

За физическое и духовное оздоровление нации

# СТРАНА *и* МЫ *вместе*



СПЕЦВЫПУСК МОСКВА № 11/2018

Социальный информационно-аналитический журнал 0+



**ПОСЛЕ 55 ЖИЗНЬ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ  
ГОРОД ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ  
ВЫХОД ЕСТЬ ВСЕГДА**

1950-е годы



2015 год





## СОДЕРЖАНИЕ

### МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

После 55 жизнь только начинается .....2

Искусство вокруг нас ..... 10

### КОНКУРС

Город труда и социальной ответственности ..... 14

### ЗАНЯТОСТЬ

Марафон переговоров ..... 18

### ПСИХОЛОГИЯ

Выход есть всегда ..... 22

### АУКЦИОН

С вдохновением и от души ..... 25

### РЕАБИЛИТАЦИЯ

Безусловный приоритет ..... 28

### ИНТЕГРАЦИЯ

Удивительный мир социоцирка ..... 32

### ЛИЧНОСТЬ

Самый важный житель ..... 36

### ТВОРЧЕСТВО

Песне все возрасты покорны ..... 38

### СОЦИАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА

С заботой о каждом ..... 40

### ЛЮБИМОЕ ИЗ ПРОЧИТАННОГО

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

ПОЭТИЧЕСКАЯ ГОСТИНАЯ ..... 48



18



25



32



40



## ПОСЛЕ 55 ЖИЗНЬ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ

Современные бабушки опровергают все сложившиеся стереотипы. Несмотря на множество домашних забот, они успевают уделить внимание внукам, заняться рисованием и спортом, выучить иностранный язык, освоить компьютер, пройти по подиуму и многое другое. Все это в очередной раз москвичам доказали участницы проекта «Московское долголетие». Ведь в столице прошел финал VIII общегородского конкурса «Московская Супербабушка-2018».

**В** этом году конкурс состоял из нескольких частей. Сначала участницам предстояло рассказать о себе и своих увлечениях, затем продемонстрировать заранее подготовленный творческий номер и принять участие в дефиле. По итогам отборочных туров в финал вышли 11 представительниц от каждого округа столицы. На последнем этапе соревнования они выступили на сцене концертного зала «Россия» вместе со звездами эстрады, театра и кино.

## КРАСОТА ТРЕТЬЕГО ВОЗРАСТА

Зажегся свет, заиграла музыка, и перед зрителями появились дамы в масках с галантными кавалерами. Торжественный выход, творческие номера и, конечно, дефиле — каждый из этапов поражал гостей мероприятия своей незаурядностью. В прекрасных нарядах конкурсантки выходили на сцену одна за другой, чтобы покори́ть членов жюри и зрителей невероятными образами. От финалисток невозможно было оторвать глаз, ведь каждая из них по-настоящему сияла. И дело было вовсе не в наряде, а в блеске счастливых глаз. В этот день слово «бабушка» вдруг потеряло свою надобность, свое истинное значение. Ведь у женщин, которые выходили на сцену, словно и вовсе не было возраста. Этот факт отметили многие члены жюри и гости мероприятия.

— Самой старшей нашей участнице 70, а самой младшей 56 лет. Глядя на этих женщин, понимаешь, что все они молоды и их возраст абсолютно не соответствует паспортному, — подчеркнула первый заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Ольга Грачева. — Наши финалистки по-настоящему уникальны. У каждой из них своя жизненная история, свой невероятный талант. И я уверена, что все зрители сегодня почувствовали их исключительную энергетику.

Члены жюри отметили, что в нынешнем году им невероятно трудно было выбирать победительниц, потому что все конкурсантки оказались незаурядными и творческими личностями. А их номера представляли собой настоящие произведения искусства. Финалисты танцевали, поднимались в воздух на гимнастических снарядах, пели, отбивали степ и даже показывали фокусы, поражая публику своими способностями.

## БАБУШКАМ ВСЕ ПО ПЛЕЧУ

По итогам конкурса самой элегантной бабушкой столицы была признана Ирина Шанаева (ЦАО), самой жизнерадостной — Надежда Заика (СВАО), самой стильной — Лариса Карлова (ВАО), самой обаятельной — Лариса Каукина (ЗелАО), самой спортивной — Ирина Плахутина (ЗАО), самой артистичной — Ольга



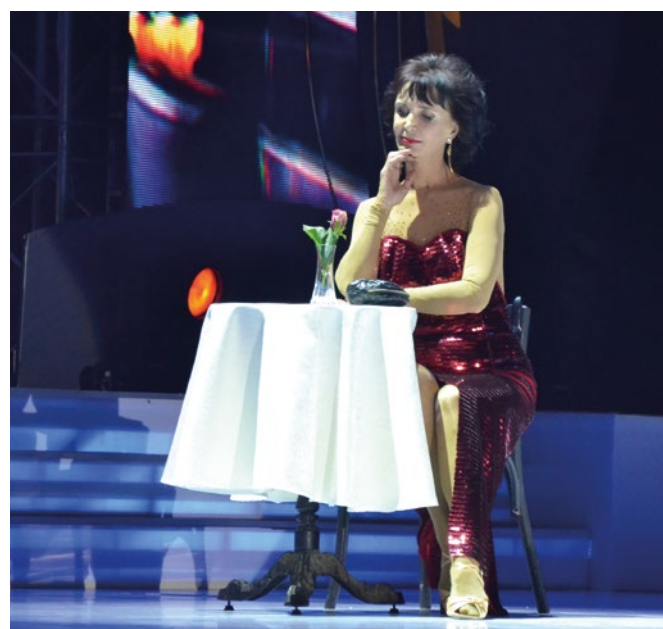
Супербабушкой Москвы-2018 признана Валентина Матвеева из ЮВАО



В НЫНЕШНЕМ ГОДУ НЕВЕРОЯТНО ТРУДНО БЫЛО  
ВЫБИРАТЬ ПОБЕДИТЕЛЬНИЦ, ПОТОМУ ЧТО ВСЕ  
КОНКУРСАНТКИ ОКАЗАЛИСЬ НЕЗАУРЯДНЫМИ  
И ТВОРЧЕСКИМИ ЛИЧНОСТЯМИ.



Третье место на конкурсе  
заняла Елена Авдеева (ТинАО)



**Член жюри конкурса, народный артист России Лев Прыгунов:**

— Древние китайцы говорили, что настоящая жизнь начинается только после 70 лет. Так что у нас всё впереди!

Соколова (ЮАО), самой творческой — Недда Фолина (СЗАО), самой целеустремлённой — Ольга Курдюмова (ЮЗАО).

— Мне 60 лет, но это большой секрет, — поделилась Ирина Шанаева. — Пять лет назад меня пригласили на кастинг моделей для показа одежды, и это изменило мою жизнь. Я вышла на подиум и поняла: вот моё будущее. Жизнь закружилась совсем в другом темпе: съёмки, фотосессии, показы. Наступила самая лучшая пора в жизни. Дети выросли, а у меня появилось любимое занятие, которое приносит мне огромное удовольствие. Я активный участник проекта «Московское долголетие», занимаюсь английским языком, мне это очень нравится. Всех приглашаю стать участниками этой замечательной программы и реализовать себя. Ведь жизнь у нас одна, и нужно пройти свой путь ярко и интересно.

Третье место на конкурсе заняла Елена Авдеева (ТинаО), второе место жюри присудило Валерии Хорошевой (САО), а победительницей стала очарователь-

**Председатель жюри, первый заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Ольга Грачева:**

— Все, что мы делаем для нашего старшего поколения, способствует повышению качества его жизни, дает возможности для самореализации и получения новых впечатлений и навыков. Все месяцы реализации проекта мэра столицы «Московское долголетие» мы старались, чтобы люди зрелого возраста смогли почувствовать себя более здоровыми, увлеченными, радостными.

ная Валентина Матвеева (ЮВАО). Она же получила звание «Супербабушка Рунета» — за неё единодушно проголосовали зрители, смотревшие конкурс онлайн.

— В молодости я увлекалась танцами, но, когда родились дети, с танцами пришлось расстаться на долгие годы, — рассказывает Супербабушка Москвы-2018 Валентина Матвеева. — А теперь дети выросли, и у меня появилась возможность вернуться к давно забытому увлечению. В прошлом году я вместе со своим партнёром по танцам принимала участие в московском конкурсе супердедушек. И тогда я поду-







Серебряным призером конкурса стала Валерия Хорошевская из CAO



мала: а почему бы и мне не поучаствовать в подобном конкурсе? Ведь я и есть супербабушка: у меня пять замечательных внуков, я пишу стихи, хорошо вожу машину, езжу на велосипеде, увлекаюсь садоводством, лыжами и плаванием. Я люблю ставить цели и делать всё, чтобы достичь их. И считаю, что дарить людям любовь и добро — самое большое удовольствие в жизни. Ведь, как оказалось, после 55 лет жизнь только начинается. А танцевать я планирую как минимум до 100 лет!

Победительница конкурса получила сертификат на поездку в Париж, серебряный призер — в Прагу, а обладательница третьего места — в Санкт-Петербург.

**ТРЕТЬЕ МЕСТО НА КОНКУРСЕ ЗАНЯЛА ЕЛЕНА АВДЕЕВА (ТИНАО), ВТОРОЕ МЕСТО – ВАЛЕРИЯ ХОРОШЕВСКАЯ (САО), А СУПЕРБАБУШКОЙ МОСКВЫ-2018 СТАЛА ОЧАРОВАТЕЛЬНАЯ ВАЛЕНТИНА МАТВЕЕВА (ЮВАО).**





## ИЗМЕНЕНИЯ К ЛУЧШЕМУ

Однако награды и поздравления стали не единственными призами этого вечера. По правилам конкурса каждая его участница по завершении соревнования становится действительным членом клуба «Московская Супербабушка». За 7 лет его существования в ряды клуба влились уже около 1000 москвичек старшего поколения. Теперь их стало на 11 участников больше. «Московские Супербабушки» довольны: ведь клуб — это настоящая семья, где все друг другу рады. Так, финалисты конкурса 2016 года неразлучны до сих пор. Наталья Исаева, Елена Полехина, Галина Ференчук и Тамара Нарышкина с удовольствием рассказывают историю своей дружбы.

— Мы познакомились два года назад на отборочном туре конкурса «Московская Супербабушка». И когда собрались все финалистки, стало понятно, что между нами нет никакой конкуренции. Мы старались помогать друг другу, давали советы на выступлениях. Между нами не было соревнования, мы были уверены, что победила каждая, — рассказывают супербабушки. — И вот прошло столько времени, а мы продолжаем встречаться, приезжать друг к другу в гости, вместе ходить в кино, театры и на концерты. В такой атмосфере чувствуется, что жизнь удалась, что мы не одиноки. Сегодня мы болели за всех конкурсанток, и вот

они влились в наш коллектив. Теперь их жизнь станет ярче и красочнее, так же как когда-то наша.

Будни финалистов 2018 года уже изменились к лучшему. На протяжении всего соревнования они испытывали массу положительных эмоций, преодолевали волнение и стремились к совершенству. И их труды были отмечены зрителями финального этапа самыми громкими аплодисментами.

— У нас сегодня невероятные эмоции, — делится своими впечатлениями участница конкурса «Московская Супербабушка-2013» Раиса Оленина. — Мы тоже когда-то так проникновенно пели и энергично танцевали, но вот наряды у нас были свои. А здесь все так красиво и торжественно, что дух захватывает. Но секрет победы в этом соревновании кроется не во внешнем виде, а во внутренней подготовке. Если у участницы хватит терпения, выдержки и уверенности в себе, то она обязательно победит.

И то, как уверенно финалистки конкурса прошли все этапы, говорит о том, что нашим бабушкам все по плечу. Они способны приковать к себе внимание всей столицы, поразить своей красотой и талантом. И сегодня представительницы старшего поколения вновь доказали, что они, действительно, «супер». А что касается возраста, то это прежде всего состояние души. И, перефразируя слова героини известного фильма, можно с уверенностью сказать, что после 55 жизнь только начинается!

# ИСКУССТВО ВОКРУГ НАС

В Государственном выставочном зале «Галерея XXI века» участники проекта «Московское долголетие» представили свои работы на выставке «Искусство вокруг нас». Пилотный проект стартовал по инициативе мэра столицы С.С. Собянина в марте нынешнего года. Экспозиция стала своего рода творческим отчетом художников «серебряного» возраста, которые посещают занятия по живописи и искусству.



**Н**а сегодняшний день к проекту «Московское долголетие» присоединились уже около 150 тысяч горожан. Кто-то выбирает скандинавскую ходьбу или гимнастику, кто-то танцы или языковые курсы, некоторые предпочитают уроки компьютерной грамотности.

Однако, как выяснилось, многие с юных лет мечтали рисовать. Но потом выбрали другие жизненные пути, и только с выходом на пенсию у них появилась возможность заняться любимым делом.

Всего на выставке было представлено более 50 работ, выполненных в различных техниках: живопись, гуашь, журнальный коллаж, работа по мокрой бумаге, рисунок карандашами, гелиевой ручкой и пером.

## МЕЧТЫ СБЫВАЮТСЯ

73-летний стройный и подтянутый подполковник МЧС в отставке Юрий Шестаков уже 4 года посещает Территориальный центр социального обслуживания

## НА СЕГОДНЯШНИЙ ДЕНЬ К ПРОЕКТУ «МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ» ПРИСОЕДИНИЛИСЬ УЖЕ ОКОЛО 150 ТЫСЯЧ ГОРОЖАН.

«Фили-Давыдково». По его словам, он пришел туда, поскольку в учреждении специально для старшего поколения разработана очень интересная и невероятно насыщенная досуговая программа, которая включает в себя посещение различных кружков и культурно-массовых мероприятий.

— Сколько себя помню, я всегда мечтал рисовать. Я очень ценю красоту. Образность мышления тоже присутствует — недаром пишу стихи. На меня всегда большое впечатление производили работы, выполненные акварелью: простые водные краски, а какая получается красота. Считаю, что никогда не поздно начать новое дело, если оно в удовольствие, по душе и по силам. Наша жизнь прекрасна тем, что в ней много открытий. Конечно, для рисования нужен наставник. Наш ТЦСО наладил сотрудничество с прекрасной художественной студией, которая работает в Государственном выставочном зале «Галерея XXI века». Так что спасибо нашим наставникам. Ну, а итог вы и сами видите! — улыбнулся Юрий.

Примечательно, что уроки живописи он начал брать вместе с супругой Людмилой, которая много лет проработала в отделе пожарной профилактики Московского метрополитена.

— В школьные годы я очень любила рисовать. Даже участвовала в конкурсах юных художников. К моему большому сожалению, рисунки не сохранились. В 90-е годы, когда наступили смутные перестроечные времена, я вечерами брала в руки акварельные краски, чтобы снять стресс и уйти от негативных мыслей. Потом все как-то наладилось. Правда, жизнь пролетела, но мечты остались! Нынешний год подарил всем нам замечательный проект «Московское долголетие». Благодаря ему я познакомилась с удивительными людьми, которые не мыслят свое существование без творчества. Сегодня я счастлива, что влилась в их число! — подчеркнула Людмила, которая с гордостью показала нашему изданию свои яркие и сочные работы.

На открытие экспозиции пришли друзья художественной четы Шестаковых, в их числе Флора Георгиевна и Вячеслав Иванович Суровы, которые тоже решили заняться живописью. Правда, по выражению супругов, «до выставки еще не доросли».

— По образованию я — учитель начальных классов. Потом работала в Академии наук. Муж начинал фрезеровщиком, а закончил свою карьеру в Науч-



Юрий и Людмила Шестаковы



Флора Георгиевна и Вячеслав Иванович Суровы у входа в галерею

**ЗАНЯТИЯ В РАМКАХ ПИЛОТНОГО ПРОЕКТА ПРОХОДЯТ  
ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ, ТВОРЧЕСКИМ И СПОРТИВНЫМ  
НАПРАВЛЕНИЯМ.**



Алена Александровна Борщаговская (справа)



Рисунок гелиевой ручкой Юрия Шестакова



Гуашь Людмилы Шестаковой



Гуашь Наталии Цыганковой



Наталья Феокистовна Цыганкова (в центре), дочь Лариса (слева) и внучка Валерия (справа)

но-исследовательском институте. Сейчас мы вместе посещаем Территориальный центр социального обслуживания «Чертаново», где нас постоянно приглашают на различные мероприятия. Недавно мы побывали в Лужниках, там чествовали столичные супружеские пары, отметившие 50 и более лет совместной жизни. Мы в браке уже 55 лет. Желание рисовать у нас всегда было, но все времени не хватало. Да и нужен был какой-то толчок, которым стало «Московское долголетие». Немаловажное значение имеет также положительный пример наших друзей, которыми мы искренне гордимся! — отметила Флора Георгиевна.

## ПОДАРОК СУДЬБЫ

Немало почитателей творческого таланта и у 70-летней Натальи Феокистовны Цыганковой, которая работала инженером. Ее пришли поддержать дочь Лариса и внучка Валерия.

— Давайте я расскажу о маме, а то сама она стесняется, — улыбнулась дочь Лариса. — Мама у нас никогда в жизни не рисовала. Мы даже не подозревали, что в ней скрывается такой невероятный дар. А сейчас она с таким увлечением говорит о своих занятиях живописью. Кто бы мог подумать, что из старых газет и журналов можно сделать такие замечательные работы.

Моя семья живет отдельно, поэтому мы очень рады, что мама не скучает. А выставка получилась просто замечательной!

Участников творческого смотра пришла поддержать и директор ГБУ ТЦСО «Фили-Давыдково» Лариса Ивановна Карпова.

— Я получила огромное удовольствие от посещения выставки. Не скрою, я просто потрясена увиденным. Это невероятные достижения. Мы с гордостью говорим, что все это создали наши люди. Конечно, для них «Московское долголетие» стало настоящим подарком судьбы. Проект дал им возможность бесплатно реализовать свои мечты. Искренне им завидую. Сама рисовать не умею, но думаю, что и у меня еще все впереди! — отметила Лариса Ивановна, пожелав всем дальнейших творческих успехов.

Также директор от всей души поблагодарила за тесное сотрудничество руководителя ГВЗ «Галерея XXI века», художницу Алену Александровну Борщоговскую, которая выступает в роли наставника. Именно благодаря ей участники проекта мэра Москвы за считанные месяцы сделали такие грандиозные успехи.

Что ж, думаем, «Московское долголетие» еще откроет множество талантов и преподнесет невероятное количество приятных сюрпризов как самим участникам проекта, так и всем москвичам. Так держать!

# ГОРОД ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ

В рамках всероссийского мероприятия «Российская организация высокой социальной эффективности» прошел ежегодный конкурс «Лучший работодатель города Москвы», который проводился по двум группам: «Федеральные номинации» и «Московские номинации».



**М**ероприятие ежегодно проводится Департаментом труда и социальной защиты населения города Москвы. Его цель — вовлечение городских организаций в реализацию программ, направленных на содействие занятости населения, развитие трудовых отношений, повышение социальной ответственности бизнеса и поощрение работодателей, вносящих наибольший вклад в развитие столичного рынка труда.

В этом году на участие в конкурсе было подано около 400 заявок от 260 компаний. Претендовать на звание лучшего работодателя могли организации любой

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

— Мы вместе делаем всё, чтобы Москва развивалась, а её жители чувствовали себя комфортно и счастливо. Труд является важнейшей составляющей в жизни человека, поэтому необходимо, чтобы все руководители в полной мере понимали, что за их спиной стоят люди, и несли за каждого из них персональную ответственность.





формы собственности, отраслевой принадлежности и направления деятельности.

Победителей определяли оргкомитет и экспертная рабочая группа, в состав которых вошли представители столичных и федеральных органов власти, Московской федерации профсоюзов, Московской конфедерации промышленников и предпринимателей (работодателей).

В этом году победителями и призерами конкурса стали 42 организации различных форм собственности.

## ЛУЧШИЕ РАБОТОДАТЕЛИ

В приветственном слове к участникам мероприятия министр Правительства Москвы, руководитель Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимир Петросян подчеркнул, что столица в настоящее время является лидером в вопросах труда и занятости населения. Сегодня в городе самый низкий уровень зарегистрированной безработицы — 0,34%. При этом имеется достаточное количество вакансий.

— Здесь собрались лучшие работодатели, ответственные руководители, которые в полной мере выполняют договорные обязательства перед сотрудниками, ценят свои кадры, обеспечивают людей не только рабочими местами, но и оказывают им социальную поддержку.

Владимир Петросян также отметил, что конкурс важен не только для его участников, но и для города в целом.

По мнению заместителя председателя Московской конфедерации промышленников и предпринимателей Марии Филиновой, сегодня наш город поражает своей



красотой и шармом. И за всем этим стоит огромный труд тысяч людей: строителей, работников столичного жилищно-коммунального хозяйства, социальной сферы, промышленников и многих других.

— Красота столицы зависит от качества выполняемой ими работы. В свою очередь важна атмосфера в трудовом коллективе, которая во многом зависит от неравнодушия работодателей. Именно они формируют деловой климат в Москве, — подчеркнула Мария Вячеславовна.

К собравшимся также обратился председатель Московской федерации профсоюзов Михаил Антонцев, он поздравил и поблагодарил не только победителей, но и всех участников конкурса.

## НЕ ОСТАНАВЛИВАТЬСЯ НА ДОСТИГНУТОМ

Победителем сразу в двух номинациях «За развитие кадрового потенциала среди организаций непроизводственной сферы» (1 место) и «За формирование здорового образа жизни в организациях непроизводственной сферы» (2 место) стал Центр содействия семейному воспитанию «Школа циркового искусства имени Ю.В. Никулина» Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.

Обе награды были вручены директору Школы циркового искусства, заслуженному учителю Российской Федерации Игорю Акопянцу.

— Мы постоянно развиваемся. В этом году появились новые социальные услуги. В учреждении открыли Школу приемных родителей, организовали службу сопровождения приемных семей, а также теперь обучаем цирковому искусству не только своих воспитанников, но и других ребят.

Игорь Ашотович рассказал, что Школа вошла в пилотный проект «Московское долголетие». Люди старшего поколения активно занимаются хореографией, гимнастикой, жонглированием.

— Примечательно, что наши воспитанники принимают участие в «Московском долголетии» в качестве волонтеров, они дают мастер-классы для его участников. Также мы разработали свой проект социоцирка, который очень востребован людьми старшего поколения. Они с удовольствием изучают различные цирковые премудрости. Такие уроки проходят на одном сплошном позитиве! — отметил Игорь Акопянц.

Центр социальной помощи семьям и детям «Диалог» также был отмечен в двух номинациях — «Малая организация высокой социальной эффективности» (1 место) и «За предоставление рабочих мест для трудоустройства молодежи и лиц с ограниченными возможностями в организациях города» (3 место).

По словам директора Центра Светланы Маевой, социальная сфера в Москве развивается семимильными шагами. Это касается и ЦСПСиД «Диалог».

— Самое важное в нашей работе — благополучие московских семей. Все наши усилия направлены на помощь нуждающимся семьям с детьми. Сейчас мы охватываем 8 районов города, где проживает почти 800 тысяч человек. А это свыше 40 тысяч семей льготных категорий. Мы помогаем и сложным семьям, и тем,

**В ЭТОМ ГОДУ НА УЧАСТИЕ В КОНКУРСЕ БЫЛО ПОДАНО  
ОКОЛО 400 ЗАЯВОК. ПОБЕДИТЕЛЯМИ И ПРИЗЕРАМИ  
КОНКУРСА СТАЛИ 42 ОРГАНИЗАЦИИ РАЗЛИЧНЫХ ФОРМ  
СОБСТВЕННОСТИ.**



Директор ЦССВ «Школа циркового искусства имени Ю.В. Никулина» И.А. Акопянц с коллегами

## В СТОЛИЦЕ САМЫЙ НИЗКИЙ УРОВЕНЬ ЗАРЕГИСТРИРОВАННОЙ БЕЗРАБОТИЦЫ – 0,34 %. ПРИ ЭТОМ ИМЕЕТСЯ ДОСТАТОЧНОЕ КОЛИЧЕСТВО ВАКАНСИЙ.



Сотрудники ЦСПСиД «Диалог»

кто оказался в трудной жизненной ситуации. Огромное значение имеет профилактическая работа.

Светлана Владимировна также отметила, что в числе сотрудников Центра есть люди с инвалидностью, в том числе имеющие диагноз ДЦП.

— У нас дружный и молодой коллектив. Примерно 50 процентов — молодежь. Ребята очень интересные, целеустремленные, многие окончили Колледж по подготовке социальных работников, а также Российский государственный социальный университет. В прошлом году мы стали победителями в номинации «Социальное партнерство». Уверена, с такой командой будем и дальше побеждать! — улыбнулась Светлана Владимировна, которую мы также поздравили с победой. Так держать!

Проведение конкурса — это возможность для организаций продемонстрировать активную внутрикорпоративную политику, достижения в работе с персоналом, улучшении условий и охраны труда, развитии социального партнерства, формировании здорового образа жизни и др. Поздравляем победителей и призеров конкурса, желаем и в будущем не снижать высокую планку своей работы и социальной ответственности!



# МАРАФОН ПЕРЕГОВОРОВ

В столице состоялось первое масштабное мероприятие нового уникального формата в сфере трудоустройства «День ассесментов в Москве — Марафон переговоров о трудоустройстве».



Организаторами этого необычного мероприятия выступило Государственное бюджетное учреждение города Москвы «Женский деловой Центр» при поддержке столичного Департамента труда и социальной защиты населения.

В «Дне ассесментов в Москве — Марафоне переговоров о трудоустройстве» приняли участие более 30 крупных работодателей, больше половины из них входят в ТОП-200 работодателей России.

## ИННОВАЦИОННОЕ МЕРОПРИЯТИЕ

В ходе мероприятия действовали 32 центра оценки, на которых работодатели определяли компетенции и навыки соискателей с помощью тестирования, интервьюирования, решения ситуационных кейсов и командных заданий.

— День ассесментов в Москве — для работодателя это отличная возможность встретить новых интересных людей, обменяться знаниями, получить необходимый опыт и, безусловно, найти нужных сотрудников в свой дружный коллектив. Сегодня к нам пришли более 20 соискателей, — прокомментировала ситуацию специалист по подбору персонала «Кидзани» Ольга Платонова.

Онлайн-собеседования проходили в двух разных форматах. Первый: работодатель на мероприятии — соискатели удаленно на удобной для них площадке. Такой формат собеседования был организован для женщин, находящихся в отпуске по уходу за ребенком, и людей с ограниченными возможностями здоровья. Второй: соискатели на мероприятии — работодатель удаленно. К онлайн-собеседованиям «подключились» 15 кандидатов, их провел call-центр Wistream.



— День ассесментов в Москве — это инновационное мероприятие во всех смыслах. Основной плюс в том, что была представлена именно та целевая аудитория, которая нам интересна, так как вакансии университета имеют определённую специфику и закрыть их довольно сложно, — оценила мероприятие заместитель начальника управления персоналом Высшей школы экономики Евгения Меркулова.

## РАБОТА ДЛЯ ТЕХ, КОМУ ЗА 50

Отдельный центр оценки работал с соискателями на вакансию «комплектовщик бортового питания», в том числе для граждан в возрасте 50+. Надо отметить, что процент подходящих кандидатов из этой категории оказался достаточно высоким — около 80%.

Всего работодателями было заявлено более 1000 вакансий. Особой популярностью пользовались: «специалист по оказанию государственных услуг», «бухгалтер», «персональный ассистент», «начальник отдела подбора персонала», «пресс-секретарь», «комплектовщик», «упаковщик», «администратор», «инспектор», «кассир», «работник торгового зала», «водитель», «инспектор по досмотру пассажиров и багажа», «диспетчер».

— Увидел рекламу в Интернете, зашел на официальный сайт мероприятия и решил попробовать свои

силы, оставил заявку. Со мной связался профконсультант Женского делового Центра, провел мини-собеседование и позвал на мероприятие. Сегодня у меня уже есть одно предложение от аэропорта «Домодедово». Больше бы таких мероприятий, — считает участник Дня ассесментов Виктор Егоров.

Марафон переговоров о трудоустройстве продолжался до пяти часов. Все это время работала зона коворкингов «Р.А.Б.О.Т.А» — 6 вместительных аудиторий, где кандидаты на вакансии вместе с карьерными коучами редактировали свои резюме, готовились к самопрезентации, определялись с выбором будущей профессии, получали юридическую консультацию, строили карьерный путь. Самой главной зоной в этой линии стал коворкинг «Предассесмент». Именно

### Директор Женского делового Центра Наталья Филимонова:

— Для тех, кто не смог прийти, мы организовали онлайн-собеседования с работодателем. Это очень удобно для мам, находящихся в отпуске по уходу за ребенком, и людей с ограниченными возможностями здоровья. Мы ведь Женский деловой Центр и хорошо понимаем потребность мам с маленькими детьми.



**СПРАВОЧНО**

Женский деловой Центр, помимо содействия занятости населения, осуществляет дополнительное профессиональное образование женщин, находящихся в отпуске по уходу за ребенком до трех лет, реализует мероприятия по поддержке и развитию предпринимательства.

## ДЕНЬ АССЕССМЕНТОВ В МОСКВЕ – ОТЛИЧНАЯ ВОЗМОЖНОСТЬ ДЛЯ РАБОТОДАТЕЛЯ ВСТРЕТИТЬ НОВЫХ ИНТЕРЕСНЫХ ЛЮДЕЙ, ОБМЕНЯТЬСЯ ЗНАНИЯМИ И НАЙТИ НУЖНЫХ СОТРУДНИКОВ В СВОЙ ДРУЖНЫЙ КОЛЛЕКТИВ.



здесь соискателям, пришедшим без предварительной регистрации на сайте мероприятия, помогли определиться, к кому из работодателей идти, подбирали вакансии, максимально подходящие под их компетенции. Через эту зону прошли более 200 человек.

### ПОВЫШЕНИЕ ТРУДОВОЙ МОТИВАЦИИ

Участники мероприятия смогли правильно научиться ставить профессиональные цели, посетив мастер-класс «Повышение трудовой мотивации». Провела его бизнес-тренер, методолог по разработке систем дистанционного обучения в крупных компаниях Ирина Золотова.

— Во время ситуационных кейсов, которые проходили кандидаты в течение мастер-класса, выявлялось их огромное желание выйти на работу уже завтра, но в какой конкретно профессиональной сфере им бы хотелось совершенствоваться, многим было сложно ответить. Именно поэтому такие мероприятия, тренинги и мастер-классы актуальны для людей, ищущих работу. Они, прежде всего, помогают правильно поставить цель и идти к ней, — дала свою экспертную оценку Ирина.

После работы в центрах оценки всех работодателей ждал еще один мастер-класс от Марины Симоновой,

эксперта по теме Agile в продажах в России, международного спикера, чья методика признана в США, Германии, Великобритании и Австралии. Она презентовала новую технологию мотивации сотрудников, позволяющую сплотить команду профессионалов для реализации новых проектов.

Закончилось мероприятие награждением работодателей памятным подарками. А шесть соискателей ушли с сертификатами на персональную консультацию от карьерных коучей, которыми они были награждены за участие в онлайн-конкурсе.

Всего мероприятие посетили более 600 человек. Предложения о работе получили чуть более 50% соискателей, пришедших в этот день на марафон переговоров о трудоустройстве, и это хороший итог для одного дня работы центров оценки.

#### Полезная информация:

Женский деловой Центр  
**Адрес:** Москва, Каширское шоссе, 148, корп.2  
**Телефоны:** 8(499)782-78-08, 8(499) 782-77-68  
<http://www.wbcenter.ru/>



## ВЫХОД ЕСТЬ ВСЕГДА

Трудности — слово, знакомое всем и каждому. На протяжении жизни люди сталкиваются со множеством проблем, требующих своевременного решения. Но зачастую человек не может справиться с ними в одиночку: ему просто необходима поддержка. Особенно это касается жителей мегаполиса. Поэтому в Москве работают специализированные службы психологической помощи. Одно из таких столичных учреждений в этом году отмечает свое пятнадцатилетие.

**М**осковская служба психологической помощи населению начала работу в 2003 году. И за время ее существования специалисты службы не раз доказывали на практике, что неразрешимых задач не существует. О том, как работает МСППН и что необходимо сделать, чтобы преодолеть жизненные невзгоды, рассказали на пресс-конференции, состоявшейся накануне Международного дня психического здоровья.

### СВОЕВРЕМЕННОЕ РЕШЕНИЕ

Спикерами на мероприятии выступили директор Московской службы психологической помощи населению Нина Алексеевна Петроченко, заместитель директора Иннокентий Валерьевич Постников и руководитель филиала «Телефон неотложной психологической помощи-051» Любовь Александровна Терневская.

— Московская служба психологической помощи населению — крупнейший в России профильный



## НАИБОЛЬШЕЕ КОЛИЧЕСТВО ОБРАЩЕНИЙ СВЯЗАНО С ДЕФИЦИТОМ ОБЩЕНИЯ – 29 %, ПРОБЛЕМАМИ ЗДОРОВЬЯ – 21 %, СЕМЕЙНЫМИ И СУПРУЖЕСКИМИ ВЗАИМООТНОШЕНИЯМИ – 10 %.



центр практической психологии, — отметила директор организации Нина Алексеевна. — За время существования службы к нам обратились около 700 тысяч москвичей, которые получили более миллиона различных услуг. К ним относятся психологическая консультация, диагностика, тренинги и многое другое. Проблемы, с которыми к нам обращается население, касаются чаще всего личных, семейных и детско-родительских отношений. В 2018 году большое количество консультаций было проведено по вопросам депрессии.

Справиться со стрессом порой, действительно, нелегко. Однако специалисты Московской службы психологической помощи эту проблему готовы решать. Для этого в учреждении проводятся различные реабилитационные программы. Это музыка-, арома-, гидротерапия и многое другое. При этом человека обязательно проконсультирует специалист, подсказав, на что стоит обратить особое внимание. При необходимости консультации могут дополняться различными тренингами и занятиями в группах. Так, для каждого обратившегося в службу в течение года бесплатно предоставляются пять психологических консультаций, два сеанса диагностики, два посещения психотерапевта, три тренинговые программы и восемь сеансов психологической реабилитации. Все эти услуги включают в себя своевременное решение даже самых сложных жизненных ситуаций. Филиалы учреждения находятся во всех административных округах города.



В структуру службы входит «Телефон неотложной психологической помощи для жителей столицы-051». Это многоканальный телефон, работающий круглосуточно. Звонки могут осуществляться и с мобильного телефона. Поэтому специалисты службы всегда на связи и готовы своевременно помочь москвичам в решении их проблем.

### ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ

Сегодня в МСППН проводится ряд уникальных программ в различных сферах взаимоотношений. К ним относятся: «Школа будущих мам», «Школа приемных родителей», «Школа психологических знаний», а также психологические клубы и тренинги. Все эти занятия помогают москвичам адаптироваться к различным жизненным ситуациям, принять обстоятельства или изменить их к лучшему.

Помимо уже реализуемых программ, проведен ряд структурных изменений в работе МСППН. Так, за последний год в учреждении значительно сократилось время ожидания услуг, была введена открытая запись на психологическую реабилитацию, запущены новые формы интерактивного взаимодействия с горожанами — вебинары.

— Также мы ведем активную работу со Школой счастливой семейной жизни, — отметила Нина Алексеевна Петроченко. — И наш опыт показывает, что своевременная помощь психологов в большинстве случаев помогает перейти на новый уровень взаимоотношений и сохранить семью.

## НА СЕГОДНЯШНИЙ ДЕНЬ СПЕЦИАЛИСТАМИ МСППН ДЛЯ ГРАЖДАН СТАРШЕГО ВОЗРАСТА РЕАЛИЗУЮТСЯ 80 ПСИХОПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ ПРОГРАММ ПО 11 НАПРАВЛЕНИЯМ.



Нина Алексеевна особо отметила необходимость психологической реабилитации представителей старшего поколения. По ее словам, в этом процессе важную роль играет проект «Московское долголетие», позволяющий людям пенсионного возраста отвлечься от повседневных забот, почувствовать себя нужными и востребованными.

— В этом заслуга Правительства Москвы, которое уделяет большое внимание социальным вопросам. Ведь психологическое здоровье каждого человека дает возможность обеспечить благополучие всего города. Этот фактор также зависит от того, что проблемы у нас не замалчиваются, а решаются, — подчеркнула директор МСППН.

### РАЗРУШАЯ СТЕРЕОТИПЫ

По словам специалистов Московской службы психологической помощи населению, одна из основных проблем жителей столицы заключается в существующих стереотипах. Например, человек считает проявлением слабости обращение к психологу. Хотя психолог — это лишь инструмент, помогающий жителю мегаполиса выйти из трудной ситуации самостоятельно, считает заместитель директора службы Иннокентий Валерьевич Постников.

— Главное, чтобы москвичи знали, куда можно обратиться, и не боялись этого делать, — говорит он. — Это особенно важно, когда человек находится в стрессе. Ведь в таком состоянии он как пловец: один раз выплыл, второй раз, а на остальные у него уже не осталось сил. В этом случае не нужно паниковать, надо

идти и обращаться к специалисту, который объяснит, что стресс — это нормальная реакция организма.

Большое количество обращений связано с возникновением у человека различных страхов и депрессивных состояний. Количество звонков, например, увеличивается в начале и конце учебного года, во время продолжительных новогодних праздников и зачастую носит сезонный характер. Но, как отмечают специалисты, главным для решения любой возникшей проблемы является желание самого человека.

— Мы работаем с людьми, готовыми разобраться в ситуации, наладить свое эмоциональное состояние и настроиться на дальнейшую работу над собой, — объясняет Иннокентий Валерьевич. — Задача психолога состоит в том, чтобы помочь гражданину найти в себе ресурсы самому справиться с возникшими трудностями. Иногда людям просто не хватает уверенности. А чтобы поверить в свои силы, человеку нужно изменить отношение к себе, ситуации или окружающим. Зачастую эти изменения происходят не без помощи психолога, после общения с которым человек обретает надежду и начинает по-другому воспринимать действительность.

#### Полезная информация:

ГБУ МСППН

Отдел экстренной психологической помощи

Телефон: **8 (499) 177-34-94**

Неотложная психологическая помощь

Телефон: **051** (с мобильного — **8 (495) 051**)



## С ВДОХНОВЕНИЕМ И ОТ ДУШИ

В один из солнечных осенних дней у жителей столицы появилась прекрасная возможность посмотреть, потрогать и даже купить творческие работы, над которыми трудились представители старшего поколения. В Южном административном округе в рамках проекта «Московское долголетие» при содействии Музея русского искусства и галереи «ТНК Арт» состоялся первый аукцион произведений современного искусства.

Участники проекта мэра Москвы, выбравшие творческое направление занятий, представили присутствующим различные произведения живописи и художественно-прикладного искусства: от полноформатных полотен до арт-объектов и элементов домашнего декора. Всего на аукционе было выставлено 36 работ от 12 участников «Московского долголетия» из ЮАО. Торги проводил профессиональный аукционист Евгений Трипольский.

Организатором мероприятия стало Управление социальной защиты населения Южного административного округа при поддержке Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.

### РУЧНАЯ РАБОТА

Чтобы принять участие в аукционе, гостям мероприятия необходимо было лишь поднять руку. И все по-настоящему: ведущий считает до трех, бьет в гонг

## НА ПЕРВОМ АУКЦИОНЕ ПРОИЗВЕДЕНИЙ СОВРЕМЕННОГО ИСКУССТВА 12 УЧАСТНИКОВ ПРОЕКТА «МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ» ПРЕДСТАВИЛИ 36 ТВОРЧЕСКИХ РАБОТ.

и передает заветный лот его новому обладателю. Так, желающих приобрести необычные изделия, бережно и с любовью сделанные представителями старшего поколения, оказалось множество. Каждый из них хотел унести с собой частичку прекрасного творчества, в тому же выполненного в единственном экземпляре. От лотов аукциона невозможно было отвести глаз. Взгляд непроизвольно останавливался на ярких картинах, необычных фотографиях, тряпчных куклах, деревянных рунах, керамических флягах, вышивке и многом другом. Участники мероприятия не боялись повышать цену при торгах, ведь отдавать понравившийся предмет конкуренту по аукциону не хотел никто. Так, самым дорогостоящим проданным лотом стала самодельная кукла «Ведьмочка», которая обошлась новой обладательнице Евгении Скуратовой в 5 тысяч рублей.

— Мне понравилась эта кукла ручной работы, и я решила бороться за нее до конца. Конечно, были люди, которые тоже хотели ее купить, но решили уступить мне, — рассказывает Евгения. — Наверное, я бы и больше за нее заплатила, такой сильный тогда был азарт. Я решила, что подарю куклу своей племяннице на день рождения. Вот даже подарочный пакетик уже приготовила. Спасибо организаторам, мероприятие получилось, действительно, очень зрелищным и интересным. А самое главное — оно помогает поддержать представителей старшего поколения, которые хотят реализовать свой творческий потенциал. Я уверена, что такой аукцион — это не только материальная поддержка наших пенсионеров, но и массовое привлечение внимания к их творчеству.

Такого же мнения придерживается другой участник аукциона депутат муниципального собрания района Бирюлево Восточное Харис Ильясов. Он удивил всех гостей мероприятия своей настойчивостью. Ведь Харис Нябиуллович не только не уступал своим конкурентам на торгах, но и приобрёл три прекрасных лота: картину, фотографию и декоративную бытылочку.

— Я не мог не поддержать наших рукодельниц на этом мероприятии. Так, покупая какой-нибудь лот на аукционе, мы помогаем им поверить в себя и свои таланты. Мы хотим, чтобы они продолжали развивать свои способности и удивлять нас новыми работами, — говорит Харис Нябиуллович. — Поэтому, например, картину из лент «Весеннее настроение», которую я сегодня купил, повешу на самое почетное место



## ПОКУПАЯ КАКОЙ-НИБУДЬ ЛОТ НА АУКЦИОНЕ, МЫ ПОМОГАЕМ АВТОРАМ РАБОТ ПОВЕРИТЬ В СЕБЯ И СВОИ ТАЛАНТЫ.



Новый обладатель картины «Весеннее настроение» Харис Ильясов и ее автор — Зоя Ивановна Горбань

в доме. Ведь ее ценность в том, что она сделана руками представителей старшего поколения.

### ВЕСЕННЕЕ НАСТРОЕНИЕ

Услышав такие слова, в ряду участников аукциона улыбнулась одна из женщин. Ей оказалась не просто гость мероприятия, а автор той самой картины Зоя Ивановна Горбань.

— Это первый аукцион в моей жизни, и от него у меня остались самые положительные впечатления, — сообщила она. — Было здорово, правда, немного волнительно. Когда на торгах оказалась моя картина из лент, я стала задаваться вопросами: интересно ли людям мое творчество? нужно ли оно или нравится только мне? Цветы на картине «Весеннее настроение» называются космея, их я делала около недели. Плетение из лент — очень интересное и увлекательное занятие.

Зоя Ивановна — мастер уже профессиональный. Она не только сама занимается вышивкой лентами, но и преподает это искусство в своем районе. На аукционе

мастерица выставила две картины, и все они нашли своих покупателей. Ведь, по словам Зои Ивановны, эти творения были сделаны с вдохновением и от души.

Такой критерий отличал работы и других авторов на аукционе. В каждом изделии прослеживалась особая аккуратность и структурность исполнения. Ни одна лишняя деталь не отвлекала зрителя от красоты изделий. Поэтому с торгов ушли почти все представленные работы. Каждый в этот день пообещал себе обязательно посетить следующий аукцион и выбрать вещь, которая будет радовать его долгие годы.

#### СПРАВКА

Проект мэра Москвы «Московское долголетие» стартовал в марте этого года. На сегодняшний день около 150 тысяч горожан уже записались на бесплатные занятия. На выбор — скандинавская ходьба, гимнастика, танцы, компьютерные и языковые курсы, творческие занятия и другие уроки.

# БЕЗУСЛОВНЫЙ ПРИОРИТЕТ

В 2018 году Правительство Москвы реализовало ряд мероприятий по расширению спектра мер и увеличению объемов социальной поддержки инвалидов. В городе увеличен размер ряда социальных выплат, усилена адресная помощь, модернизируются и открываются новые учреждения. Так, два года назад центру комплексной реабилитации инвалидов «Бутово» была предоставлена обширная площадка, которая начала работу уже в этом году.



**Н**овый центр реабилитации создан по инициативе общественных организаций инвалидов для оказания услуг детям и молодым людям с ограниченными возможностями здоровья, проживающим на территории Юго-Западного административного округа. При необходимости в учреждение могут обратиться за помощью жители и других

округов столицы. Инициативу создания комплекса реабилитации инвалидов поддержал мэр Москвы. После проведения ремонтных работ, благоустройства территории и модернизации оборудования Центр распахнул свои двери для первых пациентов в обновленном здании по адресу: улица Поляны, дом № 42.

## ДЛЯ БОЛЬШИХ И МАЛЕНЬКИХ

Знакомство с учреждением для тех, кто получает здесь услуги, начинается, как правило, с прохождения диагностики. Далее врач составляет индивидуальный курс реабилитации, определяя необходимые для человека занятия и процедуры. В их перечень могут быть включены как ЛФК, плавание, массаж, так и занятия на специальных тренажерах, гало- и магнитотерапия. Физиоблок предусматривает посещение кабинетов электросна, тепло- и электролечения, ингалятория, а бальнеоблок — гидромассажные и иммерсионные ванны.

Центр включает в себя отделения диагностики и разработки планов реабилитации, мониторинга и прогнозирования, ранней помощи, психолого-педагогической помощи и социальной адаптации, социокультурной, профессиональной, а также адаптивной реабилитации. Кроме того, здесь имеется отделение стационарного обслуживания на 82 места и дневной стационар на 30 мест. Все услуги учреждение предоставляет своим клиентам бесплатно.

Занятия в Центре направлены на реабилитацию людей с ограниченными возможностями здоровья в возрасте от 0 до 35 лет. Маленькие посетители учреждения также занимаются с логопедом, дефектологом и психологом. Опытные специалисты помогают им в постановке правильной речи, улучшении моторики рук, развитии творческих способностей и талантов. Вместе с психологами дети проходят курс социализации и налаживают свое первое общение со сверстниками. В учреждении также работают нейропсихологи, которые помогают маленьким пациентам улучшить их сенсорные ощущения.

## УМНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Для эффективной реабилитации все кабинеты Центра оснащены специальным оборудованием. Так, комната Монтессори предназначена для отработки определенных навыков, обучения детей основам



### Директор центра комплексной реабилитации инвалидов «Бутово» Наталья Валерьевна Фролова:

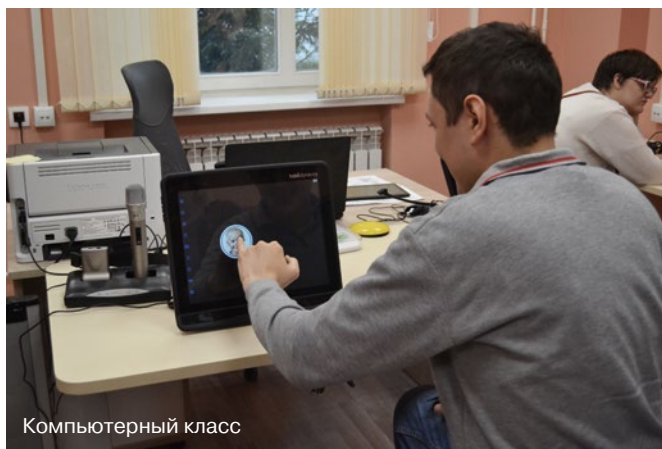
— Уникальность нашего учреждения состоит в том, что мы принимаем людей с ограниченными возможностями здоровья вне зависимости от их заболевания. Ведь наша цель — адаптировать детей и взрослых с особенностями развития к самостоятельной жизни. И очень важным при этом является поддержка семьи.

математики, чтения, письма и так далее. Для этого на сенсорных экранах высвечиваются различные задания, которые ребенок выполняет под руководством специалиста.





«Умный зал»



Компьютерный класс



Гончарная мастерская

### СПРАВКА

Современные реабилитационные центры создаются в каждом административном округе Москвы. В настоящий момент на территории города работают 11 таких учреждений. В 2019 году планируется открыть новый реабилитационный центр в Западном административном округе. Кроме того, функционируют восемь реабилитационно-образовательных учреждений и 97 реабилитационных отделений (38 из них для детей с ограничениями по здоровью).

Уникальным открытием Центра стала система «Умный зал». В оборудованной комнате находится специальная беговая дорожка и большой экран, на котором отображаются все действия шагающего человека. Так дети и взрослые с ограниченными возможностями здоровья могут не только пройти по улицам города, но и воспользоваться общественным транспортом, перейти по пешеходному переходу и даже виртуально совершить покупки в супермаркете.

— «Умный зал» — это система, помогающая ребятам с нарушениями опорно-двигательного аппарата адаптироваться в различных ситуациях. Она тренирует у них память, внимание, способность реагировать на звуки, опознавать объекты и своевременно выполнять необходимые задания. Для ребят с нарушениями мозговой деятельности такая система — это также и разработка двигательного аппарата, — отметил медицинский психолог Центра Николай Киселев.

Еще одним кабинетом, имеющим высокотехнологическое оборудование, является компьютерный класс. Там посетители Центра учатся работе с девайсами посредством уникальных приборов. Так, человек с нарушенной функциональностью рук может открыть программу при помощи ладони, зубов и даже взгляда. Необычные приборы находятся и в залах отделения адаптивной реабилитации. Это специальные костюмы «Атлант», поддерживающие малоподвижного человека при ходьбе, иммерсионная ванна, имитирующая состояние невесомости.

## ТВОРЧЕСКИЙ ПОДХОД

Помимо восстановления и развития физических функций организма, занятия в Центре предполагают помощь детям и взрослым с ограниченными возможностями здоровья приспособиться к быту. Вместе со специалистами они учатся готовить, ремонтировать, стирать, использовать различные предметы обихода и многое другое. Наряду с этим пациенты Центра имеют возможность реализовать и свои творческие способности.

В учреждении дети и взрослые с ограничениями по здоровью занимаются рисованием, бисероплетением, лепкой, пением и т.д. С ранних лет дети могут научиться играть на различных музыкальных инструментах, что помогает восстановить способность различать звуки и развить музыкальный слух. Иногда занятия так нравятся детям, что они начинают танцевать. К примеру, маленькая Варя, несмотря на физические особенности, демонстрирует удивительный танец, заряжая окружающих своим позитивным настроением.

— Творчество позволяет нашим ребятам забыть об ограничениях здоровья. Ведь, занимаясь каким-



## СОЦИАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА ИНВАЛИДОВ – БЕЗУСЛОВНЫЙ ПРИОРИТЕТ ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ.

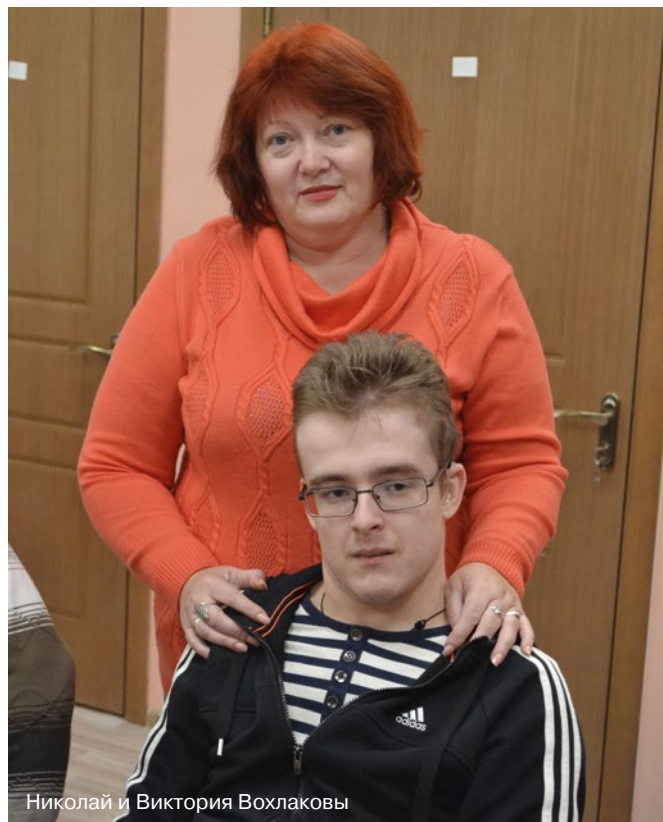
либо интересным делом, они разрабатывают кисти рук и пальчики, — отмечает заведующая отделением психолого-педагогической помощи и социальной адаптации Центра Жанна Кудрявцева. — И даже дети с немобильными ручками начинают клеить, рисовать и лепить невероятные поделки, иногда очень сложные.

Многие посетители Центра занимаются в учреждении уже не первый год. Еще до переезда в новое здание на базе учреждения они проходили реабилитацию. За это время смогли раскрыть и развить свои таланты и способности, завоевать множество грамот и медалей. Эти успехи стали для них настоящим стимулом. И сегодня ребята не только делают что-то для себя, но и стараются быть полезными для своих друзей и близких. Так, в гончарной мастерской они самостоятельно изготавливают подарки, а в кабинете пошива создают настоящие костюмы для юных артистов театрального кружка Центра.

Пока одни трудятся за швейными машинами, другие применяют свои таланты в соседнем кабинете — типографии. Здесь дети и взрослые работают над созданием календарей и обложек с изображением удивительно красивых пейзажей. Над одной из таких работ кропотливо трудится Николай. Вместе с мамой он посещает реабилитационные занятия в учреждении уже много лет.

— Можно сказать, Коля вырос в этом Центре. Здесь все дружат — и взрослые, и дети. Чувствуем себя как дома: и дни рождения тут празднуем, и общаемся. В Центре все такое камерное, родное, наше, — говорит мама мальчика Виктория Вохлакова. — Очень рады, что теперь у нашего учреждения появилось больше возможностей для реализации различных программ и идей. Ведь все они только нам на пользу. Как прекрасно, что можно заниматься здесь тем, что нравится и доставляет ребенку радость.

Кроме того, в ЦКРИ «Бутово» открыты сенсорно-динамический зал «Дом совы» для коррекционно-развивающих занятий с детьми, которые имеют расстройства аутистического спектра. Оснащение учреждения позволяет проводить здесь реабилитацию с использованием животных — иппотерапию и канистерапию. Все это, как и многое другое, способствует достижению и поддержанию стойких результатов по улучшению здоровья и социальной адаптации людей с инвалидностью. Ежегодно в Центре смогут проходить социальную реабилитацию более 2500 человек.



Николай и Виктория Вохлаковы



### Полезная информация:

Адреса:

Москва, ул. Изюмская, д. 47,

Москва, ул. Южнобутовская, д. 25,

Москва, улица Поляны, д. 42.

Телефон горячей линии: 8(499)743-47-90.

E-mail: [csrbutovo@mos.ru](mailto:csrbutovo@mos.ru)

# УДИВИТЕЛЬНЫЙ МИР СОЦИОЦИРКА

Цирк — это искусство, которое делает нас добрее и дарит нам самые незабываемые впечатления. Это безоговорочно доказали участники первого открытого фестиваля «Социоцирк», проведение которого направлено на развитие творческой активности детей-сирот и с особенностями развития, детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, подростков и людей старшего возраста.



**Т**акое уникальное мероприятие объединило все поколения москвичей. Ведь под одной крышей Школы циркового искусства собрались не только ее ученики и педагоги, но также воспитанники столичных центров содействия семейному воспитанию и участники проекта «Московское долголетие».

## ДЛЯ ВСЕХ ПОКОЛЕНИЙ

Как отметил директор Школы циркового искусства имени Ю.В. Никулина Игорь Ашотович Акопянц, фестиваль «Социоцирк» — это площадка для общения всех поколений москвичей, что особенно необходимо ребятам, оставшимся без попечения родителей.

— Такие дети очень нуждаются во внимании, в том, чтобы окружающие проявляли интерес к их талантам. Они готовы делиться своим искусством с миром, а ведь то, что они делают в цирке, действительно, уникально, — подчеркнул Игорь Ашотович. — Помимо ребят, у нас занимаются участники «Московского долголетия», для которых такой фестиваль — еще одна возможность поделиться своим творчеством с окружающими. Очень важно, что ветераны цирка, закончившие свою трудовую деятельность, приходят к нам, делятся своим опытом с подрастающим поколением. Поэтому цель нашего фестиваля — объединить поколения и зарядить москвичей положительными эмоциями.

Каждый участник фестиваля в этот день смог открыть для себя новый, неизведанный мир циркового искусства. Гости мероприятия не только видели настоящие чудеса, но и пробовали сотворить волшебство самостоятельно. Ведь фестиваль прошел в формате театрализованного циркового праздника. Так, для детей и взрослых были организованы творческие мастер-классы по жонглированию, хореографии, иллюзии и фокусам. Разделившись на группы, они отвечали на сложные вопросы о цирковом искусстве, развязывали самые запутанные узелки и танцевали, как настоящие мастера. Ведь в этом им помогали профессиональные артисты цирка.

## СОТВОРИТЬ ВОЛШЕБСТВО

После увлекательных мастер-классов всех гостей фестиваля ожидала концертная программа с выступлениями воспитанников Школы циркового искусства. На манеж выходили акробаты, воздушные гимнасты, жонглеры, появился даже клоун Тоша, чтобы удивить зрителей своими фокусами. Каждый номер программы представлял собой настоящее чудо, захватывавшее дух не только у детей, но и у взрослых. Выступления настолько поражали зрителей, что от удивления они порой забывали аплодировать. Но все овации вернулись артистам сполна, когда дело дошло до танцев. На сцене появились участники «Московского долголетия» с зажигательной риторикой. Их выступление стало настоящей вишенкой на воображаемом торте этого праздничного дня.

— Мы занимаемся балльно-историческими танцами в Школе циркового искусства, — рассказывает одна из участниц «Московского долголетия» Галина Гергерт. — Поэтому нам много репетиций не понадобилось. Тем более это не так сложно, как цирковые выступления.

По словам Галины, помимо танцев, она занимается пением, рисованием и игрой на гитаре. «Вот что значит активное долголетие: во всем участвовать, общаться, а не лежать на диване напротив телевизора», — подчеркивает женщина.



**Участница проекта «Московское долголетие» из ТЦСО «Кузьминки» Елена Догарь:**  
— Цирковое искусство зажигает звезды, а «Социоцирк» делает из них созвездия.



## СИМВОЛ ДРУЖБЫ И НАСТОЯЩЕГО ИСКУССТВА

Такого стремления к активному времяпрепровождению в этот день придерживались все участники фестиваля. В завершение праздника они организовали уникальный флешмоб, в котором объединились танец и цирк. Около 200 человек одновременно вышли на манеж, чтобы вместе исполнить необходимые движения. Самому младшему танцору вот-вот исполнится 2 года, но он уже с удовольствием осматривал цирковой инвентарь. Не исключено, что это — будущая цирковая звездочка!

А вот двенадцатилетняя Алина уже нашла увлечение по душе. Она занимается в учреждении чуть больше месяца, но чувствует себя настоящим профессионалом.

— Я катаюсь на одноколесном велосипеде без руля, — рассказывает Алина. — Это называется эквилибр. Сначала мне было сложно и даже страшно, но теперь начинает получаться и мне очень нравится заниматься этим направлением.

Помимо эквилибра, в Школе циркового искусства ребята постигают искусство акробатики и воздушной гимнастики, крутят хула-хупы, жонглируют, танцуют и т.д.

Также все желающие могли задать ученикам и педагогам учреждения интересующие их вопросы, узнать много полезного и интересного.



Каждый участник праздника получил в этот день новые знания, заряд положительных эмоций и ярких впечатлений от праздника. А в финале мероприятия все они могли забрать с собой заслуженные именные сертификаты и памятные значки, которые навсегда останутся для них символом дружбы, общения и настоящего погружения в удивительный мир циркового искусства.

#### СПРАВКА

Фестиваль «Социоцирк» — это уникальный проект для развития творческих способностей детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.



# САМЫЙ ВАЖНЫЙ ЖИТЕЛЬ

Иногда кажется, что наша жизнь — самое непредсказуемое явление всех времен и народов. Она то преподносит нам неожиданные сюрпризы, то впивается в нас колкими разочарованиями. А повороты судьбы иногда бывают настолько резкими, что не известно, к чему этот дрейфт, в конце концов, приведет. К счастью, в столице существуют учреждения социального обслуживания, специалисты которых всегда готовы прийти на помощь в трудной ситуации.



**К**ак правило, поддержка в первую очередь требуется людям с ограниченными возможностями здоровья, детям и представителям старшего поколения. Последним решение той или иной проблемы дается нелегко, ведь зачастую пенсионеры менее адаптивны в обществе. В пожилом возрасте круг интересов человека часто кардинально меняется, и ему становится сложно найти единомышленников. И даже среди друзей они могут чувствовать себя одиноко. К тому же с годами многие теряют родных и близких. В таком случае выходом из сложной ситуации может стать переезд в стационарное учреждение системы социальной защиты города.

В пансионатах для ветеранов войны и труда специалисты оказывают представителям старшего поколе-

ния и людям с инвалидностью не только медицинскую и психологическую помощь, но и создают условия для их самореализации. Ветераны имеют возможность выбрать себе занятия по душе и сохранить активность на долгие годы.

## **Заместитель директора по социальной работе ПВТ № 1 Мария Александровна Мовчан:**

— Валерию Никаноровичу всегда присуща активная жизненная позиция. Каждый день его жизни — это кропотливая работа над собой, над миром и окружающей действительностью. Он — пример для каждого из нас.

## УНИКАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ ЖИЗНИ

В Пансионате для ветеранов труда № 1 выбор активностей довольно велик. Его жители поют, танцуют, выезжают на экскурсии, рисуют, пишут стихи, изучают иностранные языки, основы компьютерной грамотности и многое другое. У них даже выходит свое маленькое СМИ — газета под названием «Достойная жизнь». А в роли заместителя главного редактора в этом издании трудится человек, которого в пансионате прозвали «самым важным жителем».

Строгий костюм, галстук в тон и едва заметная, легкая улыбка. Среди остальных жильцов пансионата Валерий Никанорович Швец кажется серьезным и требовательным начальником. Многие посетители часто принимают его за одного из руководителей учреждения. Он, и правда, руководитель общественного объединения. Валерий Никанорович — председатель Совета ветеранов. А еще за его плечами уникальная история непростой, но интересной жизни, которой он поделился с нами.

— Я родился на юге Украины 7 октября 1945 года, — рассказывает ветеран. — Но почти сразу волей судьбы я оказался в столице, где и провел всю свою жизнь. После школы окончил машиностроительный институт, преподавал в техникуме устройство тракторов и автомобилей. Потом поступил в педагогический институт и получил второе образование. А спустя некоторое время мне предложили сдать экзамены в дипломатическую академию, что я и сделал. Так я стал дипломатом и долгие годы проработал в сфере внешней политики. Сначала трудился в области польской дипломатии, после чего перешел на центральноазиатское направление. Возглавлял различные отделы в нашем министерстве: Польши, Киргизии и Казахстана. Проработал во внешней политике целых 30 лет, а общий стаж у меня уже около пяти десятков. Жизнь трудовая прошла быстро, но и сегодня я не забываю об этих годах, не теряю контактов со своими коллегами. Часто посещаю МИД, куда у меня бессрочный пропуск.

### ТРИ ОСНОВНЫЕ ВЕЩИ

Валерий Никанорович — активный участник городских мероприятий, праздников, не остается в стороне и от крупных международных событий. Ведь он курирует работу клуба внешней политики «Мир сегодня», где выступают ведущие политологи страны и столицы. Например, директор Института США и Канады РАН, профессор Дипломатической академии МИД России и другие. Валерий Никанорович также принимает участие в «Уроках мужества».

— Я выступаю с лекциями в школах, рассказываю подрастающему поколению о своем детстве и юно-

сти, об интересных моментах биографии и, конечно, отвечаю на их самые занимательные вопросы, — отмечает ветеран. — Ведь у нас семь подшефных учебных заведений: Московское суворовское военное училище, Кадетская школа-интернат № 1 «Первый Московский кадетский корпус», ГБОУ «Школа № 167 имени маршала Л.А. Говорова» и другие. Мы часто встречаемся с молодежью, занимаемся ее патриотическим воспитанием. Кроме того, у нас великолепное окружение со стороны молодежного движения «Молодая гвардия». Мы крепко дружим с нашим младшим поколением.

Коллективные встречи, торжественные собрания, вечера отдыха, выступления профессиональных артистов, киносеансы и многое другое — ежедневные события активных и ярких будней Валерия Никаноровича. Все они проходят в кругу знакомых и друзей, близких и давно родных для него людей. Ведь в ПВТ № 1 ветеран проживает уже не первый год.

— За это время пансионат стал для меня настоящим домом. Так сложилась судьба. Ведь у каждого из нас были причины прийти сюда в переломный момент жизни, — утверждает Валерий Никанорович. — Я ведь вдовец и одному мне было очень плохо. Хотя дети у меня есть, но они живут отдельно. А ветерану ведь что очень важно? Я считаю, для счастья необходимы три основные вещи: здоровье, окружение и личная жизнь. Здесь за нашим здоровьем следят тщательно. Что касается окружения, то с этим в пансионате тоже все прекрасно. У меня и друзья есть, и дети часто ко мне приезжают. Третий момент — личная жизнь в плане самореализации. Ведь очень важно чувствовать себя востребованным. А в нашем пансионате каждый может проявить и профессиональные навыки, и таланты. У нас есть театральная студия, кукольный театр, клуб рисования, выпускаем даже цветную газету тиражом 500 экземпляров. И это прекрасно. Ведь мы живем полной жизнью. И поэтому слова песни «Главное, ребята, сердцем не стареть» относятся ко всем нам.

Эта музыкальная фраза, действительно, стала жизненным кредо Валерия Никаноровича. Он уверен, чтобы не падать духом, нужно заниматься интересными делами и никогда не унывать.

— Что я и делаю, — подчеркивает ветеран. — Я и статьи пишу, и читаю лекции, и еще много чего другого. Так что есть чем заниматься. Ни дня простоя — вот мое кредо. У меня интересная жизнь, которая бьет ключом.

Валерий Никанорович, действительно, стал примером для многих поколений москвичей. пожелаем самому важному жителю и уникальному человеку здоровья и активного долголетия! Ведь его истории очаровывают слушателей, а поступки вдохновляют, побуждая идти только вперед и никуда больше.



## ПЕСНЕ ВСЕ ВОЗРАСТЫ ПОКОРНЫ

Об этом не понаслышке знают жители Центрального административного округа столицы. Ведь в самом сердце Москвы живет и развивается хор «Ветеран». Маяком его долгого плавания уже давно стало творчество, а фрегатом — нерушимая связь поколений. В этом году коллектив отмечает свое пятнадцатилетие.

**У**никальная история хора началась в 2003 году. Его основателем стала Алевтина Дмитриевна Лебединская, которая создала небольшой кружок пения на базе Совета ветеранов. Сначала в его составе были только ветеран Великой Отечественной войны Тимофей Иванович Безуглый и маленькая школьница. Этот дуэт Алевтина Дмитриевна вспоминает с улыбкой, ведь именно он тогда положил начало этой большой истории. Зародившись, будущий хор получил название «Ветеран» и уже за свое первое выступление был удостоен заслуженного приза зрительских симпатий.

### НАСТОЯЩАЯ СВЯЗЬ ПОКОЛЕНИЙ

— Тогда мы исполняли военные песни, — рассказывает Алевтина Дмитриевна. — И на членов жюри мы произвели впечатление не только исполнением, но и составом. Школьница, наш молодой учитель пения и ветеран с орденами на груди — у нас тогда получилась настоящая связь поколений. От этого принципа мы не отступаем и сегодня. Сквозь годы мы пронесли эту связь, добавив к ней традиции, те события, которые отмечаем все вместе.

Со временем к уютной атмосфере небольшого коллектива стали присоединяться ветераны труда и те, кто застал



## МОЛОДОСТЬ – ЭТО НЕ ВОЗРАСТ, А СОСТОЯНИЕ ДУШИ.

войну, будучи детьми. Спустя почти 10 лет хор переместился под крыло ТЦСО «Таганский» филиала «Якиманка». Сегодня его участниками являются почти 30 человек. Многие из них уже добились больших творческих вершин. Так, солисты хора Дмитрий Зуев, Тамара Гришина и Михаил Климов стали призерами таких вокальных конкурсов, как «Рождественская звезда» и «Песни в солдатской шинели». Коллектив принимает участие во всех песенных соревнованиях в рамках проекта мэра столицы «Московское долголетие». В последнем конкурсе солист хора Дмитрий Зуев не только вышел в финал городского этапа, но и занял первое место в дуэтом исполнении.

С «Московским долголетием» у коллектива связаны особые воспоминания, ведь именно «Ветеран» открыл первое вокальное выступление в рамках проекта. 16 июня — эту дату они помнят до сих пор. Помимо событий проекта, хор принимает участие во многих городских мероприятиях, посещает детские сады, школы и высшие учебные заведения. Ведь каждому представителю коллектива есть что рассказать и передать подрастающему поколению. И это находит отражение в гимне хора:

И в садиках детских, и в школах района  
Нам двери открыты, встречают с душой.  
Поем с молодежью военные песни  
О подвигах дедов и дружбе большой.

Хор «Ветеран» везде встречают тепло и с удовольствием. Каждая нота, каждый звук исполненной песни — это сильная эмоция, предназначенная самому внимательному слушателю. И в этом калейдоскопе куплетов вокалисты хора забывают и о собственных неурядицах, отдавая все свое внимание музыке и друг другу. Ведь для многих из них ощущение такого спокойствия и уюта — самое ценное в жизни. Так, представители коллектива уверены, что хор «Ветеран» необходим им как родной дом.

— Многие из нас одинокие, в возрасте, нас тянет к людям нашего поколения, — объясняет вокалист «Ветерана» Дмитрий Зуев. — Я ведь во многих коллективах был, знаю, что люди бывают разные. А здесь все добрые и хорошие. Особенно необыкновенный человек наш руководитель Галина Михайловна Куничкина. Она

как голубка: окружает заботой, обнимает нас крыльями, любит всех и каждого. Мы ведь люди пожилые, поэтому нужно, чтобы обстановка была именно домашняя, какой ее и создает Галина Михайловна.

## ОГРОМНЫЙ ОКЕАН МУЗЫКИ

Музыкальный руководитель хора, в свою очередь, уверена, что секрет такой уютной атмосферы в коллективе доступен любому творческому человеку.

— Я думаю, самое главное — любить песню, творчество и каждого человека. Ведь у всех и болезни, и переживания, но песня все это лечит. И именно через музыку мы находим подход друг к другу. Творчество способно улучшить самочувствие и повысить настроение — это бесспорно. Поэтому девиз нашего хора: «Пение продлевает жизнь!». Когда хор поет, молодеют все вокруг, потому что молодость — это не возраст, а состояние души. И вмиг ты чувствуешь, как много света и радости даришь тем, кто рядом.

В репертуар хора включены произведения русской и мировой классики, советские лирические баллады. Вокалисты исполняют казацкие и военные песни, романсы, композиции из кинофильмов и многое другое. Все номера хора сопровождаются уникальными художественными зарисовками. Это различные сценки, этюды и танцы, придуманные и прописанные в сценарии самими исполнителями.

Одним из самых значимых сценариев для хора в этом году стала подготовка к его большому празднику — пятнадцатилетию. Вокалисты внимательно прислушиваются к советам руководителя, вместе обсуждают творческие номера и поддерживают друг друга во время исполнения. Ведь на свой праздник они готовят большую театрализованную программу.

— Мы хотим порадовать и удивить наших зрителей, поделиться с ними тем, что приобрели за все эти 15 лет, — говорит музыкальный руководитель хора Галина Михайловна. — А после этого мы будем двигаться дальше. И будем заниматься музыкой еще 20, 30 лет. Ведь у нас много планов, а репертуар неиссякаем как огромный океан музыки!

## САМОЕ ГЛАВНОЕ – ЛЮБИТЬ ПЕСНЮ, ТВОРЧЕСТВО И КАЖДОГО ЧЕЛОВЕКА.



## С ЗАБОТОЙ О КАЖДОМ

Год за годом продолжительность жизни москвичей неустанно растет. Повышению качества жизни людей во многом способствуют государственные социальные программы. Одним из направлений социальной поддержки в столице являются пансионаты для ветеранов войны и труда, где проживают представители старшего поколения. А ведь желание жить долго рождается в ощущении заботы, уюта и тепла. Так считают в Пансионате для ветеранов труда № 29, где к пенсионерам относятся с особым вниманием.

**П**ВТ № 29 Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы находится на западе столицы, в экологически чистой зоне долины реки Сетунь. Учреждение предназначено для проживания граждан пожилого возраста, а также инвалидов I и II групп. Главной задачей для сотрудников пансионата становится не только оказание услуг стационарного обслуживания, но и создание комфортных условий для их получателей.

### ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД

Сегодня на восьми этажах благоустроенного здания пансионата проживают более 500 человек. Для них организовано круглосуточное медицинское обслуживание, пятиразовое питание, санитарно-гигиенические процедуры, индивидуальная программа реабилитации, культурно-досуговые мероприятия.

В поликлиническом отделении есть возможность посещать кабинеты стоматолога, физиотерапевта,

офтальмолога, ЭКГ, УЗИ. На занятиях по реабилитации ветераны активно занимаются лечебной гимнастикой и физкультурой. Для поддержания и улучшения здоровья посещают соляную пещеру, сенсорную комнату, сеансы массажа, цветоимпульсной, арт-, фито- и музыкотерапии.

Самые активные жители пансионата принимают участие в викторине «Что? Где? Когда?», играют в шашки, шахматы, бильярд, рисуют, вышивают и даже обучаются навыкам компьютерной грамотности. При пансионате открыт литературный клуб «Надежда», где издаются сборники стихов и прозы проживающих. Недавно в учреждении появилась уникальная изостудия, ученики которой уже выставляют свои работы на городских площадках. Жители пансионата посещают лекции по истории, искусству и психологии, принимают участие в мастер-классах по прикладным дисциплинам. Работает швейная мастерская, парикмахерский зал, библиотека, а также храм Николая Чудотворца, где регулярно проводятся службы. Специально для тех, кто по состоянию здоровья не может их посещать, ведется телевизионная online-трансляция.

## НЕКОГДА ГРУСТИТЬ

Именно такие уникальные возможности делают жизнь подопечных пансионата насыщенной и интересной. Ведь активное времяпрепровождение в кругу друзей и знакомых не оставляет времени для грусти. Так, в пансионате регулярно проводятся экскурсии по картинным галереям, музеям и театрам столицы, историческим местам Москвы и Подмосковья. Такие туристические путешествия позволяют людям старшего поколения приобщиться к духовному наследию страны, невзирая на возраст и состояние здоровья.

Без активностей в пансионате не проходит ни один праздничный день. Будь то Новый год, 8 марта или Масленица, развлекательная программа всегда сопровождается песнями и танцами. Ведь музыку здесь особенно любят. Поэтому в пансионате уже более 10 лет существуют творческие коллективы: хор пенсионеров «Ретро» и вокально-танцевальный ансамбль сотрудников «Нежинские узоры». Без ярких выступлений этих талантливых артистов не обходится ни один концерт. Ведь они привносят в жизнь пансионата новые краски, заряжают его жителей позитивом и нескончаемым запасом хорошего настроения. Такой заряд бодрости и особая забота сотрудников учреждения становятся главным секретом долголетия его жителей. А ведь в ПБТ № 29 проживают москвичи в возрасте от 90 лет и более.

## О ПРОШЛОМ НЕ НАДО ЖАЛЕТЬ

Настоящей гордостью пансионата стала ветеран войны и труда Тамара Николаевна Рябова. В этом году



### Директор ГБУ ПБТ № 29 Артур Викторович Бунин:

— Долголетия не нужно ждать, надо идти к нему навстречу каждый день на протяжении всей жизни.

ей исполнилось 103 года. Несмотря на возраст, Тамара Николаевна ведет активную и насыщенную жизнь. Она посещает все местные концерты, интересуется происходящим в стране и мире, активно общается и всегда пребывает в хорошем настроении. По словам Тамары Николаевны, ей скучать о прошлом некогда, да и незачем. Жизнь она прожила долгую и насыщенную, и ни один ее миг не хотела бы изменить.

Тамара Николаевна родилась 15 апреля 1915 года в Москве, окончила 7 классов школы и училище по специальности «токарь». В 16 лет она пошла на курсы бухгалтера и проработала экономистом до самой пенсии. Работала в Крыму, на Урале и даже в Сибири.

— К образованию я не стремилась: средств не было, — вспоминает Тамара Николаевна. — Поэтому пошла по рабочей стезе. И во всем мне помогал мой опыт. В итоге я проработала до 90 лет, ведь без любимого дела совсем не интересно. Вот так вся жизнь

**МНОГОЧИСЛЕННЫЕ КЛУБЫ И СТУДИИ ПО ИНТЕРЕСАМ, ПЕРСОНАЛЬНЫЕ ВЫСТАВКИ ТВОРЧЕСТВА, УЧАСТИЕ В КУЛЬТУРНО-ДОСУГОВЫХ МЕРОПРИЯТИЯХ, ПОСЕЩЕНИЕ МУЗЕЕВ И ТЕАТРОВ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВЕТЕРАНОВ ИНТЕРЕСНОЙ И НАСЫЩЕННОЙ.**





Тамара Николаевна Рябова

и прошла в труде. Из нее я вынесла важную вещь — нельзя зазнаваться. Живешь и живи. Я всегда думаю, знаете, пусть все будет, как будет. Главное, быть вместе с родными, друзьями, с семьей. Ведь семья — это самое важное в жизни, а все остальное — временно. Как говорится, с близкими не расставайтесь.

Замуж Тамара Николаевна вышла после войны. Детей у нее было двое: сыновья Валерий и Станислав. Потом пошли внуки и правнуки. И в круговороте поколений, непредсказуемых будней и загадок судьбы женщина находит лишь одно темное пятно — войну.

— Это был выходной день. Все так спокойно. Муж купил продуктов, едем. И вот — война. Бегали, спасали себя и людей, — рассказывает Тамара Николаевна. — В это время меня отправили в Сибирь. Вот там мы и работали. Страшно было, но выжили. Все на победу шло. А как ее долгожданную встречали, никогда не забуду. От радости целовали всех, кто был на улице. После победы все пошло как надо. Много всего было. Но все ушло, лишь воспоминания остались.

Эти воспоминания, по словам Тамары Николаевны, и стали результатом ее долгой и интересной жизни. Она помнит холодные ветры Феодосии, согревающие танцы Парка культуры, каждое свидание и каждый взмах девчачьей руки.

— Молодые люди, конечно, часто вокруг ходили. Особенно на танцах. Праздник всегда открывался вальсом, потом буги-вуги и, конечно, строгое танго.

Каждое движение я до сих пор помню, хоть уже и не танцую, — говорит Тамара Николаевна. — С 92 лет я живу в пансионате. У нас тут различные кружки, гуляния, концерты. Занятий очень много: мы и шьем, и вышиваем, и танцуем, и поем. Песня у нас любимая есть — «Катюша». Для нас здесь играют талантливые музыканты, приезжают известные артисты. В пансионате всегда весело. Ну а чего скучать? Никогда о прошлом жалеть не надо. Что было, то было, все прошло. Вот так нужно относиться к жизни. И жить будет легче. Ведь нам и сейчас хорошо. Мы все дружим, всех поздравляем, подарки дарим и всегда заботимся друг о друге.

Таким вдохновенным отношением к жизни Тамара Николаевна не перестает заряжать всех вокруг. Ею восхищаются не только соседи, но и сотрудники. Она — настоящий пример для каждого поколения москвичей. Ведь Тамаре Николаевне удалось найти тот самый секрет счастливой жизни и настоящего долголетия. А секрет этот в самой жизни, которую нужно прожить так, чтобы ни о чем не жалеть.

#### Контактная информация:

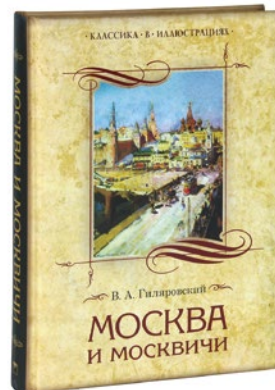
Адрес: Москва, улица Нежинская, дом № 2.  
Тел./факс: 8 (495) 442-54-91  
E-mail: pvt29@mos.ru

**В. Гиляровский**

# ПОД КАЛАНЧОЙ

(Из книги «Москва и москвичи»)

Продолжение



## Пожарный

Мчатся искры, вьется пламя,  
Грозен огненный язык.  
Высоко держу я знамя,  
Я к опасности привык!

Нет неделями покоя, —  
Стой на страже ночь и день.  
С треском гнется подо мною  
Зыбкой лестницы ступень.

В вихре искр, в порыве дыма,  
Под карнизом, на весу,  
День и ночь неутомимо  
Службу трудную несусь.

Ловкость, удаль и отвага  
Нам заветом быть должны.  
Мерзнет мокрая сермяга,  
Волоса опалены...

Правь струю рукой умелой,  
Ломом крышу раскрывай  
И рукав обледенелый  
Через пламя подавай.

На высоких крышах башен  
Я, как дома, весь в огне.  
Пыл пожара мне не страшен,  
Целый век я на войне!

В наши дни пожарных лошадей уже нет, их заменили автомобили. А в старое время ими гордились пожарные. В шестидесятых годах полицмейстер, старый кавалерист Огарев, балетоман, страстный любитель пожарного дела и лошади, организовал специальное снабжение лошадьми пожар-

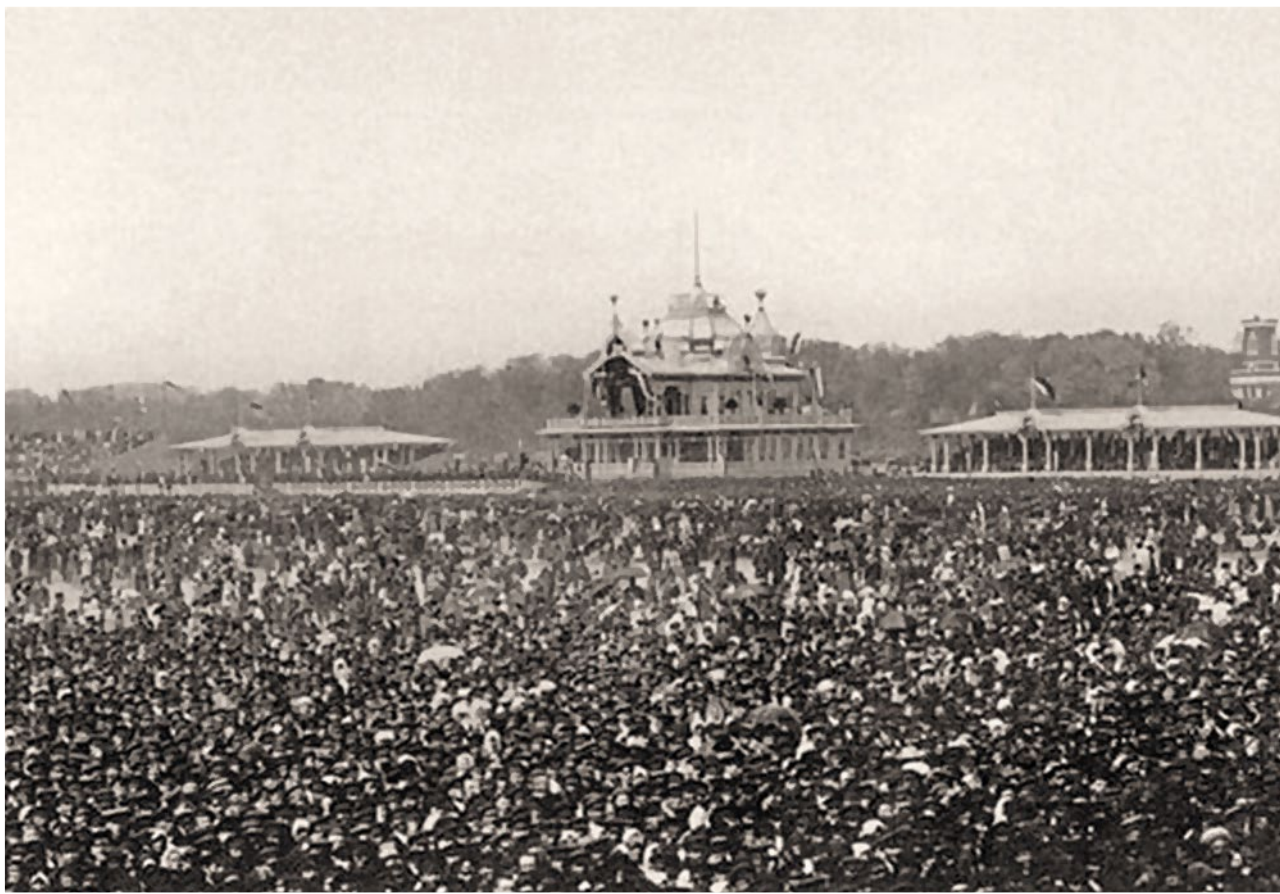
ных команд, и пожарные лошади были лучшими в Москве. Ими нельзя было не любоваться. Огарев сам ездил два раза в год по воронежским и тамбовским конным заводам, выбирал лошадей, приводил их в Москву и распределял по семнадцати пожарным частям, самолично следя за уходом. Огарев приезжал внезапно в часть, проходил в конюшню, вынимал из кармана платок — и давай пробовать, как вычищены лошади. Ему Москва была обязана подбором лошадей по мастям: каждая часть имела свою «рубашку», и москвичи издали узнавали, какая команда мчится на пожар. Тверская — все желто-пегие битюги, Рогожская — вороно-пегие, Хамовническая — соловые с черными хвостами и огромными косматыми черными гривами, Сре́тенская — соловые с белыми хвостами и гривами, Пятницкая — вороные в белых чулках и с лысиной во весь лоб, Городская — белые без отметин, Якиманская — серые в яблоках, Таганская — чалые, Арбатская — гнедые, Суцевская — лимонно-золотистые, Мясницкая — рыжие и Лефортовская — караковые. Битюги — красота, силища!

А как любили пожарные своих лошадей! Как гордились ими! Брандмейстер Беспалов, бывший вахмистр 1-го Донского полка, всю жизнь проводил в конюшне, дневал и ночевал в ней.

После его смерти должность тверского брандмейстера унаследовал его сын, еще юноша, такой же удалец, родившийся и выросший в конюшне. Он погиб на своем посту: провалившись во время пожара сквозь три этажа, сошел с ума и умер.

А Королев, Юшин, Симонов, Алексеев, Корыто, Вишневский десятки лет служили брандмейстерами, всегда в огне, всегда, как и все пожарные, на волосок от смерти!

В старину пожарных, кроме борьбы с огнем, совали всюду, начиная от вытаскивания задохшихся рабочих из глубоких колодцев или отравлен-



ных газом подвалов до исправления обязанностей санитаров. И все это без всяких предохранительных средств!

Когда случилась злополучная ходынская катастрофа, на рассвете, пока еще раздавались крики раздавленных, пожарные всех частей примчались на фурах и, спасая уцелевших, развозили их по больницам. Затем убирали изуродованные трупы, и бешено мчались фуры с покойниками на кладбище, чтобы скорее вернуться и вновь везти еще и еще...

Было и еще одно занятие у пожарных. Впрочем, не у всех, а только у Суцевской части: они жгли запрещенные цензурой книги.

— Что это дым над Суцевской частью? Уж не пожар ли?

— Не беспокойтесь, ничего, это «Русскую мысль» жгут.

Там, в заднем сарае, стояла огромная железная решетчатая печь, похожая на клетку, в которой Пугачева на казнь везли (теперь находится в Музее Революции).

Когда было нужно, ее вытаскивали из сарая во двор, обливали книги и бумаги керосином и жгли в присутствии начальства.

Чего-чего не заставляло делать пожарных тогдашнее начальство, распорядившееся пожарными, как крепостными! Употребляли их при своих квартирах для работ и даже внаем сдавали. Так, в семидесятых годах обер-полицмейстер Арапов разрешил своим друзьям — антрепренерам клубных театров брать пожарных на роли статистов...

В Петровском парке в это время было два театра: огромный деревянный Петровский, бывший казенный, где по временам, с разрешения Арапова, по праздникам играла труппа А.А. Рассказова, и летний театр Немецкого клуба на другом конце парка, на дачах Киргофа.

В одно из воскресений у Рассказова идет «Хижина дяди Тома», а в саду Немецкого клуба — какая-то мелодрама с чертями.

У Петровского театра стояли пожарные дроги с баграми, запряженные светло-золотистыми конями Суцевской части. А у Немецкого клуба — четверки пегих битюгов Тверской части.

Восемь часов. Собирается публика. Артисты одеты. Пожарные в Петровском театре сидят на заднем дворе в тиковых полосатых куртках, загримированные неграми: лица, шеи и руки вычернены, как сапоги.

Оркестр уже заиграл увертюру, как вдруг из Немецкого клуба примчался верховой — и прямо к брандмейстеру Сущевской части Корыто, который, как начальство, в мундире и каске, сидел у входа в театр. Верховой сунул ему повестку, такую же, какую минуту назад передал брандмейстеру Тверской части.

Высочил Корыто — и к пожарным:

— Ребята! Сбор частей! Пожар на Никольской! Вали, кто в чем есть, живо!

И Тверская часть уже несется по аллеям парка и далее по Петровскому шоссе среди клубов пыли.

Впереди мчится весь красный, с красным хвостом и красными руками, в блестящем шлеме верховой на бешеном огромном пегом коне... А сзади — дроги с баграми, на дрогах — красные черти...

Публика, метнувшаяся с дорожек парка, еще не успела прийти в себя, как видит: на золотом коне несется черный дьявол с пылающим факелом и за ним — длинные дроги с черными дьяволами в медных шлемах... Черные дьяволы еще больше напугали народ... Грохот, пламя, дым...

Бешено грохочут по Тверской один за другим дьявольские поезда мимо генерал-губернаторского дома, мимо Тверской части, на которой развевается



красный флаг — сбор всех частей. Сзади пожарных, стоя в пролетке и одной рукой держась за плечо кучера, лихо несется по Тверской полковник Арапов на своей паре и не может догнать пожарных...

А на Ильинке красные и черные черти уже лезут по крыше, среди багрового дыма и языков пламени.

На другой день вся Москва только и говорила об этом дьявольском поезде. А через несколько дней брандмайор полковник Потехин получил предписание, заканчивавшееся словами: «...строжайше воспрещая употреблять пожарных в театрах и других неподходящих местах. Полковник Арапов».

Теперь пожарное дело в Москве доведено до совершенства, люди воспитанны, выдержанны, снабжены всем необходимым. Дисциплина образцовая — и та же былая удаль и смелость, но сознательная, вооруженная технической подготовкой, гимнастикой, наукой... Быстрота выездов на пожар теперь измеряется секундами. В чистой казарме, во втором этаже, дежурная часть — одетая и вполне готовая. В полу казармы широкое отверстие, откуда видны толстые, гладко отполированные столбы.

Тревожный звонок — и все бросаются к столбам, охватывают их в обнимку, ныряют по ним в нижний сарай, и в несколько секунд — каждый на своем определенном месте автомобиля: каску на голову, прозодежду надевают на полном ходу летящего по улице автомобиля.

И вдруг:

— Пожарники едут! Пожарники едут! — кричит кучка ребятишек.

В первый раз в жизни я услышал это слово в конце первого года империалистической войны, когда население нашего дома, особенно надворных флигелей, увеличилось беженцами из Польши.

Меня, старого москвича и, главное, старого пожарного, резануло это слово. Москва, любовавшаяся своим знаменитым пожарным обозом — сперва на красавцах-лошадях, подобранных по мастям, а потом бесшумными автомобилями, сверкающими медными шлемами, — с гордостью говорила:

— Пожарные!

И вдруг:

— Пожарники!

Что-то мелкое, убогое, обидное.

Передо мной встает какой-нибудь уездный городишко, где на весь город три дырявые пожарные бочки, полтора багра, ржавая машина с фонтанирующим рукавом на колесах, вязнущих по ступицу в невылазной грязи немощеных переулков, а сзади





тащится за ним с десятков убогих инвалидов-пожарников.

В Москве с давних пор это слово было ходовым, но имело совсем другое значение: так назывались особого рода нищие, являвшиеся в Москву на зимний сезон вместе со своими господами, владельцами богатых поместий. Помещики приезжали в столицу проживать свои доходы с имений, а их крепостные — добывать деньги, часть которых шла на оброк, в господские карманы.

Делалось это под видом сбора на «погорелые места». Погорельцы, настоящие и фальшивые, приходили и приезжали в Москву семьями. Бабы с ребятишками ездили в санях собирать подаяние деньгами и барахлом, предъявляя удостоверения с гербовой печатью о том, что предъявители сего едут по сбору пожертвований в пользу сгоревшей деревни или села. Некоторые из них покупали особые сани, с обожженными концами оглоблей, уверяя, что они только сани и успели вырвать из огня.

«Горелые оглобли», острили москвичи, но все-таки подавали. Когда у ворот какого-нибудь дома в глухом переулке останавливались сани, ребятишки вбегали в дом и докладывали:

— Мама, пожарники приехали!

Две местности поставляли «пожарников» на всю Москву. Это Богородский и Верейский уезды. Первые назывались «гусяки», вторые «шувалики». Особенно славились богородские гусяки.

— Едешь по деревне, видишь, окна в домах заколочены, — это значит, что пожарники на промысел пошли целой семьей, а в деревне и следов пожара нет!

Граф Шувалов, у которого в крепостные времена были огромные имения в Верейском уезде, первый стал отпускать крестьян в Москву по сбору на «погорелые» места, потому что они платили повышенный оброк. Это было очень выгодно помещику.

Когда таких «пожарников» задерживали и спрашивали:

— Откуда?

— Мы шувалики! — отвечали задержанные.

Бывали, конечно, и настоящие пострадавшие от пожара люди, с подлинными свидетельствами от волости, а иногда и от уездной полиции, но таких в полицейских протоколах называли «погорельцами», а фальшивых — «пожарниками».

Вот откуда взялось это, обидное для старых пожарных, слово: «пожарники».

*Продолжение следует...*

А.М. Васнецов. Московский Кремль.  
Соборы. 1894 г.



## О.Э. Мандельштам

В разноголосице девического хора  
Все церкви нежные поют на голос свой,  
И в дугах каменных Успенского собора  
Мне брови чудятся, высокие, дугой.

И с укрепленного архангелами вала  
Я город озирал на чудной высоте.  
В стенах Акрополя печаль меня снедала  
По русском имени и русской красоте.

Не диво ль дивное, что вертоград нам снится,  
Где голуби в горячей синеве,  
Что православные крюки поет черница:  
Успенье нежное — Флоренция в Москве.

И пятиглавые московские соборы  
С их итальянской и русской душой  
Напоминают мне явление Авроры,  
Но с русским именем и в шубке меховой.



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: Валентина Матвеева, победительница общегородского конкурса «Московская Супербабушка-2018»

### 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](mailto:strana_mi@mail.ru)

Наш сайт: [www.stranami.ru](http://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.

## КАК ГОРОД ПОМОГАЕТ БЕЗДОМНЫМ

Осенью и зимой людям без определенного места жительства, попавшим в беду и оказавшимся на улице, особенно требуется помощь, поэтому социальные городские службы работают в усиленном режиме.

В Москве функционируют два крупных учреждения по оказанию срочной социальной помощи на 1175 мест: Центр социальной адаптации для лиц без определенного места жительства и занятий имени Е.П. Глинки и Центр социальной адаптации для бездомных граждан при ГБУ города Москвы «Психоневрологический интернат № 5».

ЦСА им. Е.П. Глинки имеет территориальные отделения, куда на временное пребывание принимаются люди, оказавшиеся в критической жизненной ситуации. Помощь предоставляется абсолютно всем, в том числе иногородним гражданам и тем, кто не имеет при себе никаких документов.

На улице Иловайская, дом 2 расположен Пункт срочной социальной помощи, где есть обогреваемое помещение, организована раздача горячего питания для бездомных и другое.

На улицах города круглосуточно работает мобильная служба помощи бездомным гражданам «Социальный патруль» (8(495)720-15-08, 8(499)357-01-80), которая выезжает на вызовы в любую точку Москвы. Пять автобусов службы также используются как мобильные пункты обогрева (с 1 ноября — круглосуточно) на при вокзальных площадях вблизи станций метро «Белорусская», «Киевская», «Комсомольская», «Курская», «Павелецкая».

### Контактная информация

Центр социальной адаптации для лиц без определенного места жительства и занятий имени Е.П. Глинки (ул. Иловайская, д. 2. Тел. 8(499) 357-10-65, 8(499) 357-09-29, 8(499) 356-60-67).

### Территориальные отделения ГКУ ЦСА им. Е.П. Глинки (режим работы — круглосуточно):

- «Косино-Ухтомское» (ул. Михельсона, д. 6. Тел. 8(495)700-52-35).
- «Ясенево» (Новоясеневский пр-т, д. 1, стр. 3. Тел. 8(495)427-95-70).
- «Востряково» (ул. Матросова, д. 4. Тел. 8(495)439-10-83).
- «Дмитровское» (ул. Ижорская, д. 21, стр. 3. Тел. 8(925)801-91-02).
- «Покровское-Стрешнево» (ул. Мещерякова, д. 4, к. 2. Тел. 8(495)491-36-04).

Прием и распределение благотворительной помощи. Время работы: 9:00–18:00.



## МОСКОВСКОЕ долголетие

### Проект Мэра

Гостями костюмированного осеннего бала в Большом императорском дворце музея-заповедника «Царицыно» стали более двухсот представителей старшего поколения — участников проекта мэра столицы «Московское долголетие» из Южного административного округа города.

Под оркестровую музыку XVIII–XIX веков гости продемонстрировали мастерство исполнения различных исторических танцев — менуэта, полонеза, падеграса и других. Кроме того, они стали участниками малого эрмитажного собрания, где познакомились с придворным этикетом, узнали много интересного о старинном языке цветов, о бальных играх, бывших в моде более двух с половиной веков назад. Подобные тематические мероприятия интересны не только для горожан, которые занимаются танцами и пением, но и для всех, кто увлечен историей.

