

За физическое и духовное оздоровление нации

# СТРАНА *и* МЫ *вместе*



СПЕЦВЫПУСК МОСКВА №4/2018

Социальный информационно-аналитический журнал 0+



**ПРОЕКТ, ПРОДЛЕВАЮЩИЙ ЖИЗНЬ  
ВРЕМЯ НОВЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ  
ЭФФЕКТИВНЫЕ ПОДХОДЫ**



1940-е годы



2014 год





## СОДЕРЖАНИЕ

### ОФИЦИАЛЬНО

Забота о ветеранах .....2

### МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

Проект, продлевающий жизнь .....4

Вместе мы украшаем мир ..... 14

Раскрываем плюсы зрелого возраста..... 18

Время новых возможностей ..... 22

### ТРУДОУСТРОЙСТВО

Эффективные подходы ..... 26

Работа для каждого ..... 28

### БЕЗ БАРЬЕРОВ

В зоне доступа ..... 32

### РЕАБИЛИТАЦИЯ

Солнышком согреты ..... 34

### ТВОРЧЕСТВО

Сказки химкинского леса ..... 40

### ЗОЛОТАЯ ПАРА

Счастье длиною в полвека ..... 42

### ЛЮБИМОЕ ИЗ ПРОЧИТАННОГО

В. Гиляровский «Москва и москвичи» ..... 44

ПОЭТИЧЕСКАЯ ГОСТИНАЯ ..... 48



4



14



28



34



# ЗАБОТА О ВЕТЕРАНАХ

Социальная поддержка старшего поколения и ветеранов Великой Отечественной войны является приоритетным направлением деятельности Правительства Москвы.

## МЕРЫ СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ

Участникам и инвалидам Великой Отечественной войны меры социальной поддержки предоставляются за счет средств федерального бюджета.

В числе таких мер — ежемесячная денежная выплата, осуществляемая территориальными органами Пенсионного фонда РФ; льготы по оплате жилья и коммунальных услуг, в том числе по оплате взноса на капитальный ремонт; государственная соцпомощь в виде набора социальных услуг, в состав которого включено бесплатное лекарственное обеспечение, санаторно-курортное лечение при наличии медицинских показаний, проезд к месту лечения и проезд на пригородном железнодорожном транспорте.



В качестве дополнительных мер социальной поддержки за счет средств бюджета города указанным категориям ветеранов предоставляется право бесплатного проезда городским пассажирским транспортом (для инвалидов первой группы с сопровождающим в поездке лицом) и бесплатного зубопротезирования (кроме расходов на оплату стоимости драгоценных металлов и металлокерамики).

Кроме того, инвалидам и участникам войны предоставлена дополнительная 50-процентная скидка по оплате жилья и коммунальных услуг (в пределах социальной нормы площади жилья и нормативов потребления коммунальных услуг), а для абонентов телефонной сети — ежемесячная денежная компенсация на оплату услуг местной телефонной связи.

Для принимавших участие в боевых действиях участников и инвалидов Великой Отечественной войны предусмотрена ежемесячная компенсация по оплате электроэнергии.

Меры социальной поддержки ветеранам Великой Отечественной войны из числа тружеников тыла установлены Законом города Москвы, в их числе бесплатный проезд городским пассажирским и железнодорожным пригородным транспортом, бесплатное лекарственное обеспечение по рецептам врачей, льготы по оплате жилья и коммунальных услуг (также по оплате взноса на капитальный ремонт), абонентам телефонной сети — ежемесячная денежная компенсация на оплату услуг местной телефонной связи. Кроме того, установлена ежемесячная городская денежная выплата.

С 1 января 2018 года размеры отдельных социальных выплат ветеранам Великой Отечественной войны увеличены в 2 раза. Также увеличен размер дополнительного ежемесячного денежного обеспечения Героям Советского Союза, Героям Российской Федерации, Героям Социалистического Труда, Героям Труда Российской Федерации, полным кавалерам ордена Славы и Трудовой Славы.

В связи с празднованием 73-й годовщины Победы в Великой Отечественной войне в апреле произведены единовременные выплаты от 3000 до 10000 рублей всем категориям ветеранов войны и тем, кто родился до 31 декабря 1931 года.



## В НАСТОЯЩЕЕ ВРЕМЯ В СТОЛИЦЕ ПРОЖИВАЮТ БОЛЕЕ 75600 ВЕТЕРАНОВ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ, ИЗ НИХ ПОЧТИ 11 ТЫСЯЧ ИНВАЛИДОВ И УЧАСТНИКОВ ВОЙНЫ, А ТАКЖЕ ОКОЛО 61800 ТРУЖЕНИКОВ ТЫЛА.

### АДРЕСНЫЙ ПОДХОД

Более 24 тысячам ветеранов Великой Отечественной войны предоставляются социальные услуги в форме социального обслуживания на дому.

Все нуждающиеся в санаторно-курортном лечении ветераны данной категории обеспечиваются им в первоочередном порядке. В 2018 году данным правом уже воспользовались почти 670 человек.

Одинокие и одиноко проживающие инвалиды и участники войны, которые по состоянию здоровья не могут воспользоваться данным правом, могут стать участниками программы «Санаторий на дому». В 2018 году запланировано обслуживание 6 тысяч человек.

Более 3,5 тысячи ветеранов в текущем году отдохнут в Социально-реабилитационном центре ветеранов войн и Вооруженных сил, а также в пансионате «Никольский парк».

В Москве используется система «Тревожная кнопка» для организации неотложной помощи одиноким ветеранам через учреждения социальной защиты, здравоохранения и других государственных структур города. Все инвалиды и участники войны, изъявившие желание их получить, данными устройствами обеспечены.

В настоящее время услугами службы сиделок, которая организована при Московском доме ветеранов, охвачено 700 одиноких малоподвижных фронтовиков. В этом году служба перешла на единый формат обслуживания в объеме 53 часов в неделю.

В настоящее время в пансионатах для ветеранов войны и труда проживают более 1 тысячи ветеранов войны, для которых созданы комфортные условия пребывания.

В городе активно внедряются различные формы оказания адресной социальной помощи с использованием электронного социального сертификата на основе социальной карты москвича (продовольственная помощь и в виде товаров длительного пользования).

В 2017 году более 3,6 тысячи ветеранов войны получили адресную социальную помощь в виде товаров длительного пользования (всего с 2014 года — более 16,2 тысячи человек).

### НИКТО НЕ ЗАБЫТ

Важное место в деятельности Правительства Москвы по осуществлению мер социальной поддержки ветеранов и граждан пожилого возраста занимает взаимодействие с ветеранскими общественными организациями. Столичным правительством ежегодно увеличиваются расходы на поддержку их деятельности.

С 2012 года проводится работа по вручению персональных поздравлений Президента РФ ветеранам войны с юбилейными днями рождения, начиная с 90-летия. В результате проведенной работы вручены поздравления, памятные подарки более 80 тысячам юбиляров-ветеранов Москвы.

В дни празднования 73-й годовщины Победы 10 тысяч инвалидов и участников войны, которым предоставляются социальные услуги на дому, получили поздравления с вручением праздничных продовольственных наборов.

Во всех организациях социального обслуживания в рамках празднования Дня Победы состоялось почти 1000 мероприятий, в которых приняли участие около 70 тысяч человек.

9 мая в территориальных центрах социального обслуживания для ветеранов организованы праздничные чаепития, концертные программы, а также коллективные просмотры военного парада на Красной площади.

Социальными работниками оказана помощь по сопровождению на праздничные мероприятия, в том числе для встречи с фронтовыми друзьями и возложения цветов к мемориалам, в том числе на Красную площадь, площадь Большого театра и в Александровский сад.

Состоялись экскурсии по местам боевой славы, встречи ветеранов с молодежью, лекции, беседы, тематические выставки.

Забота о ветеранах Великой Отечественной войны и их социальная поддержка являются важнейшим направлением работы Правительства Москвы в целом и столичного Департамента труда и социальной защиты населения в частности.



## ПРОЕКТ, ПРОДЛЕВАЮЩИЙ ЖИЗНЬ

В Москве завершился фестиваль-выставка «Московское долголетие», которую за три дня посетили более 30 тысяч человек. В просторном павильоне № 69 ВДНХ проходили занятия по компьютерной грамотности и сценической речи, мастер-классы от художников и дизайнеров, лекции врачей, встречи с популярными артистами и многое другое. Всего свыше 700 различных тренингов, мастер-классов, лекций и открытых уроков. Москвичи старшего поколения могли посетить площадки, посвященные здоровью, творчеству и образованию, и стать участниками пилотного проекта «Московское долголетие».



**В** первый день работы фестиваль-выставку посетил Сергей Собянин. Многие хотели лично пообщаться с мэром Москвы, по инициативе которого с 1 марта стартовал этот пилотный проект для старшего поколения. Если москвичи его одобряют, то со следующего года он станет уже постоянно действующей программой. Судя по количеству участников проекта и благодарным откликам представителей старшего возраста, так оно и будет. С другой стороны, это объяснимо, поскольку, по словам Сергея Собянина, проект «Московское долголетие» предоставляет небывалые возможности для людей преклонного возраста, которые вышли на заслуженный отдых.

---

**Мэр Москвы Сергей Собянин:**

— «Московское долголетие» из проекта стало превращаться в реальность. Сегодня около 100 тысяч москвичей записались в различные кружки. 75 тысяч уже реально занимаются в этих кружках. Эта программа для тех московских пенсионеров, которым надоело сидеть дома, которые хотят общения, хотят найти новых друзей и вести активную жизнь.

---

## ВОЗМОЖНОСТИ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ

В мероприятии приняла активное участие общественный деятель и тележурналист Арина Шарапова, которая является также заместителем председателя Общественной палаты Москвы.

— Лично мне не нравится, когда говорят «пенсия» и «пенсионерка», — улыбнулась 56-летняя Арина Аяновна. — Не люблю я и слова «старик» и «старушка». Долой их! Лучше нас называть просто взрослыми людьми. Я считаю, что всем нам невероятно повезло, потому что мы живем в таком прекрасном городе, как Москва. Конечно, замечательно, что возник великолепный и совершенно уникальный проект «Московское долголетие», которому нет равных в мире. Он дает колоссальные возможности личного развития каждому, кто вышел на заслуженный отдых. И теперь можно действительно отдохнуть, занявшись любимым делом. Перед людьми старшего возраста открываются огромные возможности. Мы, деятели телевидения, с огромным энтузиазмом подключились к проекту. Недаром говорят, что учиться никогда не поздно!











Открыл фестиваль-выставку «Московское долголетие» руководитель Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимир Петросян. По словам министра Правительства Москвы, сейчас пилотный проект работает по трем основным направлениям: физическая подготовка, творческие дисциплины и общеобразовательные программы.

— Хочется поблагодарить общественный совет, который вышел на мэра столицы с предложением запустить «Московское долголетие» на полную мощность по всему городу, — сказал Владимир Аршакович. — Для воплощения этой программы есть все возможности: и замечательная инфраструктура, и финансовая составляющая. Остается только направить все в правильное русло. Москва сегодня перешагнула 78-летний рубеж по продолжительности жизни. Тут она — признанный лидер в России. Уверен, что в ближайшее время мы переступим и 80-летний порог. Уже сейчас 570 человек преодолели столетний рубеж. Задача Правительства Москвы сделать все для того, чтобы люди преклонного возраста вели активную жизнь, а не проводили время на диване в четырех стенах.

## ОТКРЫВАЮЩИЕ ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ

Два этажа просторного 69 павильона ВДНХ были разбиты на отдельные территории с конкретными назва-

---

### Министр Правительства Москвы, руководитель Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимир Петросян:

— На фестивале «Московское долголетие» присутствуют самые активные участники этого замечательного проекта, который работает по трем основным направлениям: общая физическая подготовка, творчество и образование. Уже в первые дни реализации проекта на него записались более 20 тысяч горожан. Это еще раз подтверждает востребованность программы. Москва — развивающийся город. В нем есть материальные и финансовые возможности, которые необходимо направить на активное долголетие.

---

ниями: «Образование и информационные технологии», «Художественно-прикладное творчество и рукоделие», «Дом и сад», «Стиль жизни», «Физическая активность и здоровый образ жизни», «Обучение в Серебряном университете», «Танцевальное творчество», «Песенное творчество», «Изобразительное искусство», «Жить здорово», «Клуб СуперБабушек и СуперДедушек Москвы» и другие.

На площадке «Медиастудии» можно было научиться владеть своим голосом и речью. Среди преподавате-

**Ольга Ткачева, главный гериатр Министерства здравоохранения РФ:**

— Москва запустила уникальный проект, продлевающий жизнь. Никакие лекарства и современные технологии не смогут продлить жизнь, если не быть активным. Старение нельзя рассматривать как конец жизни. Это очередной этап развития: человек открывает в себе новые таланты, изучает компьютерные технологии и включается в современную жизнь. В Москве продолжительность жизни в среднем составляет 78 лет. Женщины живут больше 81 года, а мужчины должны их догонять. «Московское долголетие» будет способствовать росту этих показателей.



**«ВАЖНО НАЙТИ В РОДНОМ ГОРОДЕ, В СВОЕМ РАЙОНЕ ИЛИ ГДЕ-ТО ПОБЛИЗОСТИ ЗАНЯТИЕ ПО ДУШЕ, КОТОРОЕ БЫ ТЕБЯ ПОДДЕРЖИВАЛО В ЖИЗНИ. УВЛЕЧЕННОМУ, ЗАНЯТОМУ ЧЕЛОВЕКУ НЕКОГДА ДУМАТЬ О ПРОБЛЕМАХ, ДА И О БОЛЕЗНЯХ ЗАБЫВАЕШЬ...»**





лей были популярны ведущие, диджеи, дикторы, в том числе народная артистка России Анна Шатилова, которая является членом общественного совета «Московского долголетия».

— Я всецело поддерживаю этот прекрасный проект, — отметила 79-летняя Анна Николаевна Шатилова. — Сама я, сколько себя помню, всегда старалась вести активный образ жизни. В этом секрет моего долголетия. Но я еще не самая старшая. Как вы знаете, поддержал проект «Московское долголетие» и дважды Герой Социалистического Труда Владимир Иванович Долгих, которому уже 93 года. Его энергии можно только позавидовать. Конечно, хочется отметить и великолепный конкурс «Московская СуперБабушка». Я вела это торжество в концертном зале «Россия» в Лужниках. Что там творилось! Зал превратился в одну сплошную танцевальную площадку. На бал пришли люди самых разных поколений, в том числе дети, внуки, правнуки. Все восхищались эффектными конкурсантками. Сейчас я везде и всюду призываю пенсионеров принимать участие в очередной «СуперБабушке», которая для многих открыла второе дыхание.

Слова Анны Николаевны подтвердила участница конкурса «Московская СуперБабушка-2011», пенсио-

нер-филолог Татьяна Фролова, которая стала второй в этом прекрасном состязании. Она называет себя пионером движения активного долголетия.

— Сами понимаете, чтобы выиграть конкурс, мне нужно было как следует подготовиться, — сообщила Татьяна Николаевна. — Я посещала специальные занятия, сидела на диете. И хотя с момента моей победы прошло уже немало лет, я все равно продолжаю следить за собой. У Олега Газманова есть песня «Просто надо жить». Я так и делаю, живу легко, весело и с чувством юмора. К людям стараюсь относиться по-доброму. Я всех люблю. Честно! Мне сейчас 71 год, но я по-прежнему считаю себя молодой. Мне просто некогда стареть. Окончила компьютерные курсы, с удовольствием общаюсь с друзьями на Facebook, активно комментирую новости.

## ЛЕГКО, ВЕСЕЛО И С ЧУВСТВОМ ЮМОРА

Большой популярностью на фестивале-выставке пользовался мастер-класс народного художника России Александра Рукавишникова. 67-летний автор многих известных скульптур (Владимира Высоцкого, Юрия

«МОСКВА СЕГОДНЯ ПЕРЕШАГНУЛА 78-ЛЕТНИЙ РУБЕЖ ПО ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ ЖИЗНИ. ТУТ ОНА – ПРИЗНАННЫЙ ЛИДЕР В РОССИИ. УВЕРЕН, ЧТО В БЛИЖАЙШЕЕ ВРЕМЯ МЫ ПЕРЕСТУПИМ И 80-ЛЕТНИЙ ПОРОГ. ЗАДАЧА ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ СДЕЛАТЬ ВСЕ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ЛЮДИ ПРЕКЛОННОГО ВОЗРАСТА ВЕЛИ АКТИВНУЮ ЖИЗНЬ».













## ФЕСТИВАЛЬ-ВЫСТАВКА «МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ-2018» ПОКАЗАЛ, ЧТО В СТОЛИЦЕ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО НАСТУПИЛО ВРЕМЯ НОВЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ, ПРОДЛЕВАЮЩИХ ЖИЗНЬ И УЛУЧШАЮЩИХ ЕЕ КАЧЕСТВО ВНЕ ЗАВИСИМОСТИ ОТ КОЛИЧЕСТВА ПРОЖИТЫХ ЛЕТ.

Никулина, Михаила Шолохова, Федора Достоевского и др.) тоже вошел в общественный совет «Московского долголетия».

— Мне кажется, наши пожилые люди всегда были какими-то обделенными по сравнению с их иностранными сверстниками, — считает Александр Иулианович. — Увы, у многих из них до сих пор нет возможности путешествовать по миру. Они часто сутки напролет сидят дома. Поэтому я считаю, очень важно найти в родном городе, в своем районе или где-то поблизости занятие по душе, которое поддерживало бы тебя в этой жизни. Увлеченному, занятому человеку некогда думать о проблемах, да и о болезнях забываешь. Сужу по себе, ведь и сам уже пенсионер. Самое главное, что пилотный проект реально работает. На себе почувствовал, какой огромный интерес вызывает «Московское долголетие» у жителей столицы.

Среди тех, кто во время фестиваля-выставки брал уроки у мэтра Рукавишников, оказалась и 60-летняя пенсионерка-железнодорожник Татьяна Егорова: «Конечно, прекрасно, что у нас появилась такая замечательная программа по активному долголетию. Просто глаза разбегаются, не знаешь, что выбрать. Лично я решила действовать постепенно. Уже окончила компьютерные курсы в ТЦСО «Жулебино». Теперь активно пользуюсь Интернетом. Это так здорово! Сейчас хочу записаться на иностранный язык в Серебряный университет. Кроме того, мечтаю как следует научиться рисовать. Очень рада, что моим первым наставником стал сам Александр Рукавишников. А еще в нашем Центре социального обслуживания уже 4 года играю с приятелем Михаилом Голубковым в настольный теннис. Так что моя пенсия очень активная!»

Анна Вольнова — сотрудник ТЦСО «Жулебино» пояснила: «Наша главная задача — организовать всесторонний досуг для москвичей самых разных категорий, в том числе старшего поколения. Одни играют в бильярд, другие в шахматы. Еще мы проводим экскурсии. Побывали в Московском Кремле, в других интересных местах. Важно, что люди не сидят по своим квартирам, а находятся в коллективе. Ведь они всю жизнь где-то трудились, а тут оказались в полном одиночестве. Даже если

есть дети и внуки, они все равно работают или учатся. Многие охотно включились в проект «Московское долголетие»: поют, рисуют, вяжут, вышивают. Очень востребованы танцы — сальса и другие направления».

### ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ!

Как выяснилось, уже давно танцует и 73-летний Вячеслав Егорович Чесноков, который посещает филиал «Солнцево» ТЦСО «Ново-Переделкино»: «До пенсии я работал патентоведом. Мое любимое хобби — танцы, которыми занимаюсь еще с 80-х годов прошлого века. Сейчас в нашем ТЦСО работаю волонтером. В декабре проходил общегородской танцевальный конкурс «ВозрастNET», на который съехались десятки пар со всех округов столицы. Я и моя партнерша Марина Шашкина представляли Западный административный округ Москвы. Мы танцевали венский вальс на музыку А. Хачатуряна к драме Михаила Лермонтова «Маскарад». Заняли первое место, чем очень гордимся! Я считаю, что танцы продлевают жизнь. На фестивале-выставке «Московское долголетие-2018» показывали это на своем примере».

А еще на фестивале работали площадки, посвященные спорту, туризму, здоровому образу жизни, дому и саду, интеллектуальным играм, различным видам творчества.

Так, на площадке «Стиль и красота» стилист Дмитрий Винокуров демонстрировал, как подчеркнуть свою индивидуальность и создать неповторимый образ. Президент Российского танцевального союза Станислав Попов помогал гостям разучить новые танцевальные движения. На главной сцене фестиваля в формате «Честного разговора» прошли мотивирующие выступления популярных артистов — Владимира Долинского, Роксаны Бабаян, Льва Прыгунова, Натальи Аринбасаровой и Максима Галкина.

Фестиваль-выставка «Московское долголетие-2018» показал, что в столице действительно наступило время новых возможностей, продлевающих жизнь и улучшающих ее качество вне зависимости от количества прожитых лет.



## ВМЕСТЕ МЫ УКРАШАЕМ МИР

Настоящая весна порадовала москвичей только во второй половине апреля. Природа расцвела, получил свое активное развитие и новый проект правительства города «Московское долголетие». В рамках его реализации в двух парках, Екатерининском и «Сокольники», представители старшего поколения высадили аллеи долголетия.

«**М**осковское долголетие» — пилотный проект для жителей столицы, которые хотят вести активный образ жизни и использовать все возможности города для достижения этой цели. В программу вошли самые востребованные направления: спорт, творчество, правильное питание,

обучение, развитие и многое другое. Спортивные секции, творческие лаборатории и обучающие классы появились в рамках акции практически в каждом районе Москвы. Ведь проект направлен на самореализацию его участников в зависимости от их собственных предпочтений.



## ЗДОРОВЬЕ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ

Так, посадка деревьев солнечным утром стала еще одной прекрасной возможностью для москвичей старшего поколения активно провести время. Совместными усилиями они воздвигли в Екатерининском парке настоящую Аллею долголетия. Каждое деревце было посажено с заботой и вниманием, ведь только так оно со временем сможет принести плоды. На еще неокрепшие веточки участники акции прикрепили разноцветные ленточки, а на земле установили таблички с надписью «Аллея долголетия».

К посадке деревьев присоединились министр Правительства Москвы Владимир Петросян, депутат Московской городской Думы Вера Шастина, а также скульптор Александр Рукавишников.

Владимир Петросян отметил важность такого мероприятия: ведь оно сближает представителей старшего поколения, дает им повод общаться и проводить свое время с пользой. А именно это, по словам руководителя Департамента, и продлевает жизнь.

— Москва перешагнула 78-летний рубеж продолжительности жизни, — отметил Владимир Аршакович, — и для правительства города очень важно, чтобы проект «Московское долголетие» способствовал активному времяпрепровождению ветеранов.

— И мы делаем все, чтобы наши ветераны стали долгожителями, — поддержала министра Правительства Москвы депутат Мосгордумы Вера Шастина. — Поэтому я хочу пожелать, чтобы посаженные сегодня деревья приносили такие же плоды, как и наш проект.

## ДЛЯ БУДУЩИХ ПОКОЛЕНИЙ

Важность реализации «Московского долголетия» отмечают не только руководители, но и его непосредственные участники.

— Я хотел бы сказать спасибо организаторам проекта «Московское долголетие» за заботу о старшем поколении, — произнес участник акции Валентин Дмитриевич. — Спасибо за сегодняшнее мероприятие и за этот чудесный парк. Ведь мы можем заниматься здесь физическими упражнениями и общаться. А это — настоящая отдушина, которая продлевает нам жизнь.

Валентин Дмитриевич по-настоящему ценит то, что дает человеку природа. Он проводит в Екатерининском парке большую часть своего свободного времени. В свои 82 года участник проекта проходит по 25 километров ежедневно независимо от погоды. В дождь — с зонтом, в слякоть — в резиновых сапогах. Ведь активная жизнь, по словам пенсионера, — залог здоровья и благополучия.

Такого же мнения придерживается участник Великой Отечественной войны Иван Васильевич Волков:



### Руководитель Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимир Аршакович Петросян:

— Идея мероприятия принадлежит Общественному совету проекта «Московское долголетие». Оно замечательно тем, что объединяет ветеранов и молодежь. А это и есть единство поколений, передача опыта мудрых юным.

— Я активно занимаюсь спортом, много бегаю, поэтому проект «Московское долголетие» мне очень нравится. Сегодня я принимаю участие в посадке деревьев, и это замечательно!

Садовая работа для Ивана Васильевича — дело не новое. На собственной даче он занимается высадкой почти ежегодно. Поэтому ветеран не только сажал плодовые деревья, но и давал окружающим практические советы. По его мнению, такое мероприятие отличается своей общественной полезностью:

— Сегодня я сажаю эту аллею не только для себя, но и для будущих поколений.

Такая мысль объединяла в этот день всех участников мероприятия. Занимаясь посадкой, они пели всеми любимые песни и читали известные фронтовые стихи. Чтобы потом, проходя под зелеными кронами уже окрепших деревьев, мы чувствовали прилив сил и радость от своей причастности к делу, которое останется на долгие годы.



**Первый заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Ольга Евгеньевна Грачева:**

— Наше сегодняшнее мероприятие направлено на то, чтобы как можно больше людей старшего поколения узнали о проекте «Московское долголетие» и начали реализовывать свои творческие замыслы.

**АЛЛЕЯ В СОКОЛЬНИКАХ**

«Московское долголетие» — это не просто проект, а поле новых возможностей для жителей столицы, которые хотят вести активный образ жизни и заниматься самореализацией.

Именно поэтому было решено посадить в Москве вторую Аллею долголетия в парке «Сокольники», где могли бы гулять, встречаться и общаться люди всех возрастов. Кроме того, совместная высадка деревьев взрослыми и детьми способна укрепить взаимное уважение и понимание, а также позволяет обменяться опытом. Этот факт отметила первый заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Ольга Грачева.

— Сегодня мы все вместе сажали липы на аллее «Московское долголетие». И это замечательно, ведь люди должны быть вместе как в семье, так и в обществе, — подчеркнула Ольга Евгеньевна. — На посадку деревьев к нам пришли дети. Один ребенок сказал, что мечтает, чтобы ему дали лейку, и он мог бы полить дерево. И этот трехлетний малыш терпеливо ждал, пока не исполнили его желание. Это чудесно. Ведь вместе мы украшаем мир, а это — самое главное.

**ОБЩЕЕ ДЕЛО**

Дети из многодетных семей, действительно, проявили небывалый интерес к посадке деревьев. Они присоединялись к кропотливой работе взрослых, перебирая землю своими игрушечными лопатками и граблями. Малыши привязывали к веточкам разноцветные ленточки и радовались проделанной работе с искренностью и детской непосредственностью.

Так, Матвею едва исполнилось 1,5 года, но он уже активно занят посадкой: вместе с бабушкой Татьяной Федоровной засыпал землей корни деревьев.

Трехлетний Тимофей взял на себя нелегкую работу по поливу. Он поднял настоящую взрослую лейку, чтобы напоить еще неокрепшее липовое деревце. Его мама Евгения искренне радуется увлечению сына: «У меня ребенок вообще любит все, связанное с поли-



ванием и копанием. И он, как видите, счастлив. Поэтому здорово, что мы смогли принять участие в таком мероприятии».

Семья Романовых также осталась довольна участием в таком значимом деле. С самого утра они убирали сухие ветви и листья с территории будущей аллеи. «Мы, действительно, рады, что смогли провести время с пользой. Ведь это так важно приобщать детей к общему делу», — сказала многодетная мама.

## ДВИЖЕНИЕ — ЭТО ЖИЗНЬ

Так считает и гость мероприятия международный топ-стилист Дмитрий Винокуров. «Люди хотят быть вовлеченными в процесс формирования правильного образа жизни в любом возрасте, — произнес Дмитрий Винокуров. — И наша задача — поддержать их в этом стремлении».

— Нам просто необходимо обеспечить людей старшего поколения активными занятиями и приятным человеческим общением, — поддержала мнение стилиста депутат Московской городской Думы Ирина Назарова. — Важно, чтобы люди, которые вышли на пенсию, нашли себе занятие по душе, чтобы они не чувствовали себя одинокими. Ведь движение — это жизнь. И нам бы хотелось, чтобы пенсионный период стал их второй молодостью, только с запасом мудрости, зрелости и большого опыта.

В этот день заряд бодрости и позитива получил каждый участник акции. Гости мероприятия не только смогли почувствовать себя настоящим трудовым десантом, но и провести фитнес-зарядку, дыхательную гимнастику, исполнить несколько любимых композиций и даже устроить настоящий танцевальный флешмоб у сцены. Скучать не пришлось никому. Представители всех поколений радостно обменивались впечатлениями друг с другом. Ведь они теперь с гордостью могут сказать, что вместе воздвигли настоящую аллею долголетия.

---

### **Заместитель председателя Общественной комиссии Московского городского совета ветеранов Светлана Ивановна Синяг:**

— В последние несколько лет срок жизни москвичей значительно вырос. И когда человек доживает до 90 или 100 лет, нужно заботиться уже не только о его здоровье, но и о психологическом состоянии. А радостное и позитивное восприятие окружающего мира нам дает проект «Московское долголетие». За это нужно сказать спасибо правительству нашего города.

---



Матвей Савин, 1 год 6 месяцев  
с бабушкой Татьяной Федоровной



Тимофей, 3 года

# РАСКРЫВАЕМ ПЛЮСЫ ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА

По инициативе мэра Москвы Сергея Собянина в столице реализуется пилотный проект «Московское долголетие» для старшего поколения. Эту замечательную инициативу подхватили многие общественные и профессиональные организации нашего города. Не осталось в стороне и журналистское сообщество. В Центральном доме журналиста прошел круглый стол на тему: «Слагаемые московского долголетия. Раскрываем плюсы зрелого возраста. Выводим формулу активности». Инициаторами встречи выступили Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы и Союз журналистов Москвы.





## ЖИТЬ НАСЫЩЕННО И АКТИВНО

Модератор встречи, первый секретарь Союза журналистов Москвы Людмила Щербина отметила, что в настоящее время среди 15 тысяч членов этой общественной организации более 8 тысяч ветеранов. Многие уже подключились к этому проекту, поскольку хотят максимально долго оставаться востребованными и активными. Отраднo, что сегодня у москвичей старшего возраста есть возможность совершенно бесплатно посещать различные курсы, мастер-классы, художественные, танцевальные, вокальные, спортивные и прочие студии. Самое главное — жить с удовольствием. И тогда человек не замечает прожитых лет, оставаясь активным и востребованным.

Первый заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Ольга Грачева рассказала собравшимся, как стать участником пилотного проекта «Московское долголетие». Заявку можно подать в любом территориальном центре социального обслуживания по месту жительства. Нужно лишь заполнить небольшую анкету, предъявив паспорт, СНИЛС и социальную карту москвича.

Как отметила Ольга Евгеньевна, пока проект «Московское долголетие» пилотный. Но если инициатива Правительства Москвы будет востребована, то с будущего года она станет полноценной программой для москвичей пенсионного возраста. А в том, что проект таковым является, сомневаться уже не приходится.

## НЕВИДАННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ

Ольга Грачева рассказала, почему в Москве и других мировых мегаполисах появился общественный запрос на программы досуга для граждан старшего поколения, что делают городские власти для того, чтобы жизнь людей после выхода на пенсию оставалась яркой и насыщенной, как выбрать для себя интересную программу «Московского долголетия»:

— Большую роль в увеличении средней продолжительности жизни в Москве сыграла всесторонняя социальная поддержка старшего поколения. Очень рады, что пилотный проект «Московское долголетие» уверенными шагами идет вперед. Подано уже около 100 тысяч заявок. Их количество неуклонно растет. Мы постоянно

### Первый заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Ольга Грачева:

— Мы ставим перед собой важную цель — дать возможность людям самореализоваться в период, когда у них много свободного времени и есть творческие замыслы, когда хочется активности, находиться в кругу друзей и единомышленников. Пилотный проект «Московское долголетие» дает возможность реально ощутить все эти цели и достичь их.

мониторим качество услуг, чтобы люди были довольны тем, что им предлагается. Только в этом случае работает сарафанное радио. Если одному пенсионеру понравилась, скажем, программа «С компьютером на ты», то он непременно посоветует пройти ее и своим друзьям. То же можно сказать о курсах английского языка. Ведь это прекрасная тренировка памяти, а еще шанс найти новых друзей и знакомых. А многие сочетают активные кружки (скандинавская ходьба, гимнастика) с посещением лектория.

Журналисты задавали вопросы и по актуальным, интересующим старшее поколение темам: о трудоустройстве после выхода на пенсию, возможности посещать кружки и занятия проекта людям с инвалидностью, самореализации через обучение молодого поколения.

Руководитель Управления развития социальных коммуникаций и активного долголетия ДТСЗН города Москвы Андрей Пентюхов отметил, что наиболее востребованным направлением в рамках пилотного проекта «Московское долголетие» стал образовательный курс «Информационные технологии». На компьютерные курсы записываются даже москвичи, отметившие 90-летие! Что вполне объяснимо: сегодня Интернет дает поистине невиданные возможности. Зачастую Skype является единственным способом общения с родными и близкими, которые порой разъехались по разным городам и странам. Сейчас появилась масса полезных программ (WhatsApp, Viber, Messenger), позволяющих общаться практически со всем миром. И курсы английского языка в этом случае как раз пригодятся.

**НАИБОЛЕЕ ВОСТРЕБОВАННЫМ НАПРАВЛЕНИЕМ В РАМКАХ ПИЛОТНОГО ПРОЕКТА «МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ» СТАЛ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КУРС «ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ».**



**«МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ» – ПРОЕКТ ДЛЯ МОСКВИЧЕЙ,  
КОТОРЫЕ ХОТЯТ ВЕСТИ АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ  
И ИСПОЛЬЗОВАТЬ ВСЕ ВОЗМОЖНОСТИ ГОРОДА  
ДЛЯ САМОРЕАЛИЗАЦИИ.  
ПОДРОБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ О РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА  
НА ОФИЦИАЛЬНОМ САЙТЕ МЭРА МОСКВЫ: [WWW.MOS.RU](http://WWW.MOS.RU)**







## ДАВАЙТЕ ОСТАВАТЬСЯ МОЛОДЫМИ!

К экспертам присоединились известные люди, поддерживающие проект «Московское долголетие», — стилист, парикмахер-модельер международного класса Дмитрий Винокуров, дизайнер одежды и член жюри конкурсов «Московская СуперБабушка» и «Московский СуперДедушка» Светлана Кварта, популярная телеведущая и общественный деятель Арина Шарапова.

Не секрет, что человек в любом возрасте хочет выглядеть привлекательным. Однако после выхода на пенсию люди порой утрачивают стимул следить за собой. В этом случае очень важно найти мотивацию снова вернуться в социум, начать жить ярко и активно. Об этом говорила дизайнер-модельер Светлана Кварта.

— Уже 8 лет в столице проходит популярный конкурс «Московская СуперБабушка», постоянным членом жюри которого я являюсь, — сказала она. — А недавно мы начали проводить конкурс «Московский СуперДедушка». Для наших «девочек» и «мальчиков» мы организуем специальные занятия. Скажем, по королевской осанке. Учим их красиво ходить по подиуму. Одна активность тянет за собой другую. Человек начинает увлекаться модой, затем здоровым питанием и спортом. Очень важно, что участники конкурсов активно общаются между собой. Они начинают чувствовать свою нужность и востребованность.

Арина Шарапова отметила, что за годы работы в СМИ был накоплен такой богатейший опыт, получено столько возможностей и состоялось так много знакомств, что было бы неправильно не использовать все это на благо любимого города и его замечательных жителей.

— В какой-то момент я подумала, что мне непременно нужно поделиться тем опытом, который имею. Я давно уже принимаю участие в творческих курсах, ставящих своей целью всестороннее развитие детей и подростков. И вот наступила пора применить этот опыт во благо старшего поколения, о котором сейчас проявляется такая большая забота. Знаете, у меня часто спрашивают, в чем секрет моей молодости. Конечно, можно сказать, что это гены. Но этого недостаточно. Я всю жизнь чему-то учусь, веду активный образ жизни. Недаром говорят, что жизнь — это движение. Поэтому я с теми, кто воплощает в столице замечательный проект «Московское долголетие». Давайте все вместе оставаться молодыми! — призвала Арина Шарапова.

Нельзя не поддержать экспертов и гостей мероприятия, единодушных в том, что только интерес к окружающей действительности, желание двигаться вперед и постигать все новые и новые вершины придают жизни тот неповторимый вкус и антураж, которые делают нас счастливыми и гармоничными людьми, несмотря на прожитые годы.

# ВРЕМЯ НОВЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ

В этом году весна — время больших перемен для москвичей старшего поколения. Ведь в столице стартовал уникальный пилотный проект «Московское долголетие». Проект был создан для представителей старшего возраста, которые хотят вести активный образ жизни и использовать все возможности для самореализации.



**В** начале 2018 года мэр Москвы утвердил первый в России пилотный проект «Московское долголетие», направленный на расширение возможностей участия граждан старшего поколения в культурных, образовательных, физкультурных, оздоровительных и иных досуговых мероприятиях.

Рост продолжительности жизни, повышение качества медицинских услуг, улучшение состояния здоровья пожилых людей постепенно формируют новое отношение к старшему возрасту как к лучшей половине

жизни. Пожилые люди стремятся получить больше возможностей для активной насыщенной жизни, чтобы сохранять хорошее здоровье и бодрость максимально длительное время.

## ПЕРВЫЕ В РОССИИ

Откликаясь на эти запросы, Правительство Москвы приняло решение о проведении масштабного пилотного проекта «Московское долголетие».



— В наших центрах социального обслуживания мы создали условия, где можно заниматься в кружках, общаться друг с другом. Мы видим, как год от года количество людей, которые хотят вместе проводить время, активно заниматься, становится все больше и больше. Из-за большого количества желающих в помещениях наших учреждений стало тесно, — отметил на форуме «Активное долголетие Москвы-2018» Сергей Собянин.

В рамках обсуждения пилотного проекта было предложено привлекать к сотрудничеству с ТЦСО государственные и коммерческие организации.

Так, в реализации пилотного проекта «Московское долголетие» уже сегодня принимают участие московские библиотеки, учреждения культуры и спорта, а также школы, колледжи и организации дополнительного образования. При поддержке ТЦСО Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы партнеры проекта открывают ряд кружков по самым востребованным видам активного времяпрепровождения для людей старшего возраста. В зависимости от интересов участникам проекта предоставляются бесплатные занятия спортом и танцами, творческие

студии и лектории, а также языковые и компьютерные курсы. Так, пенсионеры любого района Москвы могут записаться на уроки пения или живописи, пойти на танцы или научиться вышивать крестиком. Участники проекта в зависимости от своих интересов и возможностей смогут также заняться различными видами спорта, даже такими направлениями, как гимнастика, йога и пилатес. Опытные специалисты научат людей старшего поколения вести здоровый образ жизни, правильно питаться, следить за состоянием своего организма. Они также помогут пенсионерам раскрыть и развить свои таланты.

Для тех, кто хочет реализовать себя в танцах, профессиональные хореографы проводят занятия по балльным, спортивным, народным и современным танцевальным направлениям, уделяя внимание не только физическому, но и эмоциональному состоянию участников проекта. Те, кому интересно декоративно-прикладное искусство, могут посещать кружки декорирования, квиллинга, декупажа, витража, рисования, плетения из газетной лозы. Последнее направление привлекает внимание многих участников проекта.





### Волонтер ТЦСО «Вешняки» филиала «Новокосино» Елена Борисовна Горохова:

— Занятия проекта «Московское долголетие» дают нам возможность развиваться и совершенствоваться, общаться и творить. Мы благодарны Правительству Москвы за те возможности, которые появляются у нас сегодня. Ведь занимаясь активной деятельностью, мы не только продлеваем свою жизнь, но и делаем ее насыщенной и интересной.

## ДЛЯ ДУШИ И ЗДОРОВЬЯ

Так, в Территориальном центре социального обслуживания «Вешняки» филиала «Новокосино» занятия по плетению из бумаги проходят ежедневно. Умело складывая газетные листы, пенсионеры своими руками создают фигурки зверей, рамки для картин и невероятные корзины для продуктов. Такая техника, по словам руководителя кружка, стимулирует работу мозга, развивает мелкую моторику и укрепляет концентрацию внимания, что необходимо в любом возрасте.

Участница проекта «Московское долголетие» Нелли Александровна Сидорова занимается плетением из газетной лозы уже давно. На полках шкафа стоят ее самые любимые работы, ведь в каждую из них она вложила частичку своей души. Большие картины, маленькие корзиночки, яркие цветы и фигурки — все это пенсионерка сделала из газетных и журнальных листов, клея и обычных бумажных салфеток.

— Наши дети и внуки, знакомые и друзья просто в восторге от таких подарков. Ведь это сделано с душой в чудесной дружеской атмосфере, — говорит женщина. — Я считаю, что такие кружки объединяют людей по интересам, дают возможность общаться и творить. Здесь мы осваиваем то, на что раньше у нас совсем не было времени, получаем новые навыки, которые потом пригодятся в жизни.

Помимо плетения из газетной лозы, на базе ТЦСО и его филиалов в ежедневном режиме работают кружки вязания крючком и спицами, торцевания, квиллинга, декупажа, витража, рисования и декорирования.

В районе «Новокосино» действуют более 40 групп по разным активностям. Бесплатные занятия проходят в 14 учреждениях, предоставляющих услуги. В их числе общеобразовательные школы, Детская музыкальная школа имени Гайдна, Колледж музыкально-театрального искусства № 61, дом культуры, ледовый дворец, бассейн и поликлиника. В поликлинике № 66 района «Новокосино» в рамках проекта проводится курс лекций по программе «Жить здорово», где врачи рассказывают, как поддерживать здоровье, укреплять тело и развивать память. На такие интерактивные лекции записались уже более 50 человек.

## ОТДЫХ И ОБЩЕНИЕ

Уже в апреле, согласно реестру единой системы записи кружки района «Новокосино» посещали более 1000 человек. Наиболее востребованными занятиями среди участников проекта стали компьютерные курсы и курсы по изучению английского языка. Освоить информационные технологии решили сразу 150 пенсионеров, а уделить время лингвистическому аспекту — 70. Также участники проекта с удовольствием занимаются скандинавской ходьбой, гимнастикой, йогой, пилатесом и многим другим. В сфере физической активности поставщиком услуг проекта является коммерческая организация ООО Fit Form. Этот спортивный комплекс организует оздоровительные занятия для людей старшего возраста.

— Замечательно, что у нас есть возможность приходить сюда. Ведь заниматься дома не позволяют различные бытовые проблемы, а здесь мы все делаем под присмотром профессионального тренера, — говорит участница проекта Раиса Васильевна. — Занятия в спортивных кружках дают нам возможность развивать тело, отдыхать и, конечно, общаться. Инструктор по пилатесу Екатерина довольна своими учениками: «Рада, что у нас есть возможность поддерживать наших пенсионеров, ведь для них это жизненная энергия и новые встречи. Мне интересно с ними работать, и я искренне радуюсь их индивидуальному и коллективному прогрессу».



## РОСТ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ ЖИЗНИ, ПОВЫШЕНИЕ КАЧЕСТВА МЕДИЦИНСКИХ УСЛУГ, УЛУЧШЕНИЕ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ ПОСТЕПЕННО ФОРМИРУЮТ НОВОЕ ОТНОШЕНИЕ К СТАРШЕМУ ВОЗРАСТУ КАК К ЛУЧШЕЙ ПОЛОВИНЕ ЖИЗНИ.



### ЭФФЕКТИВНОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО

Для наиболее эффективной реализации проекта «Московское долголетие» в ТЦСО открыты отделения социальных коммуникаций и активного долголетия (ОСКАТ). На их базе осуществляется прием заявок от поставщиков услуг, готовых предоставить площадки для различных занятий. Сотрудники отделения проводят тестирование таких площадок, контролируют посещаемость занятий и заинтересованность в них москвичей старшего поколения. Ведь пенсионеры не всегда сразу могут определить, каким видом деятельности им хочется заниматься. Специалисты ТЦСО помогают своим посетителям определить приоритеты в соответствии с их желаниями и возможностями. Они подробно рассказывают будущим участникам о направлениях пилотного проекта и вносят анкеты в единую систему записи, где отображается посещаемость тех или иных кружков. Такая система впоследствии должна стать интернет-порталом, доступным каждому пользователю. Участники проекта смогут самостоятельно записываться на необходимые им занятия, исходя из удобства и территориального расположения.

— Одна из задач проекта «Московское долголетие» состоит в том, чтобы помочь адаптироваться тем людям, которые лишь недавно вышли на пенсию.

Здесь им помогают избежать социальной изоляции и разнообразить досуг. Кроме того, благодаря занятиям москвичи старшего поколения вовлечены в активное времяпрепровождение, что избавляет их от чувства одиночества и дает возможность расширить круг общения, — считает специалист по мониторингу ТЦСО «Вешняки» филиала «Новокосино» Мария Александровна Самохина.

— В основном, конечно, это общение. У нас есть уже сложившиеся группы пенсионеров, которые вместе проводят время, ходят на экскурсии или в кино, — поддерживает коллегу заместитель заведующего филиалом «Новокосино» Светлана Александровна Рябкова. — Наши участники, безусловно, рады этому проекту, за что стоит искренне поблагодарить Правительство Москвы. Я думаю, что в будущем этот пилотный проект превратится в специализированную программу, и надеюсь, что желающих принять участие в ее реализации со временем станет только больше.

#### СПРАВКА

Чтобы принять участие в пилотном проекте «Московское долголетие», необходимо обратиться в центр социального обслуживания по месту жительства и заполнить анкету-заявку (при себе иметь паспорт, СНИЛС и социальную карту москвича).

# ЭФФЕКТИВНЫЕ ПОДХОДЫ

Пресс-конференция заместителя руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Андрея Бесштанько на тему «Фактическое трудоустройство как главный критерий качества работы: эффективные подходы к занятости молодежи и москвичей с инвалидностью» состоялась в Москве. Особый акцент был сделан на направлении работы, связанном с трудоустройством москвичей с инвалидностью.



**Н**а начало апреля текущего года численность постоянного населения столицы составляла почти 12 500 000 человек, из них более 7 млн человек (98,7%) заняты в различных секторах экономики. Уровень занятости в Москве за год в среднем составил 66,9%. По этому показателю столица входит в тройку лидеров среди регионов России.

В столице услуги в сфере занятости населения оказывают 53 отдела трудоустройства Центра занятости населения города Москвы и столичный Центр занятости молодежи.

В первом квартале в службу занятости населения в поисках работы обратилось 30,7 тысячи человек, из них трудоустроено около 45% соискателей.

В базе данных службы занятости населения имелось 162,3 тысячи вакансий.

Действенным нововведением по оказанию содействия в поиске работы стала система кураторства, задача которого — снижение периода трудоустройства, сокращение сроков пребывания гражданина в статусе безработного, а также уменьшение числа длительно стоящих на учете безработных.

Особенность данной системы — оказание наиболее востребованных государственных услуг в сфере занятости населения одним специалистом, который

закрепляется за гражданином как ищущим работу, так и зарегистрированным в качестве безработного. Это предполагает индивидуальный подход к каждому посетителю службы занятости населения, а также экономию его времени и сил.

## ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА

Важнейшим направлением работы службы занятости населения является трудоустройство людей с инвалидностью.

При первичном обращении персональным куратором разрабатывается план мероприятий с учетом рекомендаций, содержащихся в индивидуальной программе реабилитации или абилитации инвалида (ИПРА), уровня профессиональной подготовки, наличия вариантов подходящей работы.

С начала текущего года в столичную службу занятости населения в поисках работы обратилось 685 имеющих инвалидность граждан, трудоустроено 184 человека.

На конец первого квартала 2018 года в банке вакансий службы занятости содержится более 3800 единиц, из них свыше 2600 — котируемые и 179 — специально оборудованные рабочие места.

С 2016 года служба занятости населения города Москвы работает не только с обратившимися непосредственно в центры занятости инвалидами, но и с теми людьми, у которых согласно ИПРА исполнителем мероприятий профессиональной реабилитации определена служба занятости.

При получении выписок ИПРА специалисты отделов трудоустройства Центра занятости населения начинают взаимодействие и предлагают москвичам с инвалидностью воспользоваться услугами службы занятости.

Как подчеркнул Андрей Бесштанько, с начала года поступило 1026 выписок, 1008 передано в Центр заня-



## В СТОЛИЦЕ УСЛУГИ В СФЕРЕ ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ОКАЗЫВАЮТ 53 ОТДЕЛА ТРУДОУСТРОЙСТВА ЦЕНТРА ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ И СТОЛИЧНЫЙ ЦЕНТР ЗАНЯТОСТИ МОЛОДЕЖИ.

тости населения города Москвы для работы. По итогам работы в отделы трудоустройства обратилось 414 инвалидов, трудоустроено 24 человека. Кроме того, с прошлого года осуществляется выезд на дом к изъявившим желание трудоустроиться инвалидам сотрудников мобильного офиса.

### ЭКОНОМИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА

В прошлом году Департаментом труда и социальной защиты населения города Москвы был проведен эксперимент по экономической поддержке работодателей, осуществляющих мероприятия по созданию и сохранению рабочих мест для инвалидов и их трудоустройству.

В рамках эксперимента было заключено 6 договоров о предоставлении субсидий на создание и сохранение 277 рабочих мест, трудоустроено 286 инвалидов.

В целях совершенствования мер экономической поддержки по результатам проведенного эксперимента в настоящее время разрабатывается проект постановления Правительства Москвы.

В конце 2017 года принят Федеральный закон «О внесении изменений в Закон Российской Федерации «О занятости населения в Российской Федерации» в части совершенствования мер по оказанию содействия в трудоустройстве инвалидам. Данным законом предусматриваются особенности организации содействия занятости инвалидов, вводится новая государственная услуга, оказываемая органами службы занятости населения, — сопровождение при содействии занятости инвалидов. Оно предполагает оказание индивидуальной помощи принимаемым на работу инвалидам на территории организации-работодателя, в дополнительном оснащении (оборудовании) рабочего места, освоении профессиональных знаний, умений и трудовых действий.

### ОТ ТОРГОВЛИ ДО ЭКСКУРСИОННЫХ УСЛУГ

Сегодня активно принимают на работу инвалидов крупные игроки кадрового рынка: торговые сети, банки, компании, работающие на рынке связи и телекоммуникаций, строительные фирмы, IT-корпорации:

«Сбербанк», «Первый канал», «Мегафон», «Газпром-банк», «Майкрософт», «Росжелдорпроект», «Лукойл», «Нестле», «Метро Кэш энд Керри», DHL.

На вопрос нашего корреспондента, на какие должности легче всего устроиться инвалиду в Москве, заместитель руководителя ДТСЗН города Москвы перечислил пять направлений деятельности. По его словам, люди с ограниченными возможностями здоровья востребованы на работе, связанной с сервисом, обработкой информации, в IT-индустрии, образовании, а также «оборонке».

В качестве иллюстрации Андрей Бесштанько рассказал о специальном образовательном кластере, созданном МГТУ имени Баумана для нескольких предприятий военно-промышленного комплекса. Учащиеся кластера находят на них работу еще до получения диплома, многие уже на третьем-четвертом курсах.

Также Бесштанько привел несколько примеров людей с инвалидностью, в том числе, первой группы, успешно трудящихся имиджмейкерами, педагогами дополнительного образования, экскурсоводами.

Среди вакансий, не требующих профессиональной подготовки, чаще всего инвалидам предлагают позиции продавца-консультанта, мерчендайзера, уборщика, сборщика, кассира, складского работника, менеджера, дорожного рабочего.

Одним из действенных способов оказания содействия в трудоустройстве является проведение ярмарок вакансий. В первом квартале текущего года службой занятости населения проведены 109 мини-ярмарок вакансий, в том числе 18 ярмарок вакансий для инвалидов. За этот период ярмарки вакансий посетили более 2700 человек и приняли участие 165 работодателей.

#### ПОЛЕЗНЫЕ АДРЕСА:

##### Центр занятости населения города Москвы

Адрес: Москва, ул. 5-я Кожуховская, д. 8, к. 2

Телефон: +7(495)675-82-28

<https://czn.mos.ru/>

##### Центр занятости молодежи города Москвы

Адрес: Москва, ул. Щепкина, 38 стр. 1

Телефон: +7(495) 688-46-56

<https://czmol.ru/#/applicant>



## РАБОТА ДЛЯ КАЖДОГО

Москва в течение последних лет сохраняет статус региона, который обеспечивает широкие возможности для трудоустройства. В среднем уровень безработицы в городе составляет 0,4 %.

### УДОБНЫЙ ФОРМАТ

Первая в этом году общегородская ярмарка вакансий, организованная Центром занятости населения города Москвы (ЦЗН) состоялась в выставочном комплексе «Экспоцентр».

В столице достаточно распространены различные сервисы по поиску работы, но ярмарки вакансий, проводимые ЦЗН, пользуются большой популярностью. Так, мероприятие в Экспоцентре, на котором было представлено более 7800 вакансий, посетили почти девять тысяч горожан.

— Востребованность услуг ЦЗН заключается, во-первых, в том, что они оказываются бесплатно. В законе, регламентирующем нашу деятельность, это упоминается двадцать один раз, — рассказал директор

Центра занятости населения города Москвы Георгий Тимофеев. — Во-вторых, такой формат мероприятий, как ярмарки вакансий, обладает собственными преимуществами. Здесь соискатель может пообщаться с работодателями неформально, сравнить несколько предложений, познакомиться с общими тенденциями, определиться с направлением поиска.

Есть и третья причина популярности московских ярмарок вакансий: они ориентируются на людей, которые находятся в срочном поиске работы и готовы выйти на новое место в ближайшее время. Среди них студенты и недавние выпускники учебных заведений, женщины в декретном отпуске, люди предпенсионного и пенсионного возраста. А еще соискатели, готовые заниматься низкоквалифицированным или новым для себя трудом.



## К СОСТАВЛЕНИЮ РЕЗЮМЕ И ПРОХОЖДЕНИЮ СОБЕСЕДОВАНИЙ НУЖНО ПОДХОДИТЬ МАКСИМАЛЬНО ТЩАТЕЛЬНО. ПОМНИТЕ: ПОИСК РАБОТЫ – ЭТО ТОЖЕ РАБОТА.

### ВОСТРЕБОВАННЫЕ ПРОФЕССИИ

Среднестатистические московские безработные — это мужчины и женщины в возрасте около 43 лет. Среди них могут быть как рабочие, так и служащие. Потеря работы чаще всего бывает связана с объективными причинами. Например, оптимизация кадровой структуры или переход предприятия на современные технологии. По мнению экспертов ЦЗН, безработных посетителей на ярмарках вакансий — от 70 до 85%. Остальные — трудоустроенные люди, которые опасаются, что в ближайшем будущем им придется искать новое место работы.

— Зная об этом, мы стараемся приглашать на ярмарку вакансий те предприятия, у которых достаточ-

ное количество свободных рабочих мест, и они готовы принимать людей как со специальной подготовкой, так и без нее, но при этом способны обеспечить сотрудникам заработную плату, сопоставимую со среднегородским уровнем, — поясняет Георгий Тимофеев.

Таковыми работодателями чаще всего становятся организации ЖКХ, дорожного хозяйства и строительства, социальной сферы, розничной торговли, банковского сектора. Сегодня предприятия Москвы нуждаются в рабочих профессиях: кровельщиках, электромонтерах, слесарях, операторах уборочной и строительной техники, водителях с правами разных категорий, а также в обслуживающем персонале: мойщиках, уборщиках и других. Преимуществом является возможность найти работу рядом с домом.





Среди «белых воротничков» уже много лет востребованы менеджеры по продажам. По словам директора ЦЗН, эта кадровая позиция вообще является самой популярной в Москве. Тенденцией последних ярмарок стало активное участие в них представителей силовых ведомств: воинских частей, подразделений полиции и Росгвардии. Средняя зарплата по вакансиям апрельской ярмарки составила около 42 тысяч рублей.

### НЕОБХОДИМАЯ ПОМОЩЬ

Посетителям ярмарки, испытывающим сложности при поиске работы, специалисты ЦЗН предлагали свою помощь. На стендах организаторов можно было пройти профориентационное тестирование, ответить на типовые вопросы собеседования, а также поискать вакансии в электронной базе Центра, в том числе через специальные терминалы.

Как подчеркнул Георгий Тимофеев: «Если бы я искал работу, то сначала пошел бы к нашим консультантам или посетил районный центр занятости — там можно получить всю необходимую помощь в спокойной обстановке».

После разговора со специалистом по профориентации список подходящих для человека вакансий



## ТРУДОУСТРОЙСТВО ИНВАЛИДОВ ЯВЛЯЕТСЯ ВАЖНЫМ НАПРАВЛЕНИЕМ В РАБОТЕ ЦЕНТРА ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ.

сокращается с нескольких десятков до нескольких наименований. В таких условиях вести поиск становится намного проще.

Москвичу Игорю Евдокимову скоро исполнится 60 лет. В молодости он служил в МВД, а с 90-х годов трудился охранником. В последние годы здоровье стало подводить, да и желания продолжать заниматься привычным делом поубавилось. Выслушав его, сотрудники ЦЗН посоветовали попробовать свои силы в организациях социального или благотворительного профиля. Они учли такие сильные стороны кандидата, как правовая грамотность и большой опыт общения с разными людьми, в том числе в конфликтных ситуациях. Решение можно найти практически для каждого, уверяют в Центре.

### ТРУДОУСТРОЙСТВО ИНВАЛИДОВ

В зоне презентаций эксперты проводили мастер-классы для всех желающих. Начальник отдела профориентации, социальной адаптации и психологической поддержки ЦЗН города Москвы Алексей Гавреев рассказал о том, как работать с резюме и проходить собеседование при приеме на работу.

— В современном резюме главное, чтобы оно было «живым». Укажите все свои преимущества, регулярно обновляйте резюме и рассылайте его на понравившиеся вакансии. Так вы повысите вероятность того, что вас заметят. К собеседованию нужно готовиться не менее тщательно. Досконально изучите требования к кандидату, определите, какие ваши сильные стороны могут оказаться важными, настройтесь, оденьтесь по-деловому. Помните: поиск работы — это тоже работа, — посоветовал Гавреев.

В организации ярмарки вакансий содействие Центру занятости оказывают волонтеры — студенты профильных вузов и колледжей и представители старшего поколения, так называемого «серебряного волонтерства». Работа здесь для них — это еще и знакомство с потенциальными работодателями, а для молодежи — полезная практика. Студентка Московского государственного гуманитарно-экономического университета Елена готовится стать социологом. «Я учусь на дневном отделении, поэтому активно поиском работы пока не



занимаюсь, хотя подходящий вариант рассмотреть готова. Но главное для меня другое. Я изучаю особенности рынка труда в России, а ярмарки вакансий — это важнейший индикатор одного из самых массовых его сегментов», — рассказывает Елена.

Трудоустройство инвалидов является важным направлением в работе Центра занятости населения города Москвы. На ярмарке вакансий было представлено больше 2500 вакансий для людей с ограниченными возможностями здоровья.

— Сегодня мы собираем анкеты и резюме людей с ограничениями по здоровью, — сказала главный специалист отдела Людмила Линдина. — Передадим информацию предприятиям, которые ищут сотрудников на эти позиции. В последнее время для инвалидов появилось довольно много вакансий, связанных с создательным трудом. Например, сборщики мебели. Сохраняют свою популярность и традиционные позиции — курьеров, наборщиков текста, операторов на телефоне.

В этом году столичный Центр занятости населения планирует провести несколько ярмарок вакансий, часть из которых будут направлены на трудоустройство людей с инвалидностью.

**Ближайшая Ярмарка вакансий для людей с ограничениями жизнедеятельности состоится 30 мая.**

# В ЗОНЕ ДОСТУПА

Поддержка людей с инвалидностью — приоритетное направление работы Правительства Москвы. В 2018 году на создание безбарьерной городской среды для маломобильных категорий граждан городскими властями выделено 1,2 миллиарда рублей.

## КОМФОРТНАЯ СРЕДА

В случае если входная группа многоквартирного дома не оборудована для доступа всех категорий граждан, людям с инвалидностью бывает сложно даже просто выйти на улицу. Для того чтобы выход из дома не стал непреодолимым препятствием, подъезды жилых домов оборудуются подъемными платформами. В городе уже установлено почти три тысячи подобных устройств. В течение двух ближайших лет еще в 592 домах запланировано обустройство входных групп с помощью данного оборудования.

Но бывает, что человеку с тяжелой степенью инвалидности сложно перемещаться даже внутри квартиры. Выходом в этой ситуации может стать установка специальной потолочной подъемной системы, которая дает возможность передвигаться самостоятельно. Сейчас в квартирах москвичей установлено около 1,1 тысячи таких систем и еще 107 появятся в этом году.

Для беспрепятственного передвижения по городу сегодня закупается только низкопольный наземный пассажирский транспорт. Количество таких автобусов сегодня составляет свыше 90 процентов, троллейбусов — более 70 процентов, трамваев — 33 процента.



В Московском метрополитене также делается все возможное для того, чтобы передвижение маломобильных горожан было максимально комфортным. Так, людям с инвалидностью помогают сотрудники Центра обеспечения мобильности пассажиров. На лестничных спусках устанавливают пандусы, в вагонах появляются места для инвалидов в колясках, о закрытии дверей предупреждает световая сигнализация или световая и тональная сигнализация. Новые открывающиеся станции метро адаптируются для всех категорий пассажиров.

## В ИНТЕРЕСАХ ВЗРОСЛЫХ И ДЕТЕЙ

Для нужд маломобильных граждан в Москве приспособлено уже 85 процентов социально значимых объектов. Это означает, что теперь можно беспрепятственно посещать учреждения социальной защиты, здравоохранения, культуры и др.

В столице проживают более 1,1 миллиона человек с ограниченными возможностями здоровья, в их числе 39,5 тысячи детей-инвалидов. Поэтому особое внимание уделяется созданию комфортной среды в учреждениях системы образования. Так, при строительстве новых школ и детских садов учитываются критерии доступности.





## В 2018 ГОДУ НА СОЗДАНИЕ БЕЗБАРЬЕРНОЙ ГОРОДСКОЙ СРЕДЫ ДЛЯ МАЛОМОБИЛЬНЫХ КАТЕГОРИЙ ГРАЖДАН ПРАВИТЕЛЬСТВОМ МОСКВЫ ВЫДЕЛЕНО 1,2 МИЛЛИАРДА РУБЛЕЙ.

сти, что позволяет посещать эти образовательные учреждения детям с ограниченными возможностями здоровья.

### ВЫПЛАТЫ И ЛЬГОТЫ

Для людей с инвалидностью предусмотрены меры социальной поддержки.

Многие выплаты с 2018 года были увеличены в два раза. Например, ежемесячная выплата по уходу за ребенком-инвалидом в возрасте до 18 лет или инвалидом с детства в возрасте до 23 лет составила 12 тысяч рублей. Такая же сумма выплачивается на ребенка в возрасте до 18 лет, проживающего в семье, где оба или единственный родитель не работают и являются инвалидами I или II группы.

Родители детей-инвалидов освобождены от оплаты за их содержание в государственных дошкольных образовательных учреждениях. За счет средств городского бюджета при обучении в школе учащиеся с инвалидностью могут получать двухразовое горячее питание.

Сегодня ребенок-инвалид и его родители имеют возможность выбрать любую школу, в том числе расположенную рядом с домом.

В Москве работают восемь комплексных реабилитационно-образовательных центров, подведомственных столичному Департаменту труда и социальной защиты населения. В этих учреждениях дети обучаются и проходят реабилитацию одновременно.

В городе реализуется проект «Ресурсные классы» для детей с расстройством аутистического спектра. Это специальный проект, представляющий собой организацию зон сенсорной разгрузки, где ребенок-аутист может заниматься индивидуально.

Дети с инвалидностью имеют право бесплатно учиться в школах искусств, а также посещать музеи, выставочные залы, зоопарки, находящиеся в ведомственном подчинении Правительства Москвы.

До 23 лет детям-инвалидам и инвалидам с детства доступны бесплатные занятия спортом. Это возможно

в учреждениях, которые входят в городскую государственную систему физической культуры и спорта, а также в некоторых коммерческих организациях.

### ГОРОДСКОЙ СОЦИАЛЬНЫЙ ПАКЕТ

Дети-инвалиды в возрасте до 18 лет, их родители (опекуны, попечители), а также один из родителей инвалида с детства в возрасте до 23 лет имеют право на бесплатный проезд на всех видах городского пассажирского транспорта. Исключение — поездки на такси. Воспользоваться правом бесплатного проезда также могут люди, сопровождающие ребенка с ограниченными возможностями здоровья.

В области здравоохранения город предлагает помощь в нескольких направлениях. Например, по заключению врачей дети-инвалиды до трех лет бесплатно получают продукты детского питания: молоко, кефир, творог, фруктовые соки и пюре, молочные смеси.

Помимо этого, дети с ограниченными возможностями здоровья имеют право на бесплатное зубопротезирование, кроме расходов на оплату стоимости драгоценных металлов и металлокерамики. Детей-инвалидов с сахарным диабетом первого типа Департамент здравоохранения Москвы обеспечивает дозаторами инсулина (помпами).

За счет бюджета города дети-инвалиды (от четырех до 18 лет включительно) могут бесплатно получить услуги выездной реабилитации в здравницах Черноморского побережья. В поездке каждого ребенка сопровождает его законный представитель.

Реализация мероприятий государственной программы «Социальная поддержка жителей города Москвы» продолжается, и столичные власти всегда готовы помочь тем, кто в этом особенно нуждается.

*В статье использована информация с портала [www.mos.ru](http://www.mos.ru)*

## В МОСКВЕ ПРИСПОСОБЛЕНО УЖЕ 85 ПРОЦЕНТОВ СОЦИАЛЬНО ЗНАЧИМЫХ ОБЪЕКТОВ.

# СОЛНЫШКОМ СОГРЕТЫ

Троицкий реабилитационно-образовательный центр «Солнышко» в прошлом году отметил свое 20-летие. Внимание и индивидуальный подход к каждому ребенку, высокий уровень профессионализма, использование как широко распространенных, так и собственных методик реабилитации позволяют специалистам Центра добиваться положительной динамики у большинства своих пациентов. Например, нередко разработанный для ребенка индивидуальный план реабилитации уже через полгода приходится корректировать в сторону ускорения.



## СВОЕВРЕМЕННАЯ ПОМОЩЬ

Реабилитационный центр «Солнышко» работает с 1 февраля 1997 года. Здесь ежегодно проходят реабилитацию 600 детей, которые находятся на амбулаторном обслуживании и посещают Центр несколько

раз в неделю. Более 100 детей учатся в коррекционной школе, которая вошла в состав учреждения в 2016 году и ведет обучение школьников с 1 по 9 классы. Еще 240 детей мобильная служба Центра обслуживает на дому по всему ТиНАО.



Несколько лет назад реабилитационный центр «Солнышко» перешел в ведение Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы. Это позволило существенно улучшить материально-техническую базу учреждения. А летом текущего года в здании и на окружающей территории запланировано проведение капитального ремонта и благоустройства.

Центр принимает детей с различными ограничениями по здоровью: нарушениями работы центральной и периферийной нервной системы, психосоматическими заболеваниями, задержками развития речи, ДЦП и другими диагнозами. Однако именно работа с детьми, страдающими аутизмом, здесь изначально является одним из основных направлений деятельности.

— Практически сразу после открытия к нам одновременно поступили восемь детей с диагнозом «ранний детский аутизм» (РДА). И пришлось спешно осваивать методики работы с такими детьми, — вспоминает директор реабилитационно-образовательного центра «Солнышко» Лариса Пономарева. По ее словам, большую помощь в этом оказали специалисты сразу нескольких организаций как регионального, так и федерального уровня. Особенно полезным оказалось содействие кафедры аутизма Института коррекционной педагогики Российской академии образования. Специалисты «Солнышка» прошли профессиональную переподготовку на базе кафедры и взяли на вооружение ряд разработанных там методик.



Лариса Пономарева

## КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД

Реабилитацией детей с РДА в центре «Солнышко» занимаются как врачи — педиатры, психиатры и неврологи, так и педагоги, логопеды и дефектологи, а также психологи, инструкторы лечебной физкультуры, массажисты и другие специалисты. В работе они используют занятия творчеством — арт-терапию, индивидуальные и коллективные игры — игротерапию, чтение книг с иллюстрациями — «глобальное чтение», нейропедагогику — обучение с использованием законов деятельности высшей нервной системы.









## РЕАБИЛИТАЦИЕЙ ДЕТЕЙ В ТРОЦ «СОЛНЫШКО» ЗАНИМАЮТСЯ КАК ВРАЧИ – ПЕДИАТРЫ, ПСИХИАТРЫ И НЕВРОЛОГИ, ТАК И ПЕДАГОГИ, ЛОГОПЕДЫ И ДЕФЕКТОЛОГИ, А ТАКЖЕ ПСИХОЛОГИ, ИНСТРУКТОРЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ, МАССАЖИСТЫ И ДРУГИЕ СПЕЦИАЛИСТЫ.

— Объединение реабилитационного центра и коррекционной школы имело несомненный положительный эффект. Когда с одним ребенком работает и врач, и педагог, их обмен опытом и знаниями дает синергетический результат, — уверена заместитель директора по учебно-методической работе Нина Чечетина.

Все методики проходят обязательную адаптацию с учетом особенностей развития ребенка. Например, здесь применяется популярное рисование песком. Однако вместо песка используется манная крупа — ее применение безопаснее для детей с тяжелой умственной отсталостью.

Люди, имеющие расстройства аутистического спектра, нередко обладают удивительной педантичностью, их пугает как социальная среда, так и любые измене-

ния в окружающем мире. Поэтому они инстинктивно стараются максимально упорядочить то, что их окружает.

В свою очередь реабилитация человека с диагнозом «аутизм» в значительной мере сводится к тому, чтобы приучить его к окружающему миру, снизить уровень стресса от появления новой информации и незнакомых людей. Этому способствуют многочисленные культурные и спортивные мероприятия, которые проводят сотрудники Центра: экскурсии, концерты, конкурсы, серию спортивных праздников «Солнышко стартует». Выступая на концертах, участвуя в спектаклях и соревнуясь в эстафетах, дети привыкают к открытым пространствам и большим помещениям, шумным и динамичным событиям.



Психолог Александр Карапетян ведет онлайн тестирование

**ОДНИМ ИЗ НАИБОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНЫХ МЕТОДОВ ЯВЛЯЕТСЯ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЙ, ТАКЖЕ НАЗЫВАЕМЫЙ ХОЛДИНГ-ТЕРАПИЕЙ. ОН ПОЗВОЛЯЕТ ВОССТАНОВИТЬ НАРУШЕННЫЕ СВЯЗИ МЕЖДУ ЭМОЦИЯМИ РЕБЕНКА, ЕГО МОЗГОВОЙ АКТИВНОСТЬЮ И МОТОРИКОЙ.**

Одним из наиболее эффективных методов является телесно-ориентированный, также называемый холдинг-терапией. Он позволяет восстановить нарушенные связи между эмоциями ребенка, его мозговой активностью и моторикой.

— У наших детей эти связи устроены по-другому. Реагируя на внешние раздражители, ребенок с аутизмом старается закрыться руками или отдернуть их, отвернуться, закрыть глаза, — рассказывает врач-психиатр Татьяна Лукина. Реабилитация по методу холдинг-терапии предполагает физический контакт. Например, после серии рукопожатий с врачом ребенок перестает отдергивать руку. А рисуя цветными карандашами, он привыкает к ярким цветам.

— За счет дозированных тактильных ощущений мы

помогаем ребенку открыться, привыкнуть к контакту с людьми и таким способом социализируем их. И если дети привыкают чувствовать свое тело, значит, полпути в правильном направлении уже пройдено, — продолжает Татьяна Лукина.

Юлия, мама двенадцатилетнего Максима, который уже шестой год занимается в ТРОЦ «Солнышко», подтверждает эти слова: «Попав сюда, Макс не мог общаться ни с кем. Сейчас ситуация изменилась, он может даже обнять приятелей, с которыми дружит». В последние годы Максим самостоятельно ходит в школу и передвигается в пределах Троицка. «А еще у сына обнаружился талант к английскому, — гордится Юля. — Я тоже неплохо знаю этот язык, и дома мы на нем общаемся даже чаще, чем на русском».







## ВЫБОР ПРОФЕССИИ

Выраженные способности к изучению той или иной науки или профессии — не такая уж редкость для аутизма. Например, персонаж Дастина Хофмана в известном фильме об аутизме «Человек дождя» виртуозно считал в уме.

Для детей, которые способны успешно обучаться, в центре «Солнышко» существует программа «Выбор профессии». Задачей дополнительного профессионального этапа, до 14 лет, является подготовка учащегося к будущей работе. С детьми проводятся тестирования — специалисты выявляют способности и интересы каждого. Кроме того, допрофессиональная подготовка включает практические занятия в мастерских с простейшими материалами и инструментами. Так называемая трудотерапия, которая широко используется при реабилитации больных психиатрического профиля, здесь призвана решить ключевую проблему. «Наш воспитанник должен осознать: в жизни ему нужно будет не просто выполнять работу, но и взаимодействовать с другими людьми», — говорит заведующая отделением психолого-педагогической помощи центра «Солнышко» Ольга Панфилова. Второй этап программы включает профессиональную подготовку по таким специальностям, как набор текста, швейное дело, вязание, информатика. Именно эти специальности

лучше всего подходят людям с симптомами аутизма, поскольку позволяют работать на дому.

Трудно переоценить важность работы, которой занимаются сотрудники «Солнышка», помогая детям с ограничениями по здоровью. Однако попутно они решают еще одну важнейшую социальную задачу — укрепление института семьи.

— Отдельным направлением нашей деятельности является работа с семьей, в ней участвуют как психологи, так и педагоги. Воспитание ребенка с особенностями развития — непростое испытание. Например, родители детей с аутизмом обязательно должны научиться контролировать свою речь и мимику. Еще им нужно быть готовым к тому, что поведение ребенка в обществе со стороны может выглядеть странным и вызывать неприятие, — поясняет Лариса Пономарева.

По словам директора ТРОЦ «Солнышко», некоторым родителям сложно это выдержать, в семье начинаются конфликты. «Однако благодаря работе с ребенком в состоянии его здоровья зачастую появляются положительные сдвиги, и это спланирует родителей, мотивирует двигаться вперед». А задача специалистов ТРОЦ «Солнышко» — прийти на помощь в сложные моменты жизни и оказать максимальную поддержку детям и их родителям.

# СКАЗКИ ХИМКИНСКОГО ЛЕСА

Кукольный театр универсален — его спектакли увлекают в равной степени людей разных возрастов. Он дает зрителям возможность вновь окунуться в детство, погрузиться в мир положительных и вдохновляющих эмоций. А куклы в сочетании с актерским талантом могут стать настоящим целительным средством, особенно для людей старшего поколения. И это доказали в Пансионате для ветеранов труда № 1 Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.



«Сказки химкинского леса» — такое название получил самодеятельный кукольный театр, организованный председателем Совета ветеранов ПВТ № 1 Татьяной Николаевной Фроловой. Идея пришлась по душе и другим жителям пансионата, которые с энтузиазмом начали продумывать репертуар и создавать необходимые декорации.

## УТРО ПРЕМЬЕРЫ

О том, как выглядело утро первой премьеры, рассказывает руководитель кукольного театра Татьяна Николаевна Фролова:

— Сегодня, в полвосьмого утра раздался стук в дверь. Там стояла взволнованная Лисичка:

— Мы с Зайкой сегодня вставали десять раз, боялись опоздать на премьеру.

— Не надо так волноваться, все будет хорошо!

Так и произошло, наш первый спектакль был с восторгом принят зрителями и прошел на ура!

До поступления в пансионат я занималась в филиале «Митино» ТЦСО «Щукино» в ансамбле «Русская песня», проводила литературно-музыкальные часы для пенсионеров. В 2011 году приняла участие в общегородском конкурсе «Московская СуперБабушка», где заняла второе место.

Но на достигнутом останавливаться не хотелось, и появилась идея организовать кукольный театр в своем Центре социального обслуживания. К делу создания подошла со всей ответственностью: пришла в Истринский кукольный театр, смотрела, училась, немного участвовала в спектаклях. Затем с такими же энтузиастами в Центре мы стали мастерить ширму, шить куклы, искать сценарии и работать над ними. Выпустили в Митино спектакли «Репка», «Красная Шапочка», «Новогодняя сказка» и «Сказка о Марфе и Вареньке».

В 2015 году я переехала жить в Пансионат для ветеранов труда № 1, но свой кукольный театр не оставила и организовала показ двух спектаклей в ПВТ.

Наше выступление очень понравилось, и мне предложили попробовать создать кукольный театр уже в пансионате. Сказано — сделано.

Выбрали постановку, купили кукол, занялись декорациями и музыкальным сопровождением. Очень помогли нам музыкальный руководитель Андрей Александрович Потороченков и староста 8 этажа Вадим Павлович Свириденко — у него поистине золотые руки.



Теперь в нашем сказочном коллективе живет Мышка — Наташа Феофанова, Лягушка — Альбина Калганова, Лиса — Юлия Смирнова, Заяц — Эмилия Губанова, Медведь — Сергей Сироткин и я — Серый волк.

И вот состоялась премьера. Конечно, все очень волновались, но увидев, как зрители аплодируют и кричат «Браво!», растрогались до слез! Не зря репетировали и в будни, и в выходные! Не зря старались, ведь наивысшая заслуга — это положительные эмоции, улыбки, аплодисменты и искренняя благодарность тех, кто живет рядом с тобой!

При обсуждении планов следующих спектаклей многие участники вносят дельные, оригинальные предложения. Я смотрю на наших артистов и вижу, что это не случайные люди. Можно с уверенностью сказать, что мы — уже команда единомышленников!

## ТЕАТРАЛЬНАЯ СЕМЬЯ

Артисты театра «Сказки химкинского леса» — люди неравнодушные, творческие, стараются в любимое дело вложить душу и поделиться своей радостью со зрителями.

Сергей Валентинович Сироткин, ветеран боевых действий в Афганистане:

— Меня пригласили помочь с устройством ширмы и подключением звукового сопровождения сказки. Но, взяв в руки куклу, я почувствовал, как невероятно интересно попробовать передать настроение и оживить неуклюжего Медведя. И с большой радостью влился в нашу театральную семью. Кстати, в детстве я увлекался лепкой зверушек из пластилина.

Альбина Ивановна Калганова, староста этажа, член Совета ветеранов:

— Пришла записаться в кукольный театр. Смотрю — все герои в спектакле «Теремок» разобраны. Осталась одна — Лягушка, я взяла ее и не ошиблась: она оказалась царевной-лягушкой!

Наталья Константиновна Феофанова, ветеран труда:

— В детстве у меня была самодельная кукла Маша, которую я очень любила. И когда меня пригласили в труппу, как будто заглянула в детство, вспомнилась давно забытая симпатия. И еще очень хочется поддерживать своих коллег в дружной творческой команде.

## ВСЕ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ...

В репертуаре театра спектакли «Теремок», «Сказ о Колобке», «Новогодняя сказка: приключения Ванечки». Их смогли увидеть не только зрители пансионата, но и социального жилого дома в Митино, и ребята из школы-интерната № 158 для детей с тяжелыми нарушениями речи.

**КАК ХОРОШО, ЧТО ЕСТЬ ТЕАТР!  
ОН БЫЛ И БУДЕТ С НАМИ ВЕЧНО.  
ВСЕГДА ГОТОВЫЙ УТВЕРЖДАТЬ,  
ЧТО ВСЕ НА СВЕТЕ ЧЕЛОВЕЧНО.  
ЗДЕСЬ ВСЕ ПРЕКРАСНО — ЖЕСТЫ, МАСКИ,  
КОСТЮМЫ, МУЗЫКА, ИГРА.  
ЗДЕСЬ ОЖИВАЮТ НАШИ СКАЗКИ  
И С НИМИ СВЕТЛЫЙ МИР ДОБРА.**

Кукольный театр «Сказки химкинского леса» получил признание и на международном уровне. На IV Международном фестивале-конкурсе «Увеличительное стекло» коллектив театра был награжден дипломом 3-й степени.

Дружные аплодисменты и слова благодарности подтверждают известную истину — в народных сказках заложен поучительный смысл, который актуален всегда и заставляет задуматься о добре, зле, сочувствии и взаимовыручке. Музыка и песни, яркий антураж позволяют отдалиться от тревог и волнений, окунуться в волшебный мир детства и позитивных эмоций. По мнению психологов, занятия творчеством не просто поднимают настроение и избавляют от депрессии, но и обладают ярко выраженным оздоровительным эффектом, помогающим в преодолении недугов.

Первые спектакли театра кукол «Сказки химкинского леса» — это только начало разнообразного сказочного репертуара и радостных, светлых встреч со зрителями.

Пожелаем ветеранам-энтузиастам успехов!



# СЧАСТЬЕ ДЛИНОЮ В ПОЛВЕКА

Супруги Иван Петрович и Любовь Петровна Бодяки отличаются невероятным оптимизмом, жизнелюбием и все еще неподдельным интересом друг к другу. А еще они, наверняка, знают секрет семейного счастья, потому что прожили в любви и согласии 50 лет.



**М**ы встретились с ними в городе Троицке, а именно в Центре социального обслуживания «Троицкий», куда семейная пара также приходит вместе. Иван Петрович обожает играть в шахматы.

По его словам, он уже многих окружающих заразил своим увлечением. Как говорят в самом Центре соцобслуживания, такое хобби весьма позитивно, поскольку шахматы — настоящая гимнастика для ума, очень



полезная для людей преклонного возраста. Троицкие пенсионеры играют практически ежедневно, устраивают турниры.

— А я хожу на обычную гимнастику, то есть на физкультуру, — улыбается Любовь Петровна.

## ВОЛЕЮ СЛУЧАЯ

В Троицке супруги, отметившие свой золотой юбилей, совсем недавно. Пять лет назад из Ростова их перевез в Новую Москву сын Владимир. Он занимается бизнесом и тоже семейный «долгожитель». С женой Юлией они вместе уже 26 лет, воспитывают троих детей.

Как рассказал Иван Петрович, когда сын Володя решил забрать родителей к себе, они не возражали. Но Троицк поначалу показался им совсем чужим городом. Помог случай: как-то увидели объявление о наборе в хор пенсионеров «Надежда» при ГБУ ЦСО «Троицкий».

— А я с детства люблю петь, — поведал Иван Петрович. — Так впервые мы попали в наш Центр соцобслуживания. С тех пор жизнь резко изменилась, скучать стало некогда. С утра до вечера жизнь кипит: кружки, занятия и прочее. И если раньше мы думали, что нам совершенно нечем будет заняться, то сейчас жалеем, что не решились на переезд раньше.

Город оказался очень симпатичным. Настоящий райский уголок. Хорошая инфраструктура, рядом лес. Но главное, люди очень отзывчивые. У нас появилось много новых друзей, а в центр «Троицкий» вообще ходим как на праздник!

Мы оба инвалиды второй группы. В полной мере ощущаем на себе заботу специалистов социальной защиты. Отдельное спасибо хочется сказать директору Центра Ольге Феофановне Антоновой!

## НЕЛЕГКИЙ ПУТЬ

Как выяснилось, Ивану Петровичу и раньше приходилось круто менять свою судьбу. Он родился на Украине в городе Ахтырка Сумской области. В семье было семеро детей. К сожалению, ребята рано остались без отца. А когда от тяжелой болезни умерла мать, старшей сестре Евдокии, которая работала на заводе, пришлось отдать всех своих сестер и братьев в детский дом. Именно там и воспитывался маленький Ваня.

После школы поступил в Крюковское ремесленное училище на слесаря по ремонту промышленного оборудования, занимался наладкой различных станков. И вдруг к нему прибыл участковый. «Иван Бодяк?» — уточнил визитер. «А что случилось?» — спросил Иван

Петрович, не на шутку испугавшись, все-таки милиция навещает не каждый день. «Вот вам билет, отправляйтесь-ка в Ростов. Там вас ждет сестра!» — сказал участковый.

Оказалось, все эти годы Ивана искала Дуся, так он ласково называет старшую сестру Евдокию. За помощью в поиске брата она обратилась во всесоюзную газету «Комсомольская правда».

Иван Петрович до сих пор со слезами на глазах вспоминает, как его встречали на железнодорожном вокзале в Ростове. Когда он вышел из поезда, то выяснилось, что у него есть не только старшая сестра, но еще сестра Таня и брат Николай. Поскольку он попал в детский дом в 2 годика, то ничего о них не знал. Вот такая история в духе телепередачи «Жди меня».

## СЕМЕЙНЫЙ СЕКРЕТ

По словам Ивана Петровича, жаль, конечно, что его нашли так поздно. Столько лет потеряно. Увы, родных уже нет в живых. Сейчас для него главная опора — супруга. «Я как только увидел полвека назад Любу, так сразу понял, что должен на ней жениться. С тех пор ни разу не пожалел. Она всегда была для меня и прекрасной женой, и хорошей хозяйкой», — признался глава семейства.

— Мы познакомились с Иваном в Ростове, — рассказала Любовь Петровна. — Его сестра Евдокия вышла замуж за донского казака Виктора, который работал на ткацкой фабрике. Мне потом рассказывали, что он пришел как-то домой и сказал Ивану: «Мы для тебя подметили девушку. Ты должен с ней познакомиться!» Так меня и сосватали. Я, после того как в детстве меня сильно испугала соседская собака, очень заикаюсь. Конечно, комплексовала по этому поводу. Но Иван на мое заикание даже не обратил внимания. Незаметно пролетело целых 50 лет. Кто бы мог подумать!

— Признайтесь, часто приходилось ссориться?

— Ну что вы. Хотя нрав у Ивана непростой, вспыльчивый, как спичка. Часто рубит с плеча. Как говорится, за словом в карман не лезет. Но у нас обоих очень отходчивые характеры. В общем, покричим друг на друга от души, а потом сами смеемся. Порой даже не понимаем, из-за чего завелись-то? А еще мы друг без друга не можем, даже когда ругаемся, — рассмеялась Любовь Петровна.

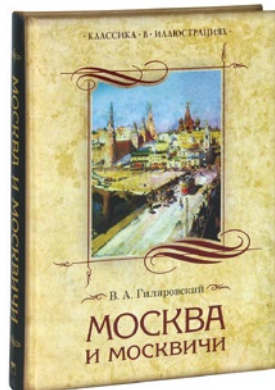
Действительно, жизнь прожить — не поле перейти! Но только, когда есть настоящая любовь, человека принимают таким, каков он есть, прощают, заботятся и берегут. Может быть, это и есть секрет семейного долголетия?!



**В. Гиляровский**

# ЧРЕВО МОСКВЫ

(Из книги «Москва и москвичи»)  
Продолжение



**О**хотный ряд — Чрево Москвы. В прежние годы Охотный ряд был застроен с одной стороны старинными домами, а с другой — длинным одноэтажным зданием под одной крышей, несмотря на то, что оно принадлежало десяткам владельцев. Из всех этих зданий только два дома были жилыми: дом, где гостиница «Континенталь» да стоящий рядом с ним трактир Егорова, знаменитый своими блинами. Остальное все лавки, вплоть до Тверской.

Трактир Егорова когда-то принадлежал Воронину, и на вывеске была изображена ворона, держащая в клюве блин. Все лавки Охотного ряда были мяс-

ные, рыбные, а под ними зеленные подвалы. Задние двери лавок выходили на огромный двор — Монетный, как его называли издревле. На нем были тоже одноэтажные мясные, живорыбные и яичные лавки, а посередине — двухэтажный «Монетный» трактир. В задней части двора — ряд сараюшек с погребами и кладовыми, кишевшими полчищами крыс.

Охотный ряд получил свое название еще в те времена, когда здесь разрешено было торговать дичью, приносимой подмосковными охотниками.

Впереди лавок, на площади, вдоль широкого тротуара стояли переносные палатки и толпились торговцы с корзинами и мешками, наполненными







всевозможными продуктами. Ходили охотники, обвешанные утками, тетерками, зайцами. У баб из корзин торчали головы кур и цыплят, в мешках визжали поросята, которых продавцы, вынимая из мешка, чтобы показать покупателю, непременно поднимали над головой, держа за связанные задние ноги. На мостовой перед палатками сновали пирожники, блинники, торговцы гречневиками, жареными на постном масле. Сбитенщики разливали, по копейке за стакан, горячий сбитень — любимый тогда медовый напиток, согревавший извозчиков и служащих, замерзавших в холодных лавках. Летом сбитенщиков сменяли торговцы квасами, и самый любимый из них был грушевый, из вареных груш, которые в моченом виде лежали для продажи пирамидами на лотках, а квас черпали из ведра кружками.

Мясные и рыбные лавки состояли из двух отделений. В первом лежало на полках мясо разных сортов — дичь, куры, гуси, индейки, паленые поросята для жаркого и в ледяных ваннах — белые поросята для заливного. На крючьях по стенам были развешаны туши барашков и поенных молоком телят, а весь потолок занят окороками всевозможных размеров и приготовлений — копченых,

вареных, провесных. Во втором отделении, темном, освещенном только дверью во двор, висели десятки мясных туш. Под всеми лавками — подвалы. Охотный ряд бывал особенно оживленным перед большими праздниками. К лавкам подъезжали на тысячных рысаках расфранченные купчихи, и за ними служащие выносили из лавок корзины и кульки с товаром и сваливали их в сани. И торчит, бывало, из рогожного кулька рядом с собольей шубой миллионерши окорок, а поперек медвежьей полости лежит пудовый мороженный осетр во всей своей красоте.

Из подвалов пахло тухлятиной, а товар лежал на полках первосортный. В рыбных — лучшая рыба, а в мясных — куры, гуси, индейки, поросята.

Около прилавка хлопчут, расхваливают товар и бесперебойно врут приказчики в засаленных долгопых поддевках и заскорузлых фартуках. На поясе у них — целый ассортимент ножей, которые чистятся только на ночь. Чистота была здесь не в моде.

Главными покупателями были повара лучших трактиров и ресторанов, а затем повара барские и купеческие, хозяйки-купчихи и кухарки. Все это толклось, торговалось, спорило из-за копейки,



а охотнорядец рассыпался перед покупателем, памятуя свой единственный лозунг: «не обманешь — не продашь».

Беднота покупала в палатках и с лотков у разносчиков последние сорта мяса: ребра, подбедерок, покромку, требуху и дешевую баранину-ордынку. Товар лучших лавок им не по карману, он для тех, о которых еще Гоголь сказал: «Для тех, которые почище».

Но и тех и других продавцы в лавках и продавцы на улицах одинаково обвешивают и обсчитывают, не отличая бедного от богатого, — это был старый обычай охотнорядских торговцев, неопровержимо уверенных: «не обманешь — не продашь».

Охотный ряд восьмидесятых годов самым наглядным образом представляет протокол санитарного осмотра этого времени.

Осмотр начался с мясных лавок и Монетного двора.

«О лавках можно сказать, что они только по наружному виду кажутся еще сносными, а помещения, закрытые от глаз покупателя, ужасны. Все так называемые «палатки» обращены в курятники, в которых содержится и режется живая птица. Начиная с лест-

ниц, ведущих в палатки, полы и клетки содержатся крайне небрежно, помет не вывозится, всюду запекающаяся кровь, которую пропитаны стены лавок, не окрашенных, как бы следовало по санитарным условиям, масляною краскою; по углам на полу всюду набросан сор, перья, рогожа, мочала... колоды для рубки мяса избиты и содержатся неопрятно, туши вешаются на ржавые железные невылуженные крючья, служащие при лавках одеты в засаленное платье и грязные передники, а ножи в неопрятном виде лежат в привешанных к поясу мясников грязных, окровавленных ножах, которые, по-видимому, никогда не чистятся... В сараях при некоторых лавках стоят чаны, в которых вымачиваются снятые с убитых животных кожи, издающие невыносимый смрад».

Осмотрев лавки, комиссия отправилась на Монетный двор. Посредине его — сорная яма, заваленная грудой животных и растительных гниющих отходов, и несколько деревянных срубов, служащих вместо помойных ям и предназначенных для выливания помоев и отходов со всего Охотного ряда. В них густой массой, почти в уровень с поверхностью земли, стоят зловонные нечистоты, между которыми



Русские типы - Types russes  
Охотный рядъ - Marché ohotni.



виднеются плавающие внутренности и кровь. Все эти нечистоты проведены без разрешения управы в городскую трубу и без фильтра стекают по ней в Москву-реку.

Нечистоты заднего двора «выше всякого описания». Почти половину его занимает официально бойня мелкого скота, помещающаяся в большом двухэтажном каменном сарае. Внутренность бойни отвратительна. Запекшаяся кровь толстым слоем покрывает асфальтовый пол и пропитала некрашенные стены. «Все помещение довольно обширной бойни, в которой убивается мелкий скот для всего Охотного ряда, издает невыносимое для свежего человека зловоние. Сарай этот имеет маленькое отделение, еще более зловонное, в котором живет сторож заведующего очисткой бойни Мокеева. Площадь этого двора покрыта толстым слоем находящейся между камнями запекшейся крови и обрывков внутренностей, подле стен лежит дымящийся навоз, кишки и другие гниющие отбросы. Двор окружен погребями и запертыми сараями, помещающимися в полуразвалившихся постройках».

«Между прочим, после долгих требований ключа был отперт сарай, принадлежащий мяснику Ивану Кузьмину Леонову. Из сарая этого по двору сочилась кровавая жидкость от сложенных в нем нескольких сот гнилых шкур. Следующий сарай для уборки битого скота, принадлежащий братьям Андреевым, оказался чуть ли не хуже первого. Солонина вся в червях и т.п. Когда отворили дверь, стаи крыс выскакивали из ящиков с мясной тухлятиной, грузно шлепались и исчезали в подполье!.. И так везде... везде».

Протокол этого осмотра исторический. Он был прочитан в заседании городской думы и вызвал оживленные прения, которые, как и всегда, окончились бы ничем, если бы не гласный Жадаев.

Полуграмотный кустарь-ящичник, маленький, вихрастый, в неизменной поддевке и смазных сапогах, когда уже кончились прения, попросил слова; и его звонкий резкий тенор сменил повествование врача Попандополо, рисовавшего ужасы Охотного ряда. Миазмы, бациллы, бактерии, антисанитария, аммиак... украшали речь врача.

— Вер-рно! Верно, что говорит Василий Константиныч! Так как мы поставляем ящики в Охотный, так уж нагляделись... И какие там миазмы, и сколько их... Заглянешь в бочку — так они кишмя кишат... Так и ползают по солонине... А уж насчет бахтериев — так и шмыгают под ногами, рыжие,

хвостатые... Так и шмыгают, того и гляди наступишь.

Гомерический хохот. Жадаев сверкнул глазами, и голос его покрыл шум.

— Чего ржете! Что я, вру, что ли? Во-о какие, хвостатые да рыжие! Во-о какие! Под ногами шмыгают... — и он развел руками на пол-аршина.

Речь Жадаева попала в газеты, насмешила Москву, и тут принялись за очистку Охотного ряда. Первым делом было приказано иметь во всех лавках кошек. Но кошки и так были в большинстве лавок. Это был род спорта — у кого кот толще. Сытые, огромные коты сидели на прилавках, но крысы обращали на них мало внимания. В надворные сараи котов на ночь не пускали после того, как одного из них в сарае ночью крысы сожрали.

Так с крысами ничего поделать и не могли, пока один из охотнорядцев, Грачев, не нашел, наконец, способ избавиться от этих хищников. И вышло это только благодаря Жадаеву.

Редактор журнала «Природа и охота» Л.П. Сабанеев, прочитав заметку о Жадаеве, встретился с Грачевым, посмеялся над «хвостатыми бахтериями» и подарил Грачеву щенка фокса-крысолова. Назвал его Грачев Мальчиком и поселил в лавке. Кормят его мясом досыта. Соседи Грачева ходят и посмеиваются. Крысы бегают стаями. Мальчик подрос, окреп. В одно утро отпирают лавку и находят двух задушенных крыс. Мальчик стоит около них, обрубком хвоста виляет... На другой день — тройка крыс... А там пяток, а там уж ни одной крысы в лавке не стало — всех передушил...

Также Мальчик и амбар грачевский очистил... Стали к Грачеву обращаться соседи — и Мальчик начал отправляться на гастроли, выводить крыс в лавках. Вслед за Грачевым завели фокстерьеров и другие торговцы, чтобы охранять первосортные съестные припасы, которых особенно много скопилось перед большими праздниками, когда богатая Москва швырялась деньгами на праздничные подарки и обжорство.

После революции лавки Охотного ряда были снесены начисто, и вместо них поднялось одиннадцатизэтажное здание гостиницы «Москва»; только и осталось от Охотного ряда, что два древних дома на другой стороне площади. Сотни лет стояли эти два дома, покрытые грязью и мерзостью, пока комиссия по «Старой Москве» не обратила на них внимания, а Музейный отдел Главнауки не приступил к их реставрации.

*(Продолжение следует)*



Аполлинарий Васнецов,  
«Красная площадь,  
вторая половина XVII века»



## Марина Цветаева

(26 сентября 1892 — 31 августа 1941) — русский поэт Серебряного века, прозаик, переводчица.

У меня в Москве — купола горят!  
У меня в Москве — колокола звонят!  
И гробницы в ряд у меня стоят, —  
В них царицы спят, и цари.

И не знаешь ты, что зарей в Кремле  
Легче дышится — чем на всей земле!  
И не знаешь ты, что зарей в Кремле  
Я молюсь тебе — до зари!

И проходишь ты над своей Невой  
О ту пору, как над рекой-Москвой

Я стою с опущенной головой,  
И слипаются фонари.

Всей бессонницей я тебя люблю,  
Всей бессонницей я тебе внемлю —  
О ту пору, как по всему Кремлю  
Просыпаются звонари...

Но моя река — да с твоей рекой,  
Но моя рука — да с твоей рукой  
Не сойдутся, Радость моя, доколь  
Не догонит заря — зари.





Социальный информационно-аналитический журнал

Издатель — Центр духовного и физического оздоровления общества «Партнерство»

Главный редактор — **Марал Казакова**

Над номером работали:

**Влад Волков, Ая Сидоренко, Николай Антипов, Александра Костяева, Дмитрий Март, Алексей Поляков**

Фото на обложке: Активные участницы проекта «Московское долголетие» (читайте статью «Проект, продлевающий жизнь», стр. 4)

### Адрес редакции:

129281, г. Москва,

ул. Летчика Бабушкина, д. 32, корп. 2

Тел.: 8-495-470-64-60

8-926-246-53-17

8-926-213-50-91

e-mail: strana\_mi@mail.ru

Наш сайт: www.stranami.ru

Журнал зарегистрирован

в Федеральной службе по надзору за соблюдением законодательства

в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия

ПИ № ФС77-25000

Журнал издается при поддержке

Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы

При перепечатке статей

и фотоматериалов ссылка на журнал

обязательна

Тираж 4000 экз.

## СЕМЬЯ КАК СИМВОЛ

В Москве определены семь лучших творческих работ, принявших участие в конкурсе рисунка «Символ многодетной семьи».



Работы, присланные на конкурс, стали настоящим путеводителем для желающих разобраться в вопросах семейного счастья. В каждом рисунке присутствует особая энергия любви, передать которую могут только те, кто по-настоящему с ней знакомы.

На конкурс было прислано около 200 работ, их авторами стали дети и взрослые. На второй этап членами жюри было выбрано 77 рисунков, среди них были представлены как работы, которые действительно подходят под определение «символ», так и рисунки, ярко передающие эмоции большой семьи.

Было отмечено творчество Арсения Гайдаенко, Фени Гнездиловой, Любы Каллаевой, Людмилы Москвиной, Кати Пашук, Надежды Поздняковой, Марии Стародубцевой и других участников. Большая часть рисунков — детские.

В дальнейшем работы будут представлены на различных выставках, а один из символов семьи станет мягкой игрушкой.

Конкурс организован региональной общественной организацией «Объединение многодетных семей города Москвы» при поддержке Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.

*«Самый большой дар и настоящее богатство — это большая семья, в которой умеют понимать друг друга и вместе творить».*

**Председатель РОО «Объединение многодетных семей города Москвы» Наталья Карпович**



Департамент труда и социальной защиты  
населения города Москвы

## «МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»



ПИЛОТНЫЙ ПРОЕКТ  
для москвичей  
старшего возраста

[mos.ru/age](http://mos.ru/age)

# Здоровым быть – активно жить!

### ◆ Спорт

Гимнастика  
Фитнес  
Скандинавская ходьба  
Тренажеры

### ◆ Творчество

Шахматный клуб  
Компьютерные курсы  
Фотостудия  
Иностранные языки

### ◆ Образование

Мастерская прикладного  
творчества  
Вокал  
Хореография



Получить необходимую консультацию можно ежедневно с 08:00 до 20:00  
по многоканальному телефону: 8 (495) 221-02-82