя равновесие, подкладывая на неверные чаши сверхчужих жизненных весов то нежность, то требовательность, то заботу, то желание и потребность проявить слабость. А еще — уметь меняться, но не изменять себе. Ведь тот, кто рядом, полюбит когда-то тебя. Выходит, собой и будь... Из этих мелочей и складывается то великое, что зовут настоящей любовью. Той любовью, ради которой совершаются подвиги, приносят жертвы. Той любовью, которая может воскресать из ничего и умирать от невинных, казалось бы, мелочей, способна быть крепче стали, но не терять хрупкости по краям своих бесконечных граней. Наверное, научиться этому можно лишь при одном условии: если ты понимаешь, что без руки, за которую держишься, не имеют смысла небо и солнце над головой. Эти пары давно это поняли. И у них получилось. Блестяще получилось! Браво!

— Знаете, 55 лет пролетели как миг, и никогда у нас не было мысли разойтись, ни разу мы не усомнились в порядочности и верности друг друга. Бытовые споры были. Где, к примеру, прибить картину, — улыбаются супруг. — Но всегда приходили к общему решению. Потому что — любовь.

Кстати

Чета Александровых была одной из 500 супружеских пар, приглашенных на торжество в ГЦКЗ «Россия», где прошло чествование «золотых пар», проживших в браке 50, 55, 60, 65 и 70 лет. С Днем старшего поколения их поздравил мэр Москвы Сергей Собянин.

ПСИХОЛОГИ СОВЕТУЮТ

Семь путей борьбы с хандрой

ЗАНИМАЙТЕСЬ ТВОРЧЕСТВОМ
Сделайте что-то своими руками. Неванно, будет это вышивка крестиком, рисунок или мягкая игрушка

ИЗУЧАЙТЕ НОВОЕ
Выберите себе новое хобби, запишитесь на курсы иностранного языка, прочитайте книгу

БОЛЬШЕ НАХОДИТЕСЬ НА СОЛНЦЕ
Благодаря солнечному свету организм человека вырабатывает серотонин — гормон, вызывающий чувство счастья

ЗАБОТЬСЯ О СЕБЕ
Нюхайте себе что-то новое из одежды, сделайте прическу, пользуйтесь кремами и косметикой

ОБЩАЙТЕСЬ С ЖИВОТНЫМИ
Животные заряжают человека положительной энергией. Если у вас нет домашних питомцев, сходите в зоопарк

ВЫЕЗЖАЙТЕ НА ПРИРОДУ
Отдохните от шумного мегаполиса в лесу, за городом или хотя бы в парке. Созерцание природы наполняет человека гармонией

ОТПРАВЬТЕСЬ В ПУТЕШЕСТВИЕ
Путешествие — лучшее средство от хандры. Причем необязательно ездить далеко, поездка по городам ближнего Подмосковья тоже может принести массу новых впечатлений

Бегемоты, жирафы и коты переехали на Тишинку

ЕКАТЕРИНА ГОНЧАРОВА
e.goncharova@vm.ru

На Тишинской площади в одноименном торговом центре прошел третий ежегодный Фестиваль творчества людей старшего поколения. О себе и своих увлечениях в этом году заявили больше 70 участников. Вместе с посетителями фестиваля оценивала мастерство работ и корреспондент «Вечерней Москвы».

Увлеченные и счастливые
Насладиться красотой и изысканностью диковинных вещей, сделанных своими руками, смогли все пришедшие на выставку. Тем более что сама атмосфера мероприятия располагала к хорошему настроению. Весь день на сцене выступали музыкальные коллективы. Под загористые русские народные песни участники показывали посетителям свои работы. Декупаж, живопись, резьба по дереву, украшения ручной работы, вышивка, вязание, керамика, модная одежда, шляпки — практически все виды прикладного искусства были в этот день представлены на Тишинке.



12 октября 2015 года. Светлана Рассейкина привезла на фестиваль целый «зоопарк»

подтверждение — их яркие, полные жизни работы. **Куклы вернули молодость**
Кто сказал, что вернуться в детство невозможно? Куклы пенсионерки Ольги Рубцовой с этим утверждением готовы поспорить. Здесь домовый в красной рубаше, добрая Баба-яга, румяный Емеля и даже Мышиный король из знаменитого «Щелкунчика». Глазки-бусинки его высочества

короля смотрели на посетителя выставки оценивающе. Кажется, еще мгновение — и сказка оживет. — Спросите, как дошла до такой жизни, — улыбается автор сказочных героев Ольга Рубцова. — Началась история 16 лет назад. Я попала на первую проходившую в Москве выставку кукол. Это была любовь с первого взгляда и на всю жизнь. Куклы подарили мне вторую молодость.

Котики — нарасхват
Светлана Рассейкина и ее супруг Николай привезли на фестиваль целый «зоопарк». С выставочного стенда на прохаживающихся бегемоты, жирафы, лошади и даже коты. Все чудо-звери сделаны из натуральной кожи.

— Коты сегодня просто нарасхват, — ввел в курс дела Николай Рассейкин. — Во-первых, игрушка из натуральной кожи служит украшением интерьера. Во-вторых, ее удобно использовать как подлокотник. Рядом Людмила Буланова, победительница конкурса «Московская мастерица», презентовала собственную коллекцию кружек: вятские, подольские, голландские, себеристские, белые и разноцветные. В рамках фестиваля работали для всех желающих мастер-классы по вязанию крючком, лоскутному шитью, оригами из ткани. Проводила мастер-класс по тканному искусству Ольга Демина — мастер пятого разряда. На ткацком станке она показывала посетителям, как из множества разных лоскутков можно создать единое полотно из натуральной шерсти.

За долгожительницей не угоняться!

10 октября жительница Новой Москвы Екатерина Тихонова Татьяна (на фото) из поселения Московский исполнилось 105 лет! Долгожительница не только хорошо себя чувствует, но и поражает всех своей памятью. Например, она с легкостью читает стихи, выученные еще в детстве, помнит имена и дни рождения всех внуков, правнуков и праправнуков, которых у нее 23. «За бабушкой не угоняться, в ней столько жизни. До 90 лет жила на дачу», — говорят о юбиляре родные.



Всегда готовы к труду и обороне

Не так давно был принят Закон о возрождении комплекса «Отва в труду и обороне». До 2018 года сдача нормативов должна быть внедрена на всей территории страны. Нормы ГТО делаются на три категории массового спорта. Это университетский спорт, школьный и корпоративный. Пенсионеры столицы не подпадают ни под одну категорию, но при желании пожилые люди также смогут сдать нормы ГТО. Сделать это можно на «олимпийских» зарядках и в рамках больших спортивных мероприятий в столичных парках.



Крепким семьям — цветы, подарки и внимание

Столичные власти приняли решение в 1,5 раза повысить размер единовременной выплаты для москвичей, которые отмечают в этом году юбилей супружеской жизни. Так, пары, прожившие в браке 70 лет, получат 15 тысяч рублей (вместо 10 тысяч). На «золотую» свадьбу — 10 тысяч (вместо 6 тысяч). На «изумрудную» свадьбу, а это 55 лет совместной жизни, супругам вручат 11 тысяч (вместо 7 тысяч). На «бриллиантовую» свадьбу — 60 лет совместной жизни — 12 тысяч рублей (было 8 тысяч), отметившие «железную» свадьбу, то есть 65-летие брака, получат увеличенную выплату в размере 13 тысяч рублей (вместо 9 тысяч).

Старшее поколение поможет школьникам делать уроки

Возможно, уже в ближайшем будущем столичных пенсионеров пригласят поработать волонтерами в школах, чтобы они помогли делать детям уроки в так называемых группах продленного дня. Такую инициативу сейчас обсуждают в Минобрнауки РФ. По мнению инициаторов идеи, бескорыстная помощь позволит пожилым людям снова почувствовать себя нужными и полезными обществу, а детям «подтянуть знания» и просто пообщаться со старшим поколением, ведь не у всех из них в большом городе есть бабушки и дедушки. Группы волонтеров планируется набирать из пожилых людей, проживающих рядом со школой. Кстати, подобные программы не первый год и довольно успешно действуют в Японии, США, некоторых европейских странах.