

За физическое и духовное оздоровление нации

СТРАНА *и* МЫ *вместе*



СПЕЦВЫПУСК МОСКВА №8/2018

Социальный информационно-аналитический журнал 0+



ДВИЖЕНИЕ, КРАСОТА, ЗДОРОВЬЕ!

СВЕЖЕСТЬ ЛЕТА

ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ

1935 год



2016 год





СОДЕРЖАНИЕ

ТОРЖЕСТВО

Семья года2

МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

Жизнь только начинается8

Движение, красота, здоровье! 14

Свежесть лета 18

Покорители вершин 22

ИНТЕГРАЦИЯ

Я такой же, как ты! 26

НОВОСТИ ИЗ ОКРУГОВ

От сердца к сердцу 30

СОЦИАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА

Хорошего много не бывает 36

ЦЕННОСТИ

Счастливы вместе 42

ЛЮБИМОЕ ИЗ ПРОЧИТАННОГО

В. Гиляровский «Москва и москвичи» 44

МОСКВА ПОЭТИЧЕСКАЯ..... 48



8



18



30



36

*Долголетия не надо ждать;
вглядываясь вдаль, необходимо
идти к нему навстречу,
используя возможности каждого
дня как маленькой жизни...*

Семья Года 2018



СЕМЬЯ ГОДА

В Московском государственном музыкальном театре фольклора «Русская песня» состоялся финал регионального этапа конкурса «Семья года». Всероссийский конкурс проводится с 2016 года с целью пропаганды и повышения общественного престижа семейного образа жизни, ценностей семьи и ответственного родительства.

В московском конкурсе «Семья года-2018» победителями стали четыре семьи: Басмановы в номинации «Золотая семья России», Карпенко в номинации «Многодетная семья», Харитоновы в номинации «Семья — хранитель традиций» и Тарапата в номинации «Молодая семья». Супружеская пара Носковых, прожившая в браке более 65 лет, была награждена медалью «За любовь и верность».

ГЛАВНЫЕ ЦЕННОСТИ

Лауреатов конкурса с их заслуженной победой поздравили руководитель Департамента труда и соци-

альной защиты населения города Москвы Владимир Аршакович Петросян и председатель правления Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, Марина Владимировна Гордеева.

— Всем семьям я хочу пожелать любви, счастья и благополучия, а всем москвичам посоветовать всегда ценить и поддерживать своих родителей, — произнес Владимир Аршакович. — Ведь когда-то семья считалась главной ячейкой общества. Сегодня мы постепенно переносим в настоящее всё лучшее, что было тогда, стараясь сохранить и не растерять главные ценности: уважение к старшим, к родителям, любовь к детям и семейному очагу.

Правительство Москвы реализует комплекс социальных мер по повышению качества жизни семей с детьми: выплачиваются пособия, оказывается социальная адресная помощь и многое другое. Столицу по праву можно назвать семейным городом, ведь в ней проживают около 140 тысяч многодетных семей, в которых воспитываются более 300 тысяч детей.

ПРИМЕР ДЛЯ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ

Каждый финалист конкурса «Семья года» может с гордостью назвать себя настоящим примером для молодого поколения. Потому что эти супружеские пары находили решение любой проблемы сообща как в жизни, так и на каждом конкурсном этапе, где они пели, танцевали и рассказывали свою семейную историю. Сначала отбор проходил в округах столицы, и лишь потом участники смогли проявить себя в общегородском финале. И вот, находясь на большой сцене театра «Русская песня», каждый из них понимал, что его, казалось бы, обычный образ жизни стал примером для сотен москвичей.

— Нам радостно осознавать, что мы победители такого большого и важного конкурса, — делится впечатлениями лауреат «Семьи года» Алия Харитоновна.

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

— Мы сохраняем лучшие семейные ценности, такие как любовь к детям, домашнему очагу, уважение к старшим.

— Мы уже больше 14 лет следуем девизу «Всегда идти вперед и не расстраиваться», — поддерживает супругу муж Андрей. — Но все же нам еще есть к чему стремиться.

Андрей и Алия вместе 14 лет. Пара воспитывает двух дочек и сына в любви ко всему прекрасному — они посещают музеи, театры, природные заповедники и парки, изучают наследие своего города и страны в путешествиях. Многонациональная семья Харитоновых, получившая награду за победу в номинации «Семья — хранитель традиций», помнит свои корни и чтит своих героев. По словам победителей, самыми главными качествами человека должны быть толерантность, справедливость и безусловное уважение к своей стране. Именно такой образ жизни, считают они, поможет их детям стать по-настоящему достойными людьми и родителями.



Председатель региональной общественной организации «Объединение многодетных семей города Москвы» Наталья Карпович:

— Многодетные семьи — это одни из самых талантливых, организованных и успешных людей. Могу от лица их всех сказать, что родить детей — самое прекрасное, что можно сделать в жизни.



Председатель правления Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, Марина Гордеева:

— Всероссийский конкурс «Семья года» — это очень важное и масштабное событие, которое объединяет не только семьи, но и всех нас. Ведь вместе мы пишем нашу общую историю.



Семья Харитоновых

Министр Правительства Москвы Владимир Петросян и председатель правления Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, Марина Гордеева награждают семью Тарапата



ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС «СЕМЬЯ ГОДА» ПРОВОДИТСЯ С 2016 ГОДА И СТАВИТ ЦЕЛЮ ПРОПАГАНДУ И ПОВЫШЕНИЕ ОБЩЕСТВЕННОГО ПРЕСТИЖА СЕМЕЙНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ, ЦЕННОСТЕЙ СЕМЬИ И ОТВЕТСТВЕННОГО РОДИТЕЛЬСТВА.

СТОЛИЦУ ПО ПРАВУ МОЖНО НАЗВАТЬ СЕМЕЙНЫМ ГОРОДОМ, ВЕДЬ В НЕЙ ПРОЖИВАЮТ ОКОЛО 140 ТЫСЯЧ МНОГОДЕТНЫХ СЕМЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХ БОЛЕЕ 300 ТЫСЯЧ ДЕТЕЙ.

ПОДДЕРЖКА, ЛЮБОВЬ И ПОНИМАНИЕ

Победители в номинации «Золотая семья России» Светлана и Анатолий Басмановы из ЗелАО уверены, что самыми важными критериями семьи являются поддержка, любовь и понимание.

Светлана Сергеевна и Анатолий Сергеевич вместе с 19 лет. Будучи еще студентом старших курсов Московского института инженеров, Анатолий, идя на тренировку по волейболу, в актовом зале заметил смеющихся девушек, одну из которых он пригласил на танец. Эта «одна из нескольких» стала впоследствии его единственной. В семейном благополучии, трудясь

и заботясь о детях, супруги провели 58 лет, и тем не менее статус «Золотой семьи России» стал для них неожиданностью.

На вопрос в чем секрет их семейного долголетия Басмановы в один голос отвечают: что бы ни случилось в жизни, семья всегда должна быть на первом месте.

— Нужно терпеть, любить, понимать и уважать друг друга, — объясняет Анатолий. — Ведь семья — это содружество целей и взаимопомощь. Когда в семье лад, то и в обществе все хорошо.

— Самое главное — дети. Нам хочется, чтобы они увидели, как надо жить, — добавляет Светлана.

Победители в номинации «Многодетная семья» Тамара и Владимир Карпенко воспитывают пятерых

Награждение семьи Басмановых





Семья Карпенко

детей, прививая им интерес к народным традициям и активному образу жизни. Члены этой семьи участвуют и побеждают в различных спортивных и творческих конкурсах. При участии Карпенко в СВАО был создан семейный ансамбль народной песни.

— Внутренняя батарейка должна быть всегда заряжена позитивом — это девиз нашей семьи, — делится Тамара Карпенко.

У победителей номинации «Молодая семья» Ольги и Александра Тарапата из ЗАО тоже много заслуг. Александра и Ольгу познакомили друзья, а сейчас супруги воспитывают уже четверых детей. Глава семьи награжден государственными и ведомственными наградами, получил медаль Суворова и медаль «За борьбу с терроризмом», Ольга продвигает идеи естественного родительства и гармоничного детства. Всем, кто мечтает о большой и счастливой семье, пара желает «веры в себя, в будущее, в свою страну» и, главное, ничего не бояться.

СВОЯ ИСТОРИЯ

Семь, четырнадцать, шестнадцать лет — у каждой семьи своя длинная и интересная история. Но самая увлекательная, удивительная и уникальная из них принадлежит супругам Носковым.

Медаль «За любовь и верность» стала еще одной в большом списке наград Аркадия Иосифовича и Анастасии Ивановны. Он — участник прорыва блокады Ленинграда, ветеран Великой Отечественной войны, она — ветеран труда, награжденная медалью «За доблестный труд». Их крепкая семья выдержала все тяжкие годы войны — время непосильного труда и непрерывной борьбы. 67 лет эти два замечательных человека служат не только ярким примером семейного единства, но и служения своему Отечеству.

Еще одним подарком для пары и всех гостей мероприятия стали яркие выступления талантливых эстрадных исполнителей.

Свои красочные номера в этот день продемонстрировали образцовый ансамбль танца «Виктория», хор многодетных семей «Гимн семьи», коллективы театра «Русская песня», композитор и певец Евгений Гор, а также народная артистка России Надежда Бабкина. Певица подарила зрительному залу свои самые прочувствованные композиции и отметила, как важно любить и ценить свои семьи.

— Все начинается с детства, все начинается с семьи, — произнесла Надежда Бабкина. — И эти ценности в нашей стране — самые прекрасные традиции.



ЖИЗНЬ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ

Наступление лета непременно вызывает позитивные эмоции у каждого человека. Ведь в эту пору хочется творить, общаться и просто радоваться жизни. В этом году возможность интересно провести время появилась у каждого представителя старшего возраста, ведь в столице реализуется пилотный проект «Московское долголетие».

В последнюю пятницу июня столичное солнце светило по-особенному жарко. Но такое летнее тепло было не только на улице, но и в душе каждого гостя мероприятия, которое прошло в саду «Эрмитаж». Ведь для представителей старшего поколения в этот день были организованы творческие мастер-классы, физические активности и даже занятия англий-

ским языком. Каждый желающий мог попробовать сделать собственными руками украшения из фетра, расписные вазочки и букеты из живых цветов. А самых активных пенсионеров ожидали занятия пилатесом, тибетской гимнастикой, скандинавской ходьбой, зумбой и бальными танцами. В танце кружились абсолютно все, заряжая друг друга отличным настроением.

ТАНЦУЮТ ВСЕ!

Какие только танцы не исполняли участники пилотного проекта на площадках парка «Эрмитаж»: танго, фокстрот, испанский вальс и, конечно, знаменитую московскую кадрили.

Такое веселое времяпрепровождение запомнилось всем участникам мероприятия. Высокий профессиональный уровень мастер-классов отметили и «новички» проекта. Ведь многие пришли на такое мероприятие впервые для того, чтобы выбрать занятие по душе и стать участником «Московского долголетия».

Почетные гости праздника — начальник Управления социальной защиты населения ЦАО Татьяна Валерьевна Данько и депутат Московской городской Думы Александр Григорьевич Семенников поблагодарили всех участников проекта за их активную жизненную позицию и энергичность, которые стали примером для молодого поколения столицы.

— Вот уже несколько месяцев по нашему городу шествует «Московское долголетие», — отметила Татьяна Валерьевна. — Я даже не могу припомнить за все время моей работы столь интересного, востребованного и полюбившегося жителям столицы проекта.

В Центральном административном округе занятия проекта регулярно посещают около шести тысяч человек. По словам Татьяны Данько, самое востребованное



Депутат Московской городской Думы Александр Семенников:

— Сегодня старшее поколение может выступать на всех площадках Москвы, творить и создавать настоящие произведения искусства. И фраза, что после выхода на пенсию жизнь только начинается, в наше время, действительно, обрела свой содержательный смысл.



СПРАВКА

«Московское долголетие» — проект для москвичей старшего поколения, которые хотят вести активный образ жизни и использовать все возможности города для самореализации. Активности разделены на три базовых направления: спорт, досуг и творчество, обучение и развитие. Все занятия проводятся бесплатно.

Летом городские парки открыли новые форматы общения участников пилотного проекта «Московское долголетие»: уроки и дни открытых дверей проходят более чем в 20 парках столицы. Все желающие смогут узнать о том, какие занятия проходят на свежем воздухе, поговорить с тренерами, а также встретиться с другими участниками проекта.





Ведущая мастер-класса «Цветочные броши из фетра» Татьяна Валентиновна Молчанова:

— Это очень важный проект для людей старшего возраста. Ведь они участвуют в активной жизни города, знакомятся с новыми людьми и развиваются. А для продления жизни москвичей и улучшения ее качества — это очень большое дело.



направление — спортивное: больше всего москвичей старшего возраста интересуют скандинавская ходьба, цигун и гимнастика на свежем воздухе.

Множество идей о том, как мог бы развиваться проект в дальнейшем и какие активности стоило бы добавить в существующий список, предлагают сами пенсионеры, сообщил Александр Семенников.

— Ко мне подошла участница и предложила совместить скандинавскую ходьбу и экскурсии по центру Москвы, либо используя аудиокомплекты, либо пригласив гида, чтобы узнавать о том, что здесь было, какие исторические события происходили, кто строил и проектировал здания. Это очень интересное предложение. Думаю, пенсионеры подарят нам огромное количество идей о том, как в будущем дополнить программу «Московского долголетия», — отметил он.

НА ПУТИ К МЕЧТЕ

Участники проекта не просто проводят время с пользой, а идут к осуществлению своей самой заветной мечты. Кто-то хочет заняться пением, кто-то стать продвинутым пользователем ПК или постичь искусство рисования. И проект «Московского долголетия»,

действительно, открывает множество разных возможностей.

Так, Лидия Николаевна Рыбкина уже почти три года мечтает профессионально заняться скандинавской ходьбой. Она купила специальные палки, форму и кроссовки, а вот результат все не тот. По словам женщины, для настоящего успеха нужен контроль опытного инструктора, чтобы все упражнения выполнялись слаженно и правильно.

А вот Владимир Николаевич Кузин уверен, что секрет успеха кроется в хорошей компании. Он узнал о проекте совсем недавно и решил посетить открытые мастер-классы, чтобы выбрать себе занятие по душе. «Сегодня мне очень понравились физические активности, — рассказывает пенсионер. — Я попробовал свои силы в пилатесе, но в рамках проекта я бы выбрал гимнастику».

Опытный участник проекта Римма Фомичева с выбором уже определилась. В свои 79 лет женщина окончила Серебряный университет, приняла участие в конкурсе «Московская СуперБабушка», а также стала волонтером. «Считаю себя активным участником проекта. Ведь он дает возможность не только принимать участие во многих культурных мероприятиях, но и быть в курсе всех интересных событий, — объясняет москвичка. — К тому же, здесь я нашла себя и свое любимое дело — бальные танцы».

ВМЕСТЕ ВЕСЕЛЕЕ

Найти свое призвание получил возможность в этот день каждый участник мероприятия. Ведь на празднике можно было не только петь, танцевать и заниматься творчеством, но и принять участие во флешмобе. В чем активно проявили себя многие представители старшего поколения. Они звали на танцпол своих друзей, знакомых и всех присутствующих в парке. Ведь вместе танцевать веселее. Особенно когда на сцене выступают такие талантливые артисты, как вокально-инструментальный ансамбль «Девчата», певица Наталья Купчинская, оркестр балканской музыки Vubamara Brass Band и другие исполнители.

Такое яркое и солнечное настроение царило в этот день не только в саду «Эрмитаж», но и в других городских парках. Ведь «Московское долголетие» поделило свой праздник со всеми жителями столицы. Так, в парке «Фили» развернулась не менее захватывающая развлекательная программа. Участники пилотного проекта и гости мероприятия плели из бисера, занимались мыловарением, шили мягкие игрушки и даже самостоятельно проводили уроки танцев, заряжая друг друга самыми позитивными эмоциями. Ведь что может быть лучше по-настоящему летнего настроения? Только яркое и активное долголетие.



ДВИЖЕНИЕ, КРАСОТА, ЗДОРОВЬЕ!

Степ, шассе, плие, пивот — кому-то все эти слова покажутся неродными и незнакомыми, а для кого-то они уже давно стали неотъемлемой частью каждого дня. Так, участники «Московского долголетия» всего за полгода существования проекта не только изучили названия всех базовых па, но и смогли умело применить их на практике. В парке «Сокольники» прошел незабываемый танцевальный марафон среди представителей старшего поколения.



Соревнование прошло по классической схеме чемпионатов по бальным танцам. На танцполе выступали сразу несколько пар, демонстрируя движения заданного направления в форме импровизации. В течение дня из них выбирали лучших — в финал прошли 11 сольных исполнителей и 11 пар (по одной паре от каждого административного округа).

Конкурсантами стали участники проекта мэра Москвы С.С. Собянина «Московское долголетие», которые представили танцевальные программы различных уровней: «Начинающие», «Продвинутые» и «Мастера».

ПОДАРОК СУДЬБЫ

Начинающие танцоры показали два танца — медленный вальс и ча-ча-ча. Продвинутые участники также продемонстрировали два танца по европейской и латиноамериканской программам. Завершили состязания мастера, которые станцевали джайв и танго. Марафон, организованный специально для москвичей старшего возраста, стал крупнейшим мероприятием лета.

Все участники состязания в этот день по-настоящему блистали. Они не просто танцевали, они «зажигали», каждый раз вызывая бурные овации зрителей. Танцоры выходили на сцену с улыбкой на лице и твердой уверенностью в себе и своем партнере. Но волнение в каждом из них, безусловно, присутствовало. Ведь по итогам конкурса жюри должно было определить обладателей трёх призовых мест в каждой подгруппе. Членами жюри танцевальных соревнований стали квалифицированные судьи, победители чемпионатов по бальным танцам и участники телевизионной программы «Танцы со звездами» во главе с президентом Российского танцевального союза, членом Общественного совета пилотного проекта «Московское долголетие» Станиславом Поповым.

В этот день, по словам многих конкурсантов, танцевали не руки и ноги, танцевала душа. Так, Михаил Мушкин из САО вместе со своей партнершей исполнил танго и джайв в категории «Мастера». Конкурсант уверен, что в парном танце все зависит от мужчины, ведь именно он ведет. Но в этом деле пенсионер — настоящий профессионал. Танцами он начал зани-

Участница проекта «Московское долголетие» Надежда Мукасеева:

— Мне очень нравится сегодняшнее мероприятие. Настроение прекрасное, энергетикой зарядилась на всю неделю: один позитив и радость. Танцевать, как конкурсанты, я только мечтаю, но все впереди. Ведь это лишь начало яркой жизни на пенсии.

Участница проекта «Московское долголетие» Эмма Ким, 71 год:

— Я в полном восторге от проекта, потому что впервые за все время пенсионеры ведут такую активную жизнь. Я не чувствую возраста, меня сложно заставить дома. Все спрашивают: «Где ты все время пропадаешь?», а я отвечаю: «Делами занимаюсь». Хожу на занятия как на работу каждый день, только удовольствия в разы больше.





маться еще в 1969 году и вот, спустя столько лет, вернулся к любимому занятию благодаря «Московскому долголетию». А марафон позволил вновь поверить в свои силы на танцевальном поприще. «Мне здесь очень нравится, — говорит Михаил. — На паркете много сильных пар. Но мы все же надеемся выйти в финал».

Надежда на победу теплилась в душе и других участников марафона. Игорь Полоненков и Наталья Фальковская из ЦАО с нетерпением ждут выхода на сцену. Они почти не волнуются, ведь танцы для них — нечто большее, чем любимое занятие, это — подарок судьбы. Ведь именно танцевальная площадка стала местом их первой встречи.

— Мы познакомились случайно, просто пришли посмотреть, как люди танцуют. Нам очень понравилось, ведь это такая прелесть. Встретившись, мы решили пойти на курсы балльных танцев. И вот танцуем уже 5 лет. За это время мы вышли на такой уровень, что нас направили на этот конкурс. И вот мы здесь, — рассказывает Наталья. — Благодаря проекту «Московское долголетие» мы, наконец, обрели себя. Ведь как приятно встретить друзей и знакомых, с которыми мы пересекались на других мероприятиях. Здесь можно обрести и новые знакомства, ведь люди вливаются, общаются, увлекаются танцами. А это — здоровье, энергия, настроение, любовь: все, что хотите.

Сейчас Наталье — 67, Игорю — 70 лет, но они уверяют, что жизнь только начинается, как и их настоящее активное долголетие. Ведь раньше они и подумать не могли, что будут танцевать с такой невероятной самоотдачей. До выхода на пенсию Наталья работала налоговым инспектором, Илья — инженером, а теперь они вместе танцуют джайв и танго в ярких костюмах, которые сшили сами.



МИРОВОЙ РЕКОРД

Каждый участник марафона, действительно, самостоятельно подбирал себе костюм. Среди невероятных образов на сцене были стилиаги, цыганки, ковбои, тореадоры и даже как будто Элвис Пресли и Мерлин Монро. Но настоящее чудо было в этот день не в оживших героях прошлого, а в уникальности мероприятия. Сотни представителей старшего поколения из каждого административного округа столицы выстроились перед сценой, чтобы запечатлеть первый мировой рекорд — танцевальный флешмоб среди людей старшего поколения, участников проекта «Московское долголетие».

— Сегодня мы будем фиксировать необычный рекорд, — отметил генеральный директор Международного агентства регистрации рекордов «Интеррекорд» Влад Копылов. — Флешмобы, как вы знаете, проходят довольно часто, но в основном среди молодежи. Люди старшего возраста в этом участвуют впервые. Это масштабное событие появится в реестре рекордов России, а в дальнейшем мы подадим заявку и в Книгу рекордов Гиннесса.

И вот 1077 человек под руководством инструктора исполнили свой дружный и зажигательный танец. Масштаб такого события отметил руководитель Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимир Аршакович Петросян.

— Сегодня мы установили мировой рекорд, — произнес он. — Следующий этап — «Танцуй, Москва! Танцуй, Россия!» Все города России от Владивостока до Чечни начнут танцевать одновременно. А потом покажем всей Европе, как могут двигаться наши представители старшего поколения.

В этот день начало такому грандиозному плану, действительно, было положено. Ведь благодаря марафону танцевал весь парк. Кроме того, для всех желающих были организованы мастер-классы под руководством опытных преподавателей и известных бальных пар. Гости парка также танцевали на сценической площадке под песни ВИА «Самоцветы», Анжелики Агурбаш, Марка Тишмана, Дианы Гурцкой, Евгения Кунгурова и других известных исполнителей и музыкальных коллективов. В один миг москвичей накрыл легкий бриз уже знакомых танцевальных па. Степ, шассе, плие, пивот — и вот уже танцуют все.

Завершилось мероприятие торжественным вручением призов лучшим танцорам. В группе начинающих танцоров первой стала Зарема Боранукова (Северо-Западный округ). Среди любителей победили Юрий Тимофеев и Валентина Гравец (Северо-Восточный округ). Лучшими среди мастеров стали Владимир Дубинин и Людмила Грибкова (Южный округ). Поздравляем победителей! Уверены, что это только начало и впереди настоящее активное долголетие, а вместе с ним красота, движение и здоровье!



СПРАВКА

Одновременно 1077 участников проекта Правительства Москвы для старшего поколения приняли участие в ярком и насыщенном танце Zumba. Рекорд зафиксирован 27 июля как самый массовый танцевальный флешмоб «Московское долголетие».

СВЕЖЕСТЬ ЛЕТА

Благодаря масштабным и зрелищным мероприятиям, проводимым в московских парках, столичное лето в этом году было, как никогда, раскрашено цветными красками. И городской фестиваль «Свежесть лета» стал одним из таких ярких событий.



В этот день в Екатерининском парке собрались сотни горожан всех возрастов. Родители и дети, бабушки и дедушки, друзья и коллеги — гостями фестиваля стали самые активные жители города. Ведь такое мероприятие позволило москвичам не просто побыть друг с другом, а провести время с пользой.

ЗАНЯТИЯ ПО ДУШЕ

Для гостей фестиваля было организовано множество тематических площадок, где каждый желающий мог найти занятие по душе. В программе мероприятия были песни, танцы, захватывающие мастер-классы, семейные эстафеты, активные игры и даже кулинарные поединки. Так, в парке прошел первый московский семейный чемпионат на лучшее барбекю. Дети и их

родители соревновались не только в умении смешивать ингредиенты, но и придумывать своим блюдам креативные названия.

Смекалка в этот день стала необходимым атрибутом и для посетителей спортивных площадок. Ведь им было необходимо пройти веселый марафон по аллеям парка, но не просто так, а на роликах и самокатах.

Пока одни москвичи обгоняли ветер, другие «зажигали» на танцевальном флешмобе у пруда. Занятие в этот день нашлось для каждого члена семьи. Папы проверяли свою ловкость на мастер-классах по боевым искусствам, мамы постигали секреты красоты в салоне «Под открытым небом», а их малыши в это время осваивали мини-автомобили, батуты и многое другое. Специально для тех, кто привык проводить

время вместе, была подготовлена семейная спартакиада «Движение» с призами для победителей.

Как отметила многодетная мама Елена Перес: «Захватывает даже само название фестиваля: «Свежесть лета» ассоциируется с ветерком, легкой прохладой, когда после духоты тебя накрывает яркими ароматами, ты расслабляешься и отдыхаешь».

КАЛЕЙДОСКОП ТАЛАНТОВ

Звонкий смех и громкие аплодисменты разносились в этот день по всему парку, но настоящее веселье царило на площадке проекта «Московское долголетие». Там прошел марафон песенных коллективов и исполнителей из всех округов столицы. Артисты предстали перед гостями фестиваля настоящим калейдоскопом талантов, оставив у них самые красочные воспоминания. Этот факт отметила почетный гость мероприятия, первый заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Ольга Евгеньевна Грачева.

— Сегодня на сцене парка выступают те, кто занимается вокалом уже несколько месяцев, — отметила Ольга Евгеньевна. — И у нас есть уникальная возможность посмотреть, чего достигли люди, которые никогда раньше не пели.



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

— Проект «Московское долголетие» начал действовать по инициативе мэра Москвы С.С. Собянина с 1 марта этого года, и сейчас в нем принимают участие уже около 115 тысяч человек.





Именно в этом, по словам первого заместителя руководителя Департамента, и заключается задача проекта «Московское долголетие» — раскрыть потенциал каждого его участника. А ведь самореализация также способствует увеличению продолжительности жизни человека. Главное, не останавливаться на достигнутом, уверена Ольга Евгеньевна, только тогда даже обычные будни заиграют яркими красками.

МОЛОДЫ И ВОСТРЕБОВАНЫ

У Вячеслава Захаровича Лепанова и Нины Сергеевны Беляйкиной из ЮВАО именно яркие будни в рамках проекта стали началом крепкой дружбы. Вячеслав Захарович и Нина Сергеевна познакомились в районном ТЦСО и с тех пор неразлучны. Вместе они посещают городские мероприятия, и «Свежесть лета» не стала исключением.

— К «Московскому долголетию» я отношусь с восторгом, — говорит Нина Сергеевна. — Ведь такого проекта в нашем городе еще не было. Он дает нам возможность почувствовать себя молодыми и нужными.

Слова благодарности в этот день звучали и в адрес правительства города и организаторов фестиваля. Ведь именно такие городские мероприятия, по мнению москвичей, объединяют поколения.

— На празднике сегодня много молодежи, бабушки и дедушки пришли вместе с внуками, — отметила



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

— Наш сегодняшний фестиваль — особенный, потому что мы не просто определяем область возможностей для старшего поколения, мы объединяем семьи.



директор ЦСО «Щербинский» Наталья Владимировна Тютюкина. — И люди старшего поколения стали для всех настоящим примером: они рисовали, готовили, а как «зажигали» на танцах, как пели!

Руководитель Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимир Петросян вручил награды победителям кулинарного конкурса и участникам песенного марафона. Владимир Аршакович пожелал всем отличного здоровья, хорошего настроения и выразил восхищение и благодарность людям старшего поколения.

— Пройти войну, построить заново страну, прожить долгие годы — и сегодня выходить на сцену, радовать себя и людей — это величайшая сила воли и невероятное чувство любви.

На сцене в этот день выступали артисты самых разных направлений, жанров и возрастов — от начинающих исполнителей до общепризнанных звёзд, чьим песням подпевают уже не одно поколение москвичей. Так, гостями музыкальной части программы стали Марк Тишман, Илона Броневицкая, Дина Гарипова, Юлия Началова, Феликс Царикати и многие другие.

Фестиваль завершился дискотекой под открытым небом и праздничным фейерверком, которые добавили красочному портрету этого летнего дня последние штрихи.

ПОКОРИТЕЛИ ВЕРШИН

В ПКиО «Бабушкинский» состоялся спортивный марафон с велоквестом, участниками которого стали те, кто присоединился к проекту «Московское долголетие». В этот летний день представители старшего поколения получили возможность приобщиться к спорту и здоровому образу жизни, ощутить дух соперничества и отлично провести время.



Приуроченный ко Дню физкультурника марафон получил яркое название «Физкульт-привет!» Спортивное мероприятие собрало более 400 участников, которым предстояло пройти настоящий велоквест.

МАРШРУТ ИЗ ВОСЬМИ СТАНЦИЙ

Велоквест — это интеллектуально-спортивная игра, маршрут которой состоял из 8 станций. На каждой из них участникам нужно было состязаться в различных активностях: по настольному теннису, дартсу, шашкам, подвижным играм и пр.

Для этого все пенсионеры разделились на несколько команд, каждая из которых выбрала капитана, название

и девиз. Главной задачей велоквеста стало прохождение всех станций, сидя за рулем велосипеда. Так, на станции «Делай, как я» участники соревнования повторяли движения за инструктором по зумбе, а на «Веселых стартах» дружно проходили командную эстафету. Для любителей прикладного творчества на маршруте квеста работали станции «Мастер на все руки» и «Как Пикассо», а интеллектуалов ожидали непредсказуемые «Вопросы здоровья» и «Угадай мелодию». Каждая остановка отличалась уникальностью и оригинальностью, вызывая интерес у всех участников мероприятия. Ведь в этот день они получили возможность проверить свою сообразительность, креативность и командную сплоченность.

МАРАФОН «ФИЗКУЛЬТ-ПРИВЕТ!» СОБРАЛ БОЛЕЕ 400 УЧАСТНИКОВ, КОТОРЫМ ПРЕДСТОЯЛО ПРОЙТИ НАСТОЯЩИЙ ВЕЛОКВЕСТ.



ДЕЛУ ВРЕМЯ, ПОТЕХЕ – ЧАС

После такого увлекательного квеста представителей старшего поколения ожидала не менее интересная развлекательная программа. Музыка охватила каждый уголок парка, когда участники «Московского долголетия» положили начало настоящей ретро-дискотеке. В этот день на месте не усидел никто. Вверх взмывали десятки рук, повторяя движения друг за другом. Так, одной большой и дружной командой спортсмены устроили танцевальный флешмоб. Особую сплоченность и внимание друг к другу участников велоквеста отметили почетные гости мероприятия префект СВАО Валерий Юрьевич Виноградов и депутат Мосгордумы Лариса Руслановна Картавцева. Они поблагодарили спортсменов за проявленные способности и безграничный интерес к общему делу, вручив им заслуженные дипломы и памятные призы.

— Здорово, что люди, имеющие богатый жизненный опыт, теперь получили возможность почувствовать вкус жизни. И этому как раз способствует проект «Московское долголетие», — подчеркнул Валерий Юрьевич.





В РАМКАХ ПРОЕКТА «МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ» КАЖДЫЙ ПРЕДСТАВИТЕЛЬ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ ПОЛУЧИЛ ВОЗМОЖНОСТЬ НАУЧИТЬСЯ ЧЕМУ-ТО НОВОМУ. А ТЕМ, КТО ЕЩЕ НЕ ПРИНЯЛ В НЕМ УЧАСТИЕ, МОЖНО ПОЖЕЛАТЬ ТОЛЬКО ОДНО: ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ И ЗАНИМАЙТЕСЬ!

АКТИВНОЕ ВРЕМЯПРЕПРОВОЖДЕНИЕ СПОСОБНО СДЕЛАТЬ ЖИЗНЬ ЧЕЛОВЕКА НАСЫЩЕННОЙ И ЯРКОЙ.



ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ И ЗАНИМАЙТЕСЬ!

В этот день без награды не ушел ни один участник соревнования, но, помимо кубков и медалей, каждый представитель старшего поколения получил массу незабываемых впечатлений. Своими эмоциями пенсионеры, не переставая, делились друг с другом. Так, представитель команды «Обаяшки» Нина Ивановна Ситенко твердо уверена, что такое мероприятие, как марафон «Физкульт-привет!», положительно влияет на здоровье и настроение его участников. Ведь, по ее словам, только активное времяпрепровождение способно сделать жизнь человека насыщенной и яркой.

— За это мы благодарны проекту «Московское долголетие», в рамках которого каждый пенсионер получил возможность научиться чему-то новому, — отметила Нина Ивановна. — А тем, кто еще не принял в нем участие, можно пожелать только одно: присоединяйтесь и занимайтесь!

О преимуществах активного времяпрепровождения в этот день говорили все участники соревнования. Ведь для каждого из них марафон стал новой звездочкой на небе однообразных будней.

— Спасибо Правительству Москвы и столичному Департаменту труда и социальной защиты населения за эти мероприятия. Ведь благодаря таким событиям,

как спортивный марафон, мы к чему-то стремимся, преодолеваем себя, стараемся постичь новое, — объясняет капитан команды «Старт» Татьяна Павловна Хоркина. — Приходя сюда, мы понимаем, что о нас не забывают.

Такого же мнения придерживается и другая участница велоквеста Лариса Владимировна Стогова. Она убеждена, что спортивные мероприятия помогают представителям старшего поколения сохранить свое здоровье и улучшить настроение. А для этого, по мнению женщины, нужно лишь желание.

— Сегодня у нас получалось абсолютно все, — говорит Лариса Владимировна. — Даже те, кто давно на «вы» с велосипедом, смог в этот день проехать свою небольшую дистанцию. И мне было очень приятно видеть счастливые улыбки участников, которые выглядели так, словно покорили вершину. Это здорово. Ведь благодаря такой скромной, но значимой победе над собой в этот день у нас создалась атмосфера настоящего праздника.

Действительно, ощущение праздника не покидало всех участников марафона. Ведь они узнали, в чем кроется рецепт настоящего счастья. А он оказался совсем прост. Теплые лучи июльского солнца, велосипед и дружная команда — вот необходимые ингредиенты ярких будней участников проекта «Московское долголетие».

Я ТАКОЙ ЖЕ, КАК ТЫ!

В московском конгрессно-выставочном центре «Сокольники» состоялся XI фестиваль прикладного искусства для инвалидов «Я такой же, как ты!» и прошло торжественное награждение победителей, которых выбирали в шести номинациях: «За сохранение промысла и возрождение мастерства», «За лучшую новаторскую идею», «За лучшее изображение видов Москвы», «За лучшее декоративное изделие», «За лучшую живописную работу» и «Делаем вместе».



Фестиваль «Я такой же, как ты!» не только дает возможность продемонстрировать свое творчество, но и расширяет границы общения. Его уникальность также в том, что людям с инвалидностью предоставляется возможность реализовать собственные изделия прикладного творчества.

ПОДДЕРЖКА ПРЕЖДЕ ВСЕГО

Победителей в различных номинациях поздравили и вручили награды министр Правительства Москвы, руководитель столичного Департамента труда и социальной защиты населения Владимир Аршакович Петро-

сян и Уполномоченный по правам человека в городе Москве Татьяна Александровна Потяева.

— То, что мы видим сегодня, говорит о том, что возможности у инвалидов безграничны! — отметил в своем выступлении Владимир Петросян. — Такие таланты, такой профессионализм, такое дизайнерское искусство! Мы прошли по залам и до сих пор пребываем в полном восхищении. Отмечу, что вопросы социальной поддержки инвалидов и людей с особенностями здоровья являются одними из приоритетных для Правительства Москвы.

Владимир Аршакович рассказал, что финансирование социальной сферы в Москве с каждым годом увеличивается. А это значит, что качество жизни инвалидов и других жителей столицы только улучшается. Например, в этом году в 2 раза было увеличено количество путевок на санаторно-курортное лечение. Их общее число в этом году составило около 250 тысяч. В городе продолжает развиваться сеть современных реабилитационных центров. В ближайшее время запланировано открытие еще нескольких таких учреждений: в Южном Бутово появится реабилитационный центр для детей и молодых инвалидов, аналогов которому нет в мире, откроются центры в Крылатском, Западном Дегунино и т. д. Важно, что все они будут находиться в шаговой доступности от места проживания маломобильных москвичей.

УВЛЕЧЕНИЕ ЖИВОПИСЬЮ

После торжественной церемонии мы побеседовали с победителями. Так, в номинации «За лучшее декоративное изделие» одной из лучших стала 71-летняя посетительница Территориального центра социального обслуживания «Бескудниково» Татьяна Александровна Буцева из Северного административного округа столицы. Она оформляет православные иконы в собственном индивидуальном стиле.

— Я окончила Московский государственный технический университет имени Н. Э. Баумана. После чего долгие годы работала инженером в электронной промышленности. Как вы понимаете, была очень далека от искусства. А потом вышла на пенсию. Чем заняться? Ходила по выставкам, искала свою нишу... Как-то заметила, что дома люди ставят иконы без особого оформления. И решила, что нужно исправлять ситуацию. Так что иконы я покупаю самые обычные, а потом их украшаю. Несколько первых работ отнесла в церковь, чтобы показать батюшке. Он меня благословил. В фестивале «Я такой же, как ты!» принимаю участие уже в шестой раз. Это еще и прекрасная возможность что-то продать. Причем цены такие же, как и 15 лет назад, — завершила Татьяна Александровна. Ее яркие



УНИКАЛЬНОСТЬ МЕРОПРИЯТИЯ В ТОМ, ЧТО ЛЮДЯМ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ВОЗМОЖНОСТЬ РЕАЛИЗОВАТЬ СОБСТВЕННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ПРИКЛАДНОГО ТВОРЧЕСТВА.



Татьяна Буцева



Лидия Хасанова

авторские работы привлекали внимание посетителей и охотно покупались.

56-летний бывший металловед, а нынче «молодая художница» (так она представилась) Елена Александровна Маянц посещает филиал «Головинский» Территориального центра социального обслуживания «Ховрино». Она стала одной из победительниц в номинации «За лучшую живописную работу».

— Я начала писать вскоре после смерти мужа. Тогда я осталась совершенно одна. Времени свободного вдруг стало особенно много. Дети выросли. Я просто не знала, чем же мне заняться. Живопись для меня — настоящая отдушина. Пишу, в основном, пейзажи, но есть и другие работы. Иногда выезжаем на пленэр. С удовольствием посещаю курсы в своем филиале. К нам приходят профессиональные художники, которые проводят потрясающие мастер-классы. Скажем, Сергей Рафальский, Валерий Каверин и другие. У нас занимаются живописью люди с разным образованием, в том числе с техническим. Так что я тут вовсе не исключение, — улыбнулась Елена Александровна.

ФЕСТИВАЛЬ «Я ТАКОЙ ЖЕ, КАК ТЫ!» НЕ ТОЛЬКО ДАЕТ ВОЗМОЖНОСТЬ ПРОДЕМОНСТРИРОВАТЬ СВОЕ ТВОРЧЕСТВО, НО И РАСШИРЯЕТ ГРАНИЦЫ ОБЩЕНИЯ.



ЛЮБИМОЕ ЗАНЯТИЕ

Мастерица по бисероплетению Лидия Николаевна Хасанова отличилась в номинации «За лучшее декоративное изделие». А когда-то она была заведующей прачечным производством в службе химчистки легендарной гостиницы «Россия». Жительница Южного административного округа Москвы всю жизнь занималась рукоделием. После выхода на заслуженный отдых у нее появилось больше времени для любимого занятия. Сейчас она запросто может провести пять и более часов в филиале «Бирюлево» Территориального центра социального обслуживания «Царицынский».

— Я пришла в наш кружок 8 лет назад. А сейчас уже сама преподаю как волонтер. На уроки приходят по 30–40 человек. Желающих столько, что мы занимаем уже два больших зала, поскольку одного не хватает. Если говорить о пользе бисероплетения, то оно отлично развивает моторику, которая тесно связана с головным мозгом. Ты ведь все время следишь за тем, чтобы не ошибиться и все выполнить правильно. Конечно, самое главное в нашем деле — это усид-

чивость. Но у нас все усердные, поэтому и изделия получаются необыкновенной красоты. Как говорится, глаз не отвести. Вы и сами видели, как много было желающих что-то приобрести, — рассказала Лидия Николаевна.

Она призналась, что принимает участие в фестивале «Я такой же, как ты!» уже не первый раз. Но, по ее словам, точно не в последний, поскольку это масштабное мероприятие давно уже стало заметным и очень нужным для людей событием в жизни Москвы.

На фестиваль были приглашены профессиональные художники, скульпторы, модельеры и известные деятели искусства. Гости мероприятия смогли не только увидеть выставку-ярмарку изделий прикладного искусства, сделанных руками инвалидов, но и поучаствовать в мастер-классах по бисероплетению, живописи, росписи по дереву, ручному узорному вязанию, скульптуре малых форм. А участниками фестиваля стали более полутора тысяч человек в возрасте от 7 до 79 лет. Это был, действительно, праздник талантливых, трудолюбивых и равнодушных людей, возможности которых безграничны.

ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ

Юго-Восточный административный округ на сегодняшний день — один из стремительно развивающихся уголков столицы. Он занимает 6 место по площади и 5 место по количеству населения среди всех округов города. Однако в области развития социальной сферы ЮВАО по праву может претендовать на одно из первых мест.



Управление социальной защиты населения Юго-Восточного округа Москвы и подведомственные учреждения реализуют государственную политику в области социальных гарантий и социальной поддержки москвичей, занимаются созданием благоприятных условий для жизни граждан старшего возраста, людей с инвалидностью, детей-инвалидов, а также семей с детьми.

В округе реализуются различные социальные программы и проекты, регулярно проходят благотворительные акции и другие мероприятия. Все это не

только помогает тем, кто оказался в сложной жизненной ситуации, но и дает возможность жителям города оставаться активными и востребованными вне зависимости от возраста и состояния здоровья.

НА СТРАЖЕ ЗДОРОВЬЯ

Значимый вклад в оказание социальной помощи населению округа приносит Территориальный центр социального обслуживания «Марьино», в зону ответственности которого входят районы «Марьино», «Люблино» и «Капотня».



ТЦСО «Марьино» не только оказывает различные виды социальной поддержки семьям с детьми, инвалидам и москвичам пенсионного возраста, но и по части социальных инноваций занимает одну из ведущих позиций в Москве.

К примеру, пять отделений социальной реабилитации, функционирующие на базе учреждения и оснащенные современным оборудованием, по оценкам экспертов, на высочайшем уровне оказывают комплексные реабилитационные услуги людям с инвалидностью, в том числе детям-инвалидам. К слову, на базе ТЦСО вот уже несколько лет успешно работает Общественный совет по делам молодых инвалидов района «Марьино» «18+».

В детском отделении реабилитации ТЦСО «Марьино» двери открыты всегда и для всех. Ведь право на реабилитацию есть у каждого человека, особенно у ребенка, поэтому к детям отношение особое.

Главная задача специалистов по реабилитационной работе — успешная коррекция состояния детей с особенностями здоровья. Они проходят реабилитацию в условиях полустационара, посещая учреждение днем в удобное время. Для каждого ребенка здесь составляется индивидуальный план реабилитации. Специалисты ведут личный дневник маленького получателя социальных услуг, в котором отмечают произошедшие изменения. Это необходимо для того, чтобы вовремя

Начальник Управления социальной защиты населения Юго-Восточного административного округа Москвы Ольга Сергеевна Корчагина:

— «Московское долголетие» — это проект о новом стиле жизни и об удивительных людях, которые после выхода на пенсию живут ярче, интереснее, чем в молодости, не боясь заново изобретать себя и реализовывать свои мечты. А мы им в этом помогаем.

скорректировать занятия для получения максимального результата.

Как правило, получатели социальных услуг Центра — это люди с нарушениями опорно-двигательного аппарата, диагнозом ДЦП, синдромом Дауна, расстройством аутистического спектра и т.д. Основными процедурами для них становятся гидромассаж, лечебная физкультура, занятия на специальном оборудовании. Например, среди современных реабилитационных аппаратов — широко известный «Корвит» и универсальная стабилметрическая платформа. В учреждении функционируют соляная пещера, гидромассажная ванна и уникальный бассейн. Его глубина составляет 110 см, а вода прогревается до 29,5 градуса. Специ-

Участницы проекта «Московское долголетие» в ЮВАО Татьяна Сталерова и Людмила Терехина:

— Наш округ мгновенно откликается на все события, происходящие в городе. А для проведения красочных мероприятий у нас есть прекрасные места. Например, такие как парк «Кузьминки» — это оазис, легкие всего нашего округа, и ими мы дышим все вместе. Мы любим наш ЮВАО!



альное оборудование позволяет опускаться в бассейн детей и взрослых с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Вместе с ними в воду погружается инструктор и проводит занятия по гимнастике.

Помимо людей с инвалидностью, в Центр приходят дети и взрослые, оказавшиеся в сложной жизненной ситуации. Ведь учреждение осуществляет как социально-медицинскую, так и социально-психологическую, социально-педагогическую и социокультурную реабилитацию. Кроме того, на занятиях юные посетители разрабатывают мелкую моторику, занимаются с дефектологом, посещают городские музеи, театры, участвуют в социокультурных мероприятиях.

ПОВЕРЬ В СЕБЯ

В Центре также успешно работают программы активной поддержки родителей. Все они направлены на формирование основных принципов эффективного взаимодействия в диаде «родитель — ребенок». Созданы клубы, школы, в которых взрослые делятся своим опытом, получают психологическую поддержку, консультации профессионалов по навыкам ухода за ребенком, ведется дистанционное обучение родителей.

Среди тех, кто обращается в ТЦСО «Марьино», есть граждане, кому реабилитация противопоказана по медицинским показаниям, но которые нуждаются в других формах социальной поддержки.

Особая категория — дети с онкологическими заболеваниями и их родители. В случае, когда физическое восстановление уже невозможно, психологическая поддержка становится просто необходимой. Поэтому в октябре 2014 года была создана уникальная экспериментальная Школа социального сопровождения родителей детей с онкозаболеваниями «Поверь в себя». Ее первыми посетителями стали сразу 18 родителей, кому помощь была нужна как воздух.

— Мы решили открыть эту школу, когда к нам стали обращаться родители за помощью, — объясняет заведующая отделением социальной реабилитации детей-инвалидов Светлана Пилипчук. — Ведь это наш долг — предоставить возможность быть услышанными и понятыми. На тот момент мы могли оказывать психологическую поддержку только мамам и папам. Через несколько лет школа «Поверь в себя» изменила формат, направив такую помощь на семью в целом. В октябре 2016 года на базе этой организации открылась экспериментальная Школа психологической помощи детям с онкологическими заболеваниями и их родителям «Сохрани жизнь». За все время существования этой программы стадии ремиссии достигли 32 человека.

На наших первых встречах с родителями, которые только что узнали о диагнозе своего ребенка, я всегда беру их за руки и говорю: «Все будет хорошо. Мы будем

**«МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ» – ЭТО ПРОЕКТ ДЛЯ
МОСКВИЧЕЙ, КОТОРЫЕ ХОТЯТ ВЕСТИ АКТИВНЫЙ ОБРАЗ
ЖИЗНИ И ИСПОЛЬЗОВАТЬ ВСЕ ВОЗМОЖНОСТИ ГОРОДА
ДЛЯ САМОРЕАЛИЗАЦИИ.**



Участницы проекта «Московское долголетие» в ЮВАО Татьяна Сталерова и Людмила Терехина с тренером



От сердца к сердцу свет летит,
подобно птице,
Стучит в сердца, чтоб разбудить
и возвратиться,
Чтоб возвратиться и дарить
всем людям радость...

Ирина Буслаева



бороться». И родители понимают, что они не одни. Ведь самое важное — поверить и принять поддержку вопреки всем страхам. И мы помогаем им в этом. Когда работаешь в социальной сфере, не можешь оставаться равнодушным. Ведь это и наши дети тоже. Хочу подчеркнуть, что мы никогда не оставляем такие семьи. И если ребенку противопоказана реабилитация в Центре, мы можем проводить занятия у него дома: вместе петь, рисовать, танцевать. Пусть мы не лечим физически, но мы лечим души. Когда даже свои последние дни ребенок проводит с улыбкой на лице, это дорогого стоит.

Также в 2015 году в ТЦСО «Марьино» основали Экспериментальную школу по гидротерапии (водолечению) для детей с аутизмом. Главная задача этого направления — приспособить ребенка к окружающему миру, где вода становится естественной средой для его адаптации. Дети с аутизмом начинают свое знакомство с этой стихией с небольшой емкости, после

чего погружаются в чашу бассейна в сопровождении мам и лишь затем уже самостоятельно переходят на гидромассажные ванны. Как правило, одного курса реабилитации для ребенка с таким расстройством недостаточно. Это время он расходует только на адаптацию, поэтому, в основном, проходит свой курс повторно. Всё это способствует положительной динамике восстановления.

Комплексная реабилитация детей-инвалидов как в ТЦСО «Марьино», так и в других учреждениях системы социальной защиты, оказывается на бесплатной основе.

УЗНАТЬ НОВОЕ И РАСКРЫТЬ ТАЛАНТЫ

В Юго-Восточном административном округе большое внимание уделяется всем направлениям социальной работы.

**КОМПЛЕКСНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ДЕТЕЙ-ИНВАЛИДОВ
В ТЦСО «МАРЬИНО» И В ДРУГИХ УЧРЕЖДЕНИЯХ
СИСТЕМЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ ОКАЗЫВАЕТСЯ
НА БЕСПЛАТНОЙ ОСНОВЕ.**

ФАКТЫ

На территории ЮВАО функционируют 34 учреждения системы социальной защиты населения, в том числе организации городского подчинения. На учете состоят более 406 тысяч человек, что составляет 30 % от общего количества жителей округа.

В числе наиболее значимых инициатив Правительства Москвы, реализуемых также и в ЮВАО, уже известный проект для старшего поколения «Московское долголетие». Ежедневно в рамках проекта в округе проводится множество занимательных занятий: фитнес, танцы, скандинавская ходьба, обучение компьютерной грамотности, английскому языку и многое другое. Все эти направления предоставляются совершенно бесплатно, нужно лишь подать заявку на участие в проекте в ТЦСО района.

Участники проекта, как правило, люди целеустремленные и ответственные. У каждого из них есть цель — узнать что-то новое, расширить кругозор, раскрыть свои способности и таланты. Исходя из собственных интересов, они определяют занятия по душе: кто-то выбрал одно или сразу несколько направлений. Ведь «Московское долголетие» — это проект для москвичей, которые хотят вести активный образ жизни и использовать все возможности города для самореализации. Гостеприимный парк «Кузьминки» — одна из площадок, где организуются различные активности для участников проекта. Регулярно встречаясь в любимом парке, они не перестают делиться впечатлениями друг с другом.

— Нельзя не отметить огромную пользу проекта «Московское долголетие». Ведь теперь жители нашего округа могут найти себе занятие по душе, — отмечает участница проекта Клавдия Федоровна Колпакова. — У меня большие планы: освоить компьютер и пойти на курсы английского языка. Хочу быть на «ты» с современными технологиями.

Клавдию Федоровну поддерживают и другие участницы проекта. Многие из них уверенно заявляют, что благодаря таким социальным программам жизнь округа значительно переменялась.

— Благодаря «Московскому долголетию» у нас теперь есть возможность идти в ногу со временем, не отставая от молодежи. За это спасибо правительству города, — говорит Елена Черных.

Но именно округ, по словам Елены, становится главной опорой для своих жителей. Специалисты учреждений системы социальной защиты округа всем сердцем сопереживают и поддерживают своих жителей, помогают им развиваться, оставаться активными, востребованными и верить в лучшее.





ХОРОШЕГО МНОГО НЕ БЫВАЕТ

Пансионат для ветеранов труда № 31 расположен на юго-западе Москвы, в экологически чистой зоне Тропарёвского парка. Первое, что видишь, заходя на территорию, — цветущие клумбы, чистота и ухоженное пространство вокруг. Пансионат по праву считается одним из лучших государственных стационарных учреждений столичной системы социальной защиты населения.

ПЕРЕМЕНЫ К ЛУЧШЕМУ

Оказалось, создать в учреждении комфортные условия, соответствующие мировым стандартам, помог в том числе и зарубежный опыт.

В качестве нашего экскурсовода выступила специалист по реабилитации инвалидов отдела социального, психологического и культурно-массового обслуживания Ольга Николаевна Буслова. Примечательно, что в ПВТ № 31 она работает уже 34 года.

— Все перемены к лучшему происходили прямо на моих глазах, — рассказала Ольга Николаевна. — В свое время нас направляли в зарубежные командировки, в частности в Нидерланды. Тогда даже слово «реабилитация» было в диковинку. Помню, в первую поездку всему удивлялась. А когда побывала в своей последней голландской командировке, то поняла, что наш пансионат выглядит уже намного лучше их учреждений. Недаром говорят, что все познается в сравнении. Так что

прогресс за минувшие годы налицо. Уровень социального обслуживания у нас, действительно, очень вырос. Получается, мы не только переняли зарубежный опыт, но даже превзошли своих наставников. Иностранцы тоже удивляются, когда приезжают к нам в гости. Мы с гордостью им все показываем.

Сегодня у Пансионата для ветеранов труда № 31 два корпуса: основной на 510 мест и отделение комфортного проживания с платными услугами на 50 отдельных квартир.

Учреждение возглавляет молодой и энергичный директор Андрей Мецлер. Коллеги его уважают и ценят. Андрей Владимирович постоянно генерирует интересные и креативные идеи. Немаловажно и то, что он прислушивается к мнению окружающих. Выяснилось, что по первому образованию Андрей Мецлер — юрист, в социальной сфере 11 лет, окончил Российский государственный социальный университет. В настоящее время работает над диссертацией на тему «Социализация пожилых людей в стационарных учреждениях социального обслуживания». Получается, он как раз на своем месте.

ЗА САМОВАРОМ

Во время обхода территории мы оказались у беседки, в которой ветераны общались на свежем воздухе за чашкой ароматного чая. Недавно даже был организован свой местный клуб «За самоваром». Как нам объяснили, вопросам питания в пансионате уделяется повышенное внимание. В ресторане стараются разнообразить меню. Организованы дни национальных кухонь народов мира. Нас пригласили к сладкому столу с тортом и печеньем, кто-то принес вкусное домашнее варенье. Ансамбль «Будь здоров» исполнил «для аппетита» несколько задорных песен. Надо отметить, что этот коллектив становился неоднократно победителем многочисленных конкурсов и его участниками являются ветераны, проживающие в пансионате.

Чувствовалось, что настроение у собравшихся превосходное. И можно было неформально пообщаться. Первой о себе рассказала 78-летняя Галина Александровна Марфутина, которая проживает в пансионате уже 6 лет. Она прибыла сюда вместе с мужем Анатолием Григорьевичем.

— Супруг был парализован, и переезд сюда стал для нас настоящим спасением. Я случайно увидела сюжет о визите в пансионат Дмитрия Анатольевича Медведева. Заинтересовалась. Знаете, я уверена: узнай мы о пансионате раньше, мой супруг мог бы прожить гораздо дольше. А когда его не стало, я уже не могла уйти отсюда. Свою роль сыграло и то, что я очень быстро со многими подружилась. Здесь хороший кол-



СПРАВКА

Учреждение открыто в 1977 году и является государственным стационарным учреждением системы социального обслуживания, предназначенным для постоянного и временного (сроком до 6 месяцев) проживания граждан пожилого возраста, инвалидов 1 и 2 групп, частично или полностью утративших способность к самообслуживанию и нуждающихся в постоянном постороннем уходе.

**СПРАВКА**

В Пансионате для ветеранов труда № 31 функционируют геронтологическое отделение общего типа, пять отделений милосердия для получателей социальных услуг, нуждающихся в постоянном постороннем уходе. В отделениях милосердия широко применяются технические средства и оборудование для ухода, реабилитации и восстановления утраченных функций.



лектив, администрация прекрасная. Мне в пансионате гораздо лучше и комфортнее, чем дома. Хотя квартира у меня очень хорошая и дети замечательные. Честно говоря, они были в большом недоумении, когда узнали, что я не хочу возвращаться. Срабатывает стереотип, что в подобных учреждениях не может быть ничего хорошего. Но, как вы видите, сегодня столичные пансионаты — это настоящие райские уголки. Отсюда, действительно, не хочется уходить. Нас лечат, за нами ухаживают. Важно и то, что я чувствую себя максимально свободной: меня никто не стесняет, и я никого не стесняю. Живи в свое удовольствие! Детям так и сказала: «Хочу свободы!» У меня уже семеро внуков и двое правнуков. Каждую неделю навещаю родных. Сама я — коренная москвичка, родилась в Академическом районе, 30 лет отработала швеей, а потом инженером швейной фабрики «Москва», депутатом Севастопольского района и даже Моссовета! — с гордостью сообщила Галина Александровна.

ГИМНАСТИКА, БАССЕЙН И ДРУГИЕ РАДОСТИ

80-летний врач-патологоанатом и судебно-медицинский эксперт в прошлом Валентина Константиновна Федорова проживала на Мосфильмовской



улице. Но после выхода на заслуженный отдых решила для себя, что вместе с детьми жить не будет. Хотя отношения с ними, по словам пенсионерки, замечательные. «Я считаю, что дети должны жить отдельно. С родными мы постоянно видимся. Езжу к ним и домой, и на дачу. Но здесь все равно лучше и спокойнее. А еще отмечу очень хороший уход. К тому же не дают скучать. Утром у нас гимнастика, потом сеанс с психологом, после прекрасного обеда проходим различные процедуры. Я посещаю бассейн, углекислые ванны, а соляная пещера отлично помогает моим бронхам. Так что я счастлива, что здесь оказалась. Так и напишите!» — подчеркнула Валентина Константиновна.

Мы еще долго проговорили с ветеранами труда. Потом заглянули в бассейн, различные процедурные кабинеты. В фитосауне обратила на себя внимание большая кедровая бочка. Только что в ней побывала 91-летняя Галина Ивановна Кучерова и осталась чрезвычайно довольной. В пансионате она уже 13 лет, когда-то трудилась в легкой промышленности. «Мы — беженцы из Грозного. К счастью, моя семья оказалась в Москве. Родные навещают часто — и сын, и невестка, и внуки. Они все ко мне очень хорошо относятся. Зовут обратно, но я не иду. Они просто не понимают, что мы здесь живем в настоящем ком-

СПРАВКА

Ветераны проживают в комфортабельных одно- и двухместных номерах. Комнаты и холлы оснащены удобной современной мебелью, холодильниками, телевизорами. Все здания и территория учреждения приспособлены для передвижения и обслуживания маломобильных граждан.

мунизме!» — улыбнулась Галина Ивановна, которая после процедуры выглядела значительно моложе своих лет.

По словам медицинской сестры Веры Сапего, кедровая бочка отлично помогает тем, у кого проблемы со спиной, ногами. Как раз на стене висел целый список показаний. Хотя, конечно, в тот или иной кабинет направляют по врачебной рекомендации.

ИСКРЕННОСТЬ И МИЛОСЕРДИЕ

Безусловно, наше посещение Пансионата для ветеранов труда № 31 оказалось бы неполным без визита к тому самому «молодому и энергичному» директору Мецлеру, о котором мы услышали столько теплых и добрых слов. Как подчеркнул Андрей Владимирович, пансионат становится родным домом только в том слу-



МИР ДЕРЖИТСЯ НА ДОБРЫХ ЛЮДЯХ.
НЕ НА АГРЕССИИ И ЗЛЕ.
И ЕСЛИ ДОБРОТЫ НЕ БУДЕТ,
ТО НИЧЕГО НЕ БУДЕТ НА ЗЕМЛЕ.

МИР ДЕРЖИТСЯ НА СОСТРАДАНИИ,
А НЕ НА ВАЖНОСТИ ПУСТОЙ.
ВОТ КТО-ТО СВЕТОМ ПОТЁМКАМ ДАРИТ,
ЧТОБ ОЗАРИТЬ ЖИЗНЬ КРАСОТОЙ.

АНДРЕЙ ДЕМЕНТЬЕВ

чае, если в нем создана уютная и душевная обстановка. Если говорить о работе с ветеранами, то в ней самое главное — это искренность и милосердие, а также умение слушать и слышать людей. Кроме того, важно учитывать их пожелания, потому что от этого зависит качество жизни проживающих в учреждении.

— Конечно, постоянно нужно идти в ногу со временем, приобретая новое оборудование, которое соответствовало бы всем современным требованиям. Средний возраст наших проживающих составляет 83 года. 117 человек достигли 90 лет, а троим уже свыше 100 лет. На мой взгляд, долгую и счастливую жизнь человека определяет комфортное психологическое состояние души. Мы стремимся к тому, чтобы все больше наших ветеранов труда перешагнули столетний рубеж, сохранив при этом высокое качество жизни. Огромное внимание уделяется реабилитации. Любой может получить профессиональную консультацию у врачей-специалистов, не выезжая за пределы пансионата. Сейчас готовим соглашение о совместной работе с главным гериатром города Москвы Ольгой Ткачевой.

ДОЛГОЛЕТИЕ ПО-МОСКОВСКИ

— Андрей Владимирович, ветераны, проживающие в пансионате, участвуют в проекте «Московское долголетие»?

— Разумеется. Активности людей зрелого возраста уделяется особое внимание. Постоянно организуются экскурсии, география поездок весьма разнообразна, ветераны труда посещают выставки, музеи, ходят в театры и кинотеатры. Большой резонанс вызвало событие мирового масштаба — Чемпионат мира по футболу. У нас была даже открыта собственная фан-зона, в которой все желающие могли окунуться

в атмосферу праздника и насладиться футбольными матчами в любое время. А еще в пансионат постоянно приглашаются интересные и известные люди, ведется работа с волонтерскими организациями и фондами. Скажем, с благотворительным фондом «Старость в радость» проведено несколько совместных мероприятий.

Отмечу, что в связи с большим количеством агрессивной рекламы нелекарственных препаратов (БАДов) и увеличением мошенничества в отношении пожилых людей введены курсы фармацевтической и юридической грамотности. Но мы ни в коем случае не хотим останавливаться на достигнутом. Для этого в пансионате составлен обширный и вполне конкретный план перспективного развития на 5 лет по всем направлениям нашей деятельности. Планируется провести капитальный ремонт всех без исключения отделений, закупить дополнительное современное медицинское оборудование, в том числе дорожку Кнейпа и бесконтактную гидромассажную ванну. А для повышения реабилитационного потенциала мы намерены организовать грязелечение и талассотерапию. Будем развивать и свой фитнес-клуб, где появятся занятия йогой, пилатес, — поделился задумками Андрей Владимирович.

Мы пожелали ветеранам, директору и всему коллективу здоровья и всяческих успехов. Ведь проявляя бережное отношение к старшему поколению, к нашим ветеранам, мы несем в мир человечность и доброту.

Контактная информация:

Адрес: Москва, ул. Островитянова, дом 16, корп. 5 (станция метро «Коньково»).

Тел./факс (495) 337-41-00.

E-mail: pvt31@dszn.ru



СЧАСТЛИВЫ ВМЕСТЕ

«Семья, живущая в гармонии, будет процветать во всем» — гласит китайская мудрость. Но в современном мире людям становится все сложнее сохранять теплые отношения. Сделать это возможно только вместе, всей большой и дружной семьей. Вот так по жизни идут многодетные родители Алла и Алексей Мягковы, передавая своим детям жизненный опыт, знания, умения и, конечно, качества, важные для каждого человека.

Алла и Алексей вместе 27 лет. За их плечами — длинный и сложный путь семейных отношений, но, по словам пары, все еще впереди. Дома их всегда ждут шесть прекрасных детей, благодаря которым и работа ладится, и настроение всегда хорошее. Но положительный заряд Мягковы находят не только в детях, а еще и в активном образе жизни. Ведь для них каждый день проходит в движении.

— Наша семья принимает участие во многих окружных соревнованиях, стремится к победе и, конечно, совершенствуется. Мы очень активные и позитив-

ные, — объясняет Алла. — Раньше я не работала, поэтому времени для различных мероприятий, соревнований и конкурсов было больше. А теперь приходится все совмещать.

По образованию Алла — специалист по торговому делу, Алексей — техник. Но в настоящее время супруги — водители линейного автобуса. Работают они много, демонстрируя своим детям лучший пример отношения к труду. Пара воспитывает ребят по принципу «Делай, как я!», стараясь со смыслом проживать каждую секунду. Ведь дети, как правило, отражение

ДЕЙСТВЕННАЯ ПОДДЕРЖКА И КРЕПКИЕ ОБЪЯТИЯ ПОМОГАЮТ СПРАВЛЯТЬСЯ ДАЖЕ С САМЫМИ НЕПРЕОДОЛИМЫМИ ТРУДНОСТЯМИ.

своих родителей. И в семье Мягковых мамой и папой гордятся. Ведь они — почетные работники города, у Алексея даже есть награды. В 2011 году они получили почетный знак «Родительская слава», а в 2016-м — аналогичный орден. О каждой из наград многодетный папа рассказывает с улыбкой, ведь хорошие воспоминания всегда греют душу.

ЛЮБОВЬ С ПЕРВОГО ВЗГЛЯДА

Историю своего знакомства Алла и Алексей помнят вплоть до мелочей. Каждый из них, конечно, готов рассказать свою версию, но к выводу всегда приходят одному — любовь зародилась мгновенно.

— Я встретила Алексея, когда мне было всего 15 лет. Я приезжала в деревню к бабушке с дедушкой каждый год, а в ту зиму мой будущий супруг только пришел из армии. Никто из нас тогда и не думал, что все так сложится, — вспоминает Алла. — Мы познакомились на танцах. Я увидела Алексея первой, и, знаете, это была любовь с первого взгляда. В деревне обычно все друг друга знают, а мы раньше никогда не виделись. И это вызвало большой интерес у нас обоих. Я все ходила, интересовалась, а он просто подошел и снял с моей головы шапку, чтобы рассмотреть. По плечам рассыпались мои длинные волосы...

— И я влюбился, — продолжает Алексей. — Влюбился сразу. Пусть не с первого взгляда, а со второго, но это произошло стремительно. Мне тогда был 21 год.

Время шло незаметно. Пара встречалась на протяжении трех лет, а когда Алла отметила совершеннолетие, они поженились. В ту пору Алексей заканчивал учиться в техникуме и уже работал. Деньги молодожены скопили заранее. Свадьба была красивой и красочной: белое платье, шляпка с фатой, черная «Волга». Но годы шли. Алексей всегда мечтал о большой семье, а Алла хотела одного ребёнка. Решение пришло от дочери: старшая и тогда еще единственная дочка Таня не пропускала ни одной женщины с коляской: шла за ними «хвостиком» и просила родителей купить ей братика или сестрёнку. Делать нечего — решились на второго, третьего и так далее.

— И вот сейчас мы — счастливая многодетная семья, — резюмирует Алла. — Старшей дочке у нас 23 года, младшему — пять с половиной. Все у нас занимаются спортом: плаванием, фигурным катанием,

регби, дзюдо и самбо. Наш самый младший Максим в свои пять лет ходит на фигурное катание и плавание, дочь Юля тоже плавает, даже имеет второй взрослый разряд. У Миши — первый взрослый спортивный разряд по самбо, а вот Вика отдала предпочтение танцам. Старшие дочери у нас тоже с головой ушли в спорт. Первая дочь Татьяна занималась регби. Вместе со своим тренером она стояла у истоков первой женской сборной команды города Зеленограда по этому виду спорта. Наша вторая дочка Наташа — чемпионка мира по самбо. А ей всего 16 лет. Сейчас она готовится к поступлению в РНИМУ имени Пирогова на факультет лечебного дела. Весь дом у нас обклеен формулами: двери, стены, чуть ли не потолки. Но мы в нее безгранично верим. Как и в каждого нашего ребенка.

ГЛАВНОЕ — ВЕРИТЬ И НЕ СДАВАТЬСЯ

— В нашей семье, как в спорте, придерживаются принципов взаимовыручки и командной работы, — поддерживает супругу Алексей. — Мы помогаем нашим детям во всех их стремлениях и начинаниях. Нужно разговаривать, обсуждать вместе каждую проблему. Только тогда в семье будет взаимопонимание, а дети станут стремиться к успеху, зная, что в них верят.

«Верить» — это слово в семье Мягковых важное и значительное. Действенная поддержка и крепкие объятия помогают им справляться даже с самыми непреодолимыми трудностями. Алексей шутит, что сложные моменты они проживают «скрипя зубами». Но в каждой шутке, как говорится, есть доля правды. Самое главное — не сдаваться, считают Мягковы. Алла и Алексей стараются собственным примером демонстрировать детям, как нужно жить.

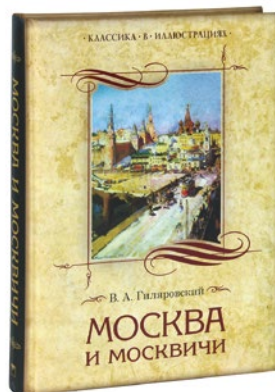
— Знаете, самое важное, что мы прививаем своим детям, — всегда оставаться людьми. Несмотря ни на что. Мы хотим, чтобы каждый из них шел по жизни лишь в прямом направлении, добивался своей цели и никогда не отступал. Только тогда все получится.

С такими важными принципами семейная лодка Мягковых плывет по реке жизни уже больше двух десятков лет. В этой истории цифры, безусловно, играют важную роль: 27 лет, 6 детей. Но самое значимое заключается отнюдь не в этом. Главное — просто быть счастливыми. А счастливы люди только тогда, когда они вместе. Счастливы вместе.

В. Гиляровский

ЛУБЯНКА

(Из книги «Москва и москвичи»)
Продолжение



Рядом с «Угличем», на углу Мясницкой «Мясницкие» меблированные комнаты, занимаемые проезжими купцами и комиссионерами с образцами товаров. Дом, где они помещаются, выстроен Малюшиным на земле, арендуемой у консистории.

Консистория! Слово, теперь непонятное для большинства читателей.

Попал черт в невод и в испуге вскрикивал:
— Не в консистории ли я?!

Была такая поговорка, характеризовавшая это учреждение.

А представляло оно собой местное церковное управление из крупных духовных чинов — совет, и мелких чиновников, которыми верховодил секретарь — главная сила, которая влияла и на совет. Секретарь это все. Чиновники получали грошовое жалованье и существовали исключительно взятками. Это делалось совершенно открыто. Сельские священники возили на квартиры чиновников взятки

возами, в виде муки и живности, а московские платили наличными. Взятки давали дьяконы, дьячки, пономари и окончившие академию или семинарию студенты, которым давали места священников. Консистория владела большим куском земли по Мясницкой — от Фуркасовского переулка до Лубянской площади. Она помещалась в двухэтажном здании казарменного типа, и при ней был большой сад. Потом дом этот был сломан, выстроен новый, ныне существующий, № 5, но и в новом доме взятки брали по-старому. Сюда являлось на поклон духовенство, здесь судили провинившихся, здесь заканчивались бракоразводные дела, требовавшие огромных взяток и подкупных свидетелей, которые для уличения в неверности того или другого супруга, что было необходимо по старому закону при разводе, рассказывали суду, состоявшему из седых архиереев, все мельчайшие подробности физической измены, чему свидетелями будто бы они были. Суду было мало того доказательства, что изменившего супружеской верности застали в кровати; требовались еще такие подробности, которые никогда ни одно третье лицо не может видеть, но свидетели «видели» и с пафосом рассказывали, а судьи смаковали и «судили».

Выше консистории был Святейший синод. Он находился в Петербурге в здании под арками, равно как и Правительствующий сенат, тоже в здании под арками.

Отсюда ходила шутка:

— Слепейший синод и грабительствующий сенат живут подарками.

Между зданием консистории и «Мясницкими» номерами был стариннейший трехэтажный дом, где были квартиры чиновников. Это некогда был дом ужасов.

У меня сохранилась запись очевидца о посещении этой трущобы: «Мне пришлось, — пишет автор записи, — быть у одного из чиновников, жившего



в этом доме. Квартира была в нижнем этаже старинного трехэтажного дома, в низеньких сводчатых комнатах. Впечатление жуткое, несмотря на вполне приличную семейную обстановку средней руки; даже пара канареек перекликалась в глубокой нише маленького окна. Своды и стены были толщины невероятной. Из потолка и стен в столовой торчали какие-то толстые железные ржавые крючья и огромные железные кольца. Сидя за чаем, я с удивлением оглядывался и на своды, и на крючья, и на кольца.

— Что это за странное здание? — спросил я у чиновника.

— Довольно любопытное. Вот, например, мы сидим в той самой комнате, где сто лет назад сидел Степан Иванович Шешковский, начальник тайной экспедиции, и производил здесь пытки арестованных. Вот эти крючья над нами — дыбы, куда подвешивали пытаемых. А вот этот шкафчик, — мой собеседник указал на глубокую нишу, на деревянных новых полочках которой стояли бутылки с наливками и разная посуда, — этот шкафчик не больше не меньше, как каменный мешок. Железная дверь с него

снята и заменена деревянной уже нами, и теперь, как видите, в нем мирно стоит домашняя наливка, которую мы сейчас и попробуем. А во времена Шешковского сюда помещали стоймя преступников; видите, только аршин в глубину, полтора в ширину и два с небольшим аршина в высоту. А под нами, да и под архивом, рядом с нами подвалы с тюрьмами, страшный застенок, где пытали, где и сейчас еще кольца целы, к которым приковывали приведенных преступников. Там пострашнее. Уцелел и еще один каменный мешок с дверью, обитой железом. А подвал теперь завален разным хламом.

В дальнейшей беседе чиновник рассказал следующее:

— Я уже сорок лет живу здесь и застал еще людей, помнивших и Шешковского, и его помощников — Чередуна, Агапыча и других, знавших даже самого Ваньку Каина. Помнил лучше других и рассказывал мне ужасы живший здесь в те времена еще подростком сын старшего сторожа того времени, потом наш чиновник. При нем уж пытки были реже. А как только воцарился Павел I, он приказал



освободить из этих тюрем тайной экспедиции всех, кто был заключен Екатериной II и ее предшественниками. Когда их выводили на двор, они и на людей не были похожи: кто кричит, кто неистовствует, кто падает замертво...

На дворе с них снимали цепи и развозили кого куда, больше в сумасшедший дом... Потом, уже при Александре I, сломали дыбу, станки пыточные, чистили тюрьмы. Чередин еще распоряжался всем. Он тут и жил, при мне еще. Он рассказывал, как Пугачева при нем пытали, — это еще мой отец помнил... И Салтычиху он видел здесь, в этой самой комнате, где мы теперь сидим... Потом ее отсюда перевезли в Ивановский монастырь, в склеп, где она тридцать лет до самой смерти сидела. Вот я ее самолично видел в Ивановском монастыре... Она содержалась тогда в подземной тюрьме, выглядывала сквозь решетку, в окошечко, визжала, ругалась и плевалась на нас. Ее никогда не отпирали, и еду подавали в это самое единственное окошечко. Мне было тогда лет восемь, я ходил в монастырь с матерью и хорошо все помню.

Прошло со времени этой записи больше двадцати лет. Уже в начале этого столетия возвращаюсь я по Мясницкой с Курского вокзала домой из продолжительной поездки и вдруг вижу; дома нет, лишь груда камня и мусора. Работают каменщики, разрушают фундамент. Я соскочил с извозчика и прямо к ним. Оказывается, новый дом строить хотят.

— Теперь подземную тюрьму начали ломать, — пояснил мне десятник.

— А я ее видел, — говорю.

— Нет, вы видели подвальную, ее мы уже сломали, а под ней еще была, самая страшная: в одном

ее отделении картошка и дрова лежали, а другая половина была наглухо замурована... Мы и сами не знали, что там помещение есть. Пролом сделали, и наткнулись на дубовую, железом кованную дверь. Насилу сломали, а за дверью скелет человеческий... Как сорвали дверь — как загремит, как цепи звякнули... Кости похоронили. Полиция приходила, а пристав и цепи унес куда-то.

Мы пролезли в пролом, спустились на четыре ступеньки вниз, на каменный пол; здесь подземный мрак еще боролся со светом из проломанного потолка в другом конце подземелья. Дышалось тяжело... Проводник мой вынул из кармана огарок свечи и зажег... Своды... кольца... крючья...

Дальше было светлее, свечку погасили.

— А вот здесь скелет на цепях был.

Обитая ржавым железом, почерневшая дубовая дверь, вся в плесени, с окошечком, а за ней низенький каменный мешок, такой же, в каком стояла наливка у старика, только с каким-то углублением, вроде узкой ниши.

При дальнейшем осмотре в стенах оказались еще какие-то ниши, тоже, должно быть, каменные мешки.

— Я приду завтра с фотографом, надо снять это и напечатать в журнале.

— Пожалуйста, приходите. Пусть знают, как людей мучили. Приходите.

Я вышел на улицу и только хотел сесть на извозчика, как увидел моего товарища по журнальной работе иллюстратора Н.А. Богатова.

— Николай Алексеевич, есть у тебя карандаш? — останавливаю его.

— Конечно, я без карандаша и альбома ни шагу. Я в кратких словах рассказал о том, что видел, и через несколько минут мы были в подземелье.

Часа три мы пробыли здесь с Богатовым, пока он сделал прекрасную зарисовку, причем десятник дал нам точные промеры подземелья. Ужасный каменный мешок, где был найден скелет, имел два аршина два вершка вышины, ширины тоже два аршина два вершка, а глубины в одном месте, где ниша, двадцать вершков, а в другом — тринадцать. Для чего была сделана эта ниша, так мы и не догадались.

Дом сломали, и на его месте вырос новый. В 1923–1924 годах, на месте, где были «Мясницкие» меблированные комнаты, выстроены торговые помещения. Под ними оказались глубокие подвалы со сводами и какими-то столбами, напоминавшие соседние тюрьмы «Тайного приказа», к которому, вероятно, и принадлежали они. Теперь их засыпали, но до революции они были утилизи-





рованы торговцем Чичкиным для склада молочных продуктов.

По другую сторону Мясницкой, в Лубянском проезде, было владение Ромейко. В выходящем на проезд доме помещался трактир Арсентьяча, задний фасад которого выходил на огромный двор, тянувшийся почти до Златоустовского переулка. Двор был застроен оптовыми лавками, где торговали сезонным товаром: весной огурцами и зеленью, летом ягодами, осенью плодами, главным образом яблоками, а зимой мороженой рыбой и круглый год живыми раками, которых привозили с Оки и Волги, а главным образом с Дона, в огромных плетеных корзинах. Эта оптовая торговля была, собственно, для одних покупателей — лотошников и разносчиков. В начале девяностых годов это огромное дело прекратилось, владения Ромейко купил сибирский богатей Н.Д. Стахеев и выстроил на месте сломанного трактира большой дом, который потом проиграл в карты.

Позади «Шиповской крепости» был огромный пустырь, где по зимам торговали с возов мороженым мясом, рыбой и птицей, а в другое время овощами, живностью и фруктами. Разносчики, главным образом тверские, покупали здесь товар и ходили

по всей Москве, вплоть до самых окраин, нося на голове пудовые лотки и поставляя продукты своим постоянным покупателям. У них можно было купить и крупного осетра, и на пятак печенки для кошки. Разносчики особенно ценились хозяйками весной и осенью, когда улицы были непроходимы от грязи, или в большие холода зимой. Хороших лавок в Москве было мало, а рынки далеко.

Как-то, еще в крепостные времена, на Лубянской площади появился деревянный балаган с немудрящим зверинцем и огромным слоном, который и привлекал главным образом публику. Вдруг по весне слон взбесился, вырвал из стены бревно, к которому был прикован цепями, и начал разметывать балаган, победоносно трубя и нагоняя страх на окружившие площадь толпы народа. Слон, раздраженный криками толпы, старался вырваться, но его удерживали бревна, к которым он был прикован и которые застревали в обломках балагана. Слон уже успел сбить одно бревно и ринулся на толпу, но к этому времени полиция привела роту солдат, которая несколькими залпами убила великана.

Теперь на этом месте стоит Политехнический музей.

(Продолжение следует)

Фёдор Яковлевич Алексеев,
«Вид Воскресенских ворот и Неглинного моста от Тверской улицы»



Федор Глинка

(8 июня 1786 — 11 февраля 1880) — русский поэт, публицист, прозаик, офицер, участник декабристских обществ.

Город чудный, город древний,
Ты вместил в свои концы
И посады и деревни,
И палаты и дворцы!

Опоясан лентой пашен,
Весь пестреешь ты в садах;
Сколько храмов, сколько башен
На семи твоих холмах!..

Исполинскою рукою
Ты, как хартия, развит,
И над малою рекою
Стал велик и знаменит!

На твоих церквах старинных
Вырастают деревья;

Глаз не схватит улиц длинных...
Это матушка Москва!

Кто, силач, возьмет в охапку
Холм Кремля-богатыря?
Кто собьет золотую шапку
У Ивана-звонаря?..

Кто Царь-колокол подымет?
Кто Царь-пушку повернет?
Шляпы кто, гордец, не снимет
У святых в Кремле ворот?!

Ты не гнула крепкой выи
В бедовой твоей судьбе:
Разве пасынки России
Не поклонятся тебе!..

Ты, как мученик, горела,
Белокаменная!
И река в тебе кипела
Бурнопламенная!

И под пеплом ты лежала
Полоненною,
И из пепла ты восстала
Неизменною!..

Процветай же славой вечной,
Город храмов и палат!
Град срединный, град сердечный,
Коренной России град!



Социальный информационно-аналитический журнал

Издатель — Центр духовного и физического оздоровления общества «Партнерство»

Главный редактор — **Марал Казакова**

Над номером работали:

Влад Волков, Ая Сидоренко, Александра Костяева, Николай Антипов, Татьяна Сосенкова

Фото на обложке: XI фестиваль прикладного искусства для инвалидов «Я такой же, как ты» (см. стр. 26)

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.



СТАРТОВАЛ ПРОЕКТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОРИЕНТАЦИИ И ПОДГОТОВКИ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ «ПЕРВЫЙ ОПЫТ»

В Москве стартовал проект профессиональной ориентации и подготовки людей с ограниченными возможностями здоровья «Первый опыт», направленный на их социальную адаптацию и интеграцию в трудовую деятельность.

Программа реализуется в столице с 2016 года по инициативе Межрегионального общественного благотворительного фонда «Качество жизни» при поддержке Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.

За два предшествующих года 33 предприятия и компании провели профессиональную подготовку инвалидов, из них 27 — впервые. Участие в программе приняли 224 человека с инвалидностью, трудоустроены 40 практикантов. Все участники прошли практику по 4–5 специальностям, что позволило им расширить свои возможности при дальнейшем трудоустройстве на свободном рынке труда. Профобучение проводили опытные наставники-специалисты предприятий.

В 2018 году более 16 компаний города стали партнерами фонда «Качество жизни», часть из них работает в формате трудоустройства практикантов с первого дня подготовки.

Фонд «Качество жизни» занимается вопросами трудоустройства людей с инвалидностью с 2011 года. Накопленный опыт позволил создать комплексный подход к решению проблем занятости инвалидов. Сотрудники Фонда сопровождают соискателя на всех этапах проекта: подбирают подходящую вакансию, учитывая его профессиональные и личностные характеристики, интересы и возможности; организуют профессиональное обучение в реальных условиях производства; проводят поддерживающие мотивационные тренинги; помогают найти вакантное место с учетом полученных профессиональных навыков.

Для работодателей создан цикл видеосеминаров, в которых подробно рассказывается о тонкостях трудоустройства людей с инвалидностью, даются рекомендации. Семинары размещены в открытом доступе на официальном сайте фонда «Качество жизни».



Департамент труда и социальной защиты
населения города Москвы

«МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»



ПИЛОТНЫЙ ПРОЕКТ
для москвичей
старшего возраста
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