

За физическое и духовное оздоровление нации

# СТРАНА <sup>и</sup> МЫ *вместе*



СПЕЦВЫПУСК МОСКВА №1-2/2017

Социальный информационно-аналитический журнал 0+



*Шедевры  
от руко-настериц*

1930 год...



2014 год





## СОДЕРЖАНИЕ

### ВЛАСТЬ И ГОРОД

Москвичам — поддержку, защиту и комфорт .....2

### УЧАСТВУЙ В ЖИЗНИ МОСКВЫ

Активный гражданин столицы: цифры и факты .....8

### ТРЕТИЙ ВОЗРАСТ

Из пенсионеров — в «юзеры» ..... 12

### РЕАБИЛИТАЦИЯ

Отличная работа .....20

Терапевты в упряжке ..... 24

### ТРУД И ЗАНЯТОСТЬ

Найти свою профессию ..... 30

### СОЦИАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА

Семья под защитой ..... 36

### СПОРТ

Маленькие победы больших семей .....40

### ИНТЕГРАЦИЯ

Что наша жизнь? Игра! ..... 44

### ВЕСТИ ИЗ ОКРУГОВ: ЦАО

Яркая жизнь .....48

### ТВОРЧЕСТВО

Мир прекрасен .....62

### ВETERАНЫ

Главное — быть нужной .....68

Месяц из жизни пансионата ..... 74

Круг жизни, солнца и тепла .....82

### БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ

«Дерево желаний» исполняет мечты.....84

### ЛЮБИМОЕ ИЗ ПРОЧИТАННОГО

В. Гиляровский «Москва и москвичи» .....90



24



40



62



84

# МОСКВИЧАМ — ПОДДЕРЖКУ, ЗАЩИТУ И КОМФОРТ

На заседании Президиума Правительства Москвы руководитель Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимир Петросян доложил о ходе выполнения Государственной программы «Социальная поддержка жителей города Москвы на 2012-2018 годы» в 2016 году и задачах на 2017 год.



**В** своем выступлении Владимир Аршакович отметил, что выполнение всех социальных обязательств остается неизменным приоритетом столичных властей.

«Реализация Государственной программы „Социальная поддержка жителей города Москвы на 2012-2018 годы“ проходила при участии всех органов власти: префектур, управ, общественных организаций города и, конечно, негосударственного сектора. На реализацию программы было выделено в 2016 году 347 миллиардов рублей. Правительство Москвы и Мосгордума исполнили все свои социальные обязательства перед жите-

лями нашего города в полном объеме», — подчеркнул Владимир Петросян.

Глава ведомства отметил, что в прошлом году Правительством Москвы были увеличены размеры социальных выплат, расширены некоторые льготы, значительно улучшилось качество оказания социальных услуг в столице. Сегодня различные виды социальной поддержки предоставляются почти четырем миллионам москвичей, более двух миллионов пожилых горожан получают доплаты к пенсиям из столичного бюджета, около 4,5 миллиона жителей пользуются льготами на оплату жилищно-коммунальных услуг и

## ВЛАСТИ МОСКВЫ ВЫПОЛНЯЮТ 100 ПРОЦЕНТОВ СОЦИАЛЬНЫХ ОБЯЗАТЕЛЬСТВ ПЕРЕД ЖИТЕЛЯМИ ГОРОДА.

взносов на капитальный ремонт, 3,7 миллиона жителей столицы имеют льготы на проезд общественным транспортом, 1,3 миллиона льготников обеспечены лекарствами и примерно 900 тысяч человек оплачивают услуги телефонной связи по льготному тарифу.

### УВЕЛИЧЕНИЕ РАЗМЕРОВ СОЦИАЛЬНЫХ ВЫПЛАТ, СОХРАНЕНИЕ И РАСШИРЕНИЕ ЛЬГОТ

Как сообщил Владимир Петросян, с 1 января 2016 года был увеличен размер ежемесячной компенсационной выплаты участникам обороны Москвы — с 2 780 рублей до 4 000 рублей. Увеличение составило 1220 рублей, или 43 процента. Получателями данной выплаты являются 2,7 тысячи ветеранов — жителей столицы.

Также в очередной раз на 10 процентов увеличилась сумма пособия на ребенка-сироту, переданного на воспитание в семью. В настоящее время выплаты составляют от 16,5 тысячи до 27,5 тысячи рублей в

месяц — в зависимости от возраста ребенка, числа воспитываемых детей и состояния их здоровья.

Одновременно был увеличен размер ежемесячного вознаграждения приемным родителям или патронатным воспитателям, теперь оно составляет 16,7 тысячи рублей за каждого ребенка, а за ребенка-инвалида — 28,4 тысячи рублей. Ранее эти выплаты составляли 15,2 тысячи и 25,8 тысячи рублей соответственно.

С 1 марта прошлого года городской социальный стандарт дохода неработающих пенсионеров повышен на 20 процентов. С этой даты были увеличены региональные социальные доплаты к пенсиям 600 тысяч неработающих пенсионеров.

В конце марта 2016 года был принят закон о предоставлении одиноко проживающим и неработающим пенсионерам дополнительных льгот по оплате взносов на капитальный ремонт. Данная мера позволила поправить материальное положение 111,1 тысячам москвичей в возрасте от 70 до 80 лет.

Москва стала единственным регионом Российской Федерации, который сохранил инвалидам льготы по





оплате электроэнергии и других коммунальных услуг вне зависимости от объема потребляемых ресурсов. Получателями данных льгот являются 1,1 миллиона человек.

Кроме того, в связи с 75-летней годовщиной начала контрнаступления советских войск под Москвой размер единовременной материальной помощи ветеранам в 2016 году был увеличен в 2 раза — с 5 до 10 тысяч рублей. Эту выплату получили 18,1 тысячи инвалидов, участников Великой Отечественной войны и обороны Москвы.

### ПОДДЕРЖКА МНОГОДЕТНЫХ СЕМЕЙ И СЕМЕЙНОЕ УСТРОЙСТВО ДЕТЕЙ-СИРОТ

В своем выступлении Владимир Аршакович отметил, что руководство столицы продолжает уделять большое внимание поддержке многодетных семей и семейному устройству детей-сирот. К концу 2016 года количество многодетных семей в Москве увеличилось почти в 2 раза по сравнению с 2010 годом — до 117,9 тысячи семей, в которых воспитываются 294 тысячи детей. В 2010 году насчитывалось 65,7 тысячи многодетных семей, воспитывающих 163,2 тысячи детей.

Ежегодно более 10 тысяч детей из малообеспеченных семей получают услуги по организации досуга и питания.

Городская система социальной защиты включает 31 организацию по поддержке семьи и детства и 44 отделения социальной помощи семье и детям в центрах социального обслуживания. На учёте в этих учреждениях состоят 104,1 тысячи семей, в которых воспитываются 223,3 тысячи детей.

За 6 лет количество детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, воспитывающихся в семьях, в Москве увеличилось на 48 процентов. В 2010 году в семьях воспитывалось 12 665 детей, а в 2016-м таких детей стало 18 782.

Сегодня в семьях воспитывается 91 процент всех московских детей-сирот, к примеру, в 2010 году таких детей было 74 процента. А доля детей-сирот, проживающих в интернатных учреждениях, сократилась почти в 3 раза — с 26 до 9 процентов. В 2010 году в учреждениях проживал 4 371 ребёнок, а в 2016 году — 1 899 детей.

В настоящее время в Москве функционируют 57 школ приёмных родителей, в которых в прошлом году прошли подготовку более 4-х тысяч человек.

За время реализации пилотного проекта по имущественной поддержке семей, принявших на воспитание детей-сирот старшего возраста и/или детей-инвалидов, начиная с 2014 года, его участниками стали

## МОСКВА – ЭТО ЕДИНСТВЕННЫЙ РЕГИОН РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, В КОТОРОМ СОХРАНЕНЫ ЛЬГОТЫ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ ПО ОПЛАТЕ ЭЛЕКТРОЭНЕРГИИ И ДРУГИХ КОММУНАЛЬНЫХ УСЛУГ ВНЕ ЗАВИСИМОСТИ ОТ ОБЪЕМА ПОТРЕБЛЯЕМЫХ РЕСУРСОВ.

35 семей, в которые переданы на воспитание 208 детей, 68 из них являются инвалидами. В рамках пилотного проекта приемные семьи получают квартиру для временного проживания, при условии добросовестного выполнения своих обязанностей квартира может быть передана в собственность приемной семьи.

Продолжается информационно-просветительская работа по пропаганде семейного устройства детей-сирот и повышению престижа замещающей семьи, которая включает в себя проведение общественно значимых городских мероприятий, таких как премия «Крылья аиста», Московский форум приёмных семей и ряд других, а также размещение рекламы в СМИ и на улицах города, развитие интернет-портала [www.usynovi-moskva.ru](http://www.usynovi-moskva.ru).



### ЗАБОТА О ВЕТЕРАНАХ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ

Как отметил в своем докладе Владимир Петросян, особым вниманием и заботой окружены московские ветераны Великой Отечественной войны и труженики тыла. В настоящее время в Москве проживают 97,6 тысячи ветеранов Великой Отечественной войны, в том числе 15,4 тысячи инвалидов и участников войны и 82,2 тысячи тружеников тыла.

Социальные услуги на дому получают все нуждающиеся ветераны — свыше 27 тысяч человек.

Службой сиделок при Московском Доме ветеранов войн и Вооруженных сил охвачено 700 нуждающихся одиноких лежачих ветеранов Великой Отечественной войны.

100 процентов инвалидов и участников Великой Отечественной войны, изъявивших желание иметь «тревожную кнопку», обеспечены данными устройствами.

3,3 тысячи ветеранов направлены на оздоровление и отдых в Республику Крым.

Участниками программы «Санаторий на дому» стали более 5 тысяч одиноких и одиноко проживающих ветеранов, которые по состоянию здоровья не могут воспользоваться правом на бесплатное санаторно-курортное лечение. Отдых в «домашнем санатории» длится 21 день. За это время специалисты проводят



индивидуальную программу лечения и диетического питания, стараются создать комфортную психологическую атмосферу в доме.

## СОЦИАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА ИНВАЛИДОВ

Среди приоритетных задач Правительства Москвы руководитель столичного Департамента труда и социальной защиты населения выделил социальную поддержку инвалидов, создание доступной среды для маломобильных граждан и адресную поддержку нуждающихся москвичей.

В 2016 году техническими средствами реабилитации и протезно-ортопедическими изделиями были обеспечены почти 270 тысяч инвалидов. Свыше 55 тысяч получили необходимые реабилитационные услуги, а ещё около 130 тысяч человек — санаторно-курортное лечение. Более 6,5 тысячи детей-инвалидов и инвалидов молодого возраста смогли отдохнуть и поправить здоровье в здравницах Республики Крым.

## ДОСТУПНАЯ СРЕДА

Доля социально значимых городских объектов, полностью или частично приспособленных для маломобильных граждан, в 2016 году достигла 85

процентов, в 2010 году эта доля составляла лишь 54 процента.

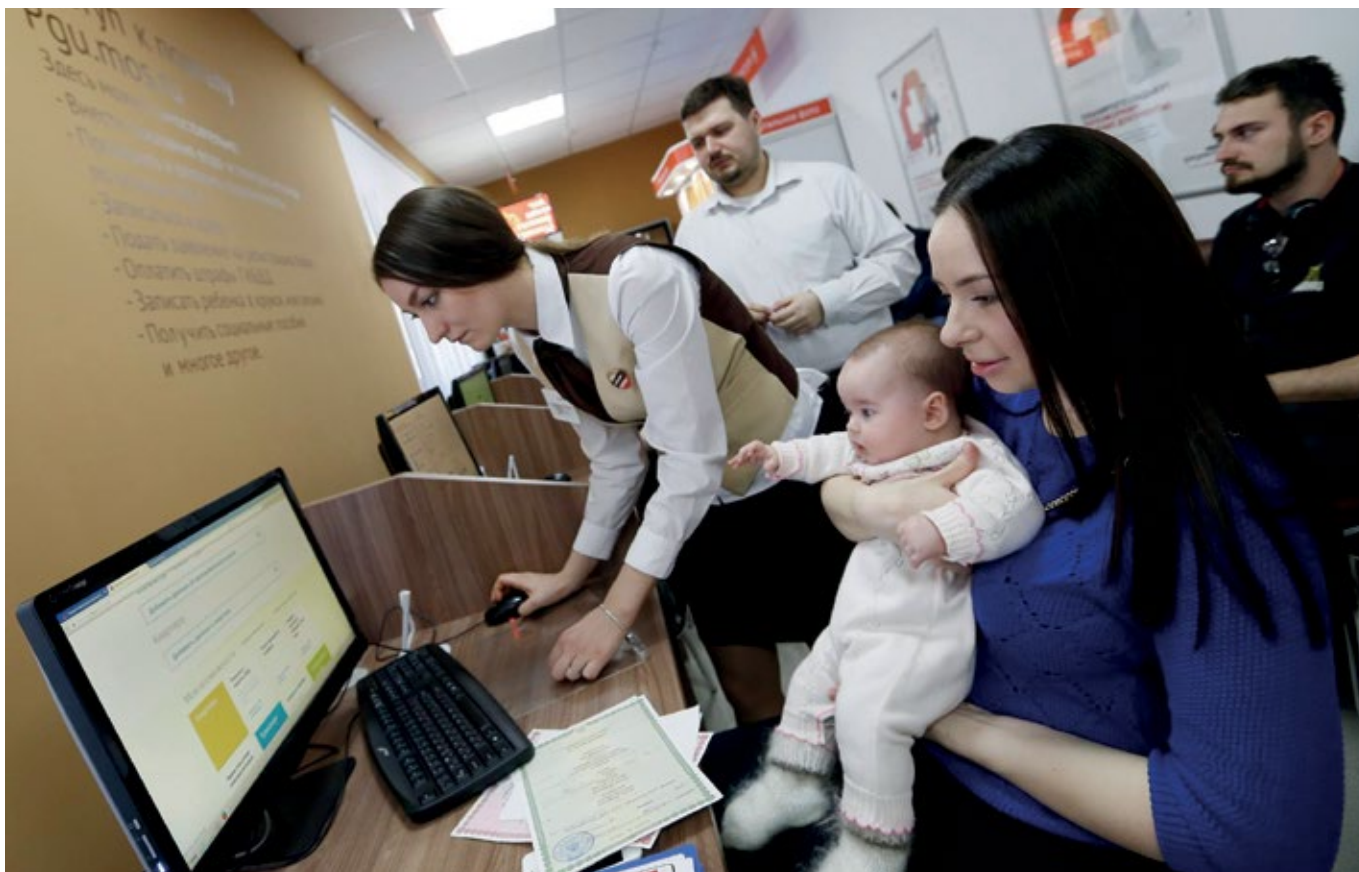
Продолжается работа по повышению доступности для инвалидов инфраструктуры общественного транспорта. Подвижной состав наземного городского пассажирского транспорта ГУП «Мосгортранс» заменяется низкопольными автобусами, троллейбусами и трамваями. Так, по итогам 2016 года, парк автобусов обновлён на 89 процентов, троллейбусов — на 62 процента, трамваев — на 20 процентов.

33 станции Московского метрополитена оснащены лифтами, 39 станций — тактильными ограничительными линиями, 174 станции — системой звукового оповещения о прибытии поезда. Кроме того, помощь гражданам с ограниченными физическими возможностями в их передвижении на метрополитене оказывает Центр обеспечения мобильности пассажиров.

## АДРЕСНАЯ ПОМОЩЬ

В прошедшем году на оказание адресной социальной помощи москвичам, находящимся в трудной жизненной ситуации, из бюджета города Москвы были выделены средства в размере 1,7 миллиарда рублей. Материальную денежную помощь получили 78,4 тысячи человек.





Нуждающимся гражданам было выдано 343 тысячи продуктовых наборов, 111,4 тысячи наборов одежды и 33,8 тысячи товаров длительного пользования. При этом в большинстве случаев помощь была оказана с использованием электронных сертификатов, в том числе в 83-х процентах случаев обеспечения продуктовыми наборами, в 77 процентах — наборами одежды и в 100 процентах — товарами длительного пользования. Применение электронных сертификатов позволяет гражданам самостоятельно выбрать и приобрести необходимые им товары.

## ПРЕДОСТАВЛЕНИЕ ГОСУДАРСТВЕННЫХ УСЛУГ В ЭЛЕКТРОННОМ ВИДЕ

Владимир Петросян отметил, что Москва одной из первых начала переводить оказание услуг в сфере социальной защиты населения в электронный вид. В настоящее время в электронном виде предоставляются 27 государственных услуг, включая оформление социальных выплат семьям с детьми, выдачи удостоверений многодетным семьям, социальных выплат старшему поколению и другие. Оформление социальных выплат полностью переведено на удаленные каналы, личного прихода заявителей в органы соцзащиты или

центры «Мои документы» не требуется. В 2016 году исключительно в электронный вид были переведены 9 государственных услуг: с 1 марта — 2 услуги по предоставлению единовременных выплат в связи с рождением ребёнка, а с 1 октября — 7 услуг по назначению ежемесячных социальных выплат многодетным семьям. В прошлом году был отмечен огромный рост популярности электронных услуг в социальной сфере. Их объёмы увеличились в 5,4 раза — до 243,1 тысячи оказанных услуг, в 2015 году таких услуг было оказано 45,2 тысячи.

В заключение своего выступления Владимир Аршакович определил основные задачи, стоящие перед Департаментом труда и социальной защиты населения города Москвы в 2017 году. Это дальнейшее повышение уровня доступности и качества оказания социальных услуг, усиление адресного и индивидуального подхода к получателям этих услуг, дальнейшее развитие системы оказания услуг в электронном виде, рост количества детей-сирот, воспитывающихся в семьях, усиление адресной поддержки нуждающихся семей с детьми, повышение комфортности городской среды для пожилых граждан и инвалидов. Руководитель Департамента выразил уверенность в том, что в этом году удастся добиться еще более высоких результатов в деле социальной защиты и поддержки жителей столицы.



# АКТИВНЫЙ ГРАЖДАНИН СТОЛИЦЫ: ЦИФРЫ И ФАКТЫ

Участники проекта «Активный гражданин» проголосовали за программу ежегодного фестиваля для приемных и опекунских семей и месяц его проведения.



**В** 2016 году в рамках празднования Международного дня защиты детей в столичном парке «Сокольники» впервые состоялся городской фестиваль приёмных и опекунских семей. Для его гостей были организованы различные игры и конкурсы, а кульминацией праздника стал большой концерт с участием детских коллективов. Фестиваль прошёл с большим успехом, и было принято решение сделать его постоянным. Для того чтобы узнать мнение москвичей, это предложение было выставлено на голосование в проекте «Активный гражданин».

Всего в голосовании приняли участие 205 803 человека.

Пятая часть из них (20,65 %) высказались за то, чтобы в программу фестиваля включили подвижные игры для детей и взрослых. Так проголосовали в равной степени все участники.

Анимационные программы выбрали 15,28 % активных граждан. Чаще так отвечали женщины и люди в возрасте от 25 до 34 лет.

13,59 % проголосовавших посчитали, что в программу фестиваля необходимо включить посадку деревьев на специальной аллее. Этот вариант ответа был популярен у активных граждан старше 45 лет.

Экскурсии по Москве-реке на теплоходе предпочли 13,34 % активных граждан.

За специальные лекции для приемных родителей, а также тех, кто хочет ими стать, проголосовали 13,12 %.

10,33 % посчитали, что в программу фестиваля нужно включить концерт детских творческих коллективов. Так часто отвечали активные граждане в возрасте от 35 до 45 лет.

А вот 5,81 % проголосовали за велопробег. Этот вариант оказался наиболее популярен у мужчин.

Более тысячи человек представили свои идеи по наполнению программы фестиваля приемных и опекунских семей. Среди них: проведение различных мастер-классов и творческих мастерских, консультации психологов, встречи с приёмными родителями, которые могут поделиться своим опытом.

Затруднились с ответом на вопрос 4,09 % активных граждан, ещё 3,48 % передали решение этого вопроса специалистам.

Многие (32,14 %) посчитали, что фестиваль для приемных семей нужно организовать в июне. Так чаще отвечали женщины, участвовавшие в проекте.

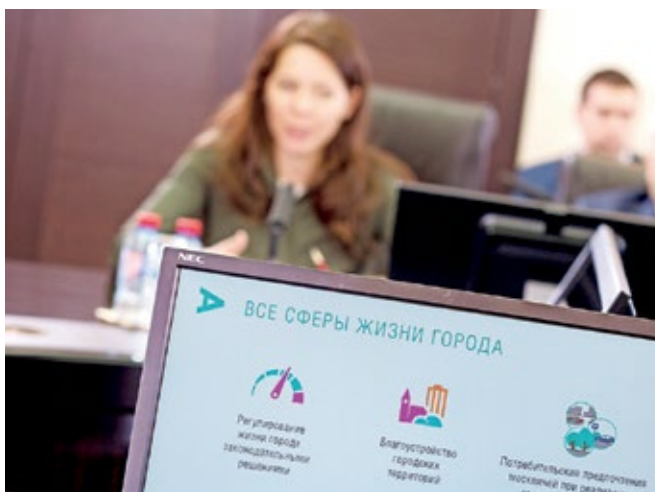
Однако 26,05 % предложили проводить подобные встречи в мае. Данный вариант ответа был популярен у участников проекта до 18 лет, а также у активных граждан с детьми.

За июль проголосовали 12,32 % активных граждан. За этот месяц чаще высказывались мужчины, а также участники проекта в возрасте от 18 до 34 лет.



### Мэр Москвы Сергей Собянин:

— За год в проекте приняли участие более миллиона москвичей, при этом 80 % из них — люди в возрасте от 18 до 45 лет.



**«Активный гражданин» — это проект, который помогает москвичам влиять на решения, принимаемые администрацией города.**

«Активный гражданин» — проект Правительства Москвы. С его помощью горожане могут донести до властей своё отношение к решениям, которые принимаются в различных сферах жизни города — от благоустройства территорий до запрета алкогольных энергетиков.

Проект доступен на сайте <http://ag.mos.ru>, а также на мобильных платформах IOS, Android и Windows Phone.

Новые темы для голосования по вопросам, касающимся жизни города, появляются на сайте проекта не реже раза в неделю.

Для участия в голосованиях «Активного гражданина» необходимо зарегистрироваться. При регистрации не обязательно указывать свой адрес, можно выбрать район, где живёшь или работаешь.

За участие в голосованиях в проекте «Активный гражданин» начисляются баллы.

Отвечая на вопросы, пользователь своим голосованием не только напрямую влияет на принимаемые властями решения, но и получает баллы, которые впоследствии можно обменять на товары или услуги (парковочные часы, прокат велосипедов, билеты в театры или музеи и др.). Подробнее читайте на сайте <http://ag.mos.ru>.

**Аналогов проекта «Активный гражданин» за рубежом нет.**

Москва — единственный город, где жители получают бонусы, отвечая на вопросы администрации. За рубежом есть похожие сервисы, но там платят за другое. Например, в британской игре Chromagoma пользователи получают очки, если едут в метро до или после часа пик и выходят на станцию раньше, чтобы прогуляться. А сервис Greenredeem позволяет накапливать и тратить баллы за сдачу макулатуры, экономию воды и электричества, ответы на вопросы по экологии.

**23 мая проекту «Активный гражданин» исполняется год.**

В день празднования дня рождения проекта в 15 парках Москвы будут организованы 45 точек бесплатного проката различного спортивного инвентаря: велосипедов, роликовых коньков, теннисных ракеток, фрисби и т.д. Воспользоваться им смогут все участники приложения.



**Заместитель мэра Москвы Анастасия Ракова:**

— Половина участников проекта — люди с детьми. Но это не значит, что мы не хотим привлечь в этот проект другие целевые группы. Мы начинаем отдельные проекты, работающие и на другую аудиторию.



Август набрал 7,07 %, чуть меньше (7,04 %) — у сентября.

Но чаще всего встречался вариант — организовать фестиваль в апреле (до начала летнего сезона) или в октябре, когда все дети и взрослые вернутся из отпусков.

Около тысячи участников представили свои идеи по времени проведения фестиваля. Затруднились с ответом 8,35 % активных граждан, еще 6,59 % передали решение этого вопроса специалистам.



ДЕПАРТАМЕНТ ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

## С ПОРТАЛОМ УДОБНО!

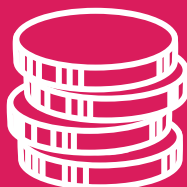
Оформляйте пособия на детей в электронном виде на Портале городских услуг Москвы [PGU.MOS.RU](http://PGU.MOS.RU)

С 1 марта 2016 г. выплаты при рождении оформляются только на Портале:

- Единовременная компенсация в связи с рождением (усыновлением) ребенка:
  - 5 500 руб. на 1-го ребенка;
  - 14 500 руб. на 2-го и последующих детей.



- Дополнительное единовременное пособие в связи с рождением ребенка молодым семьям москвичей до 30 лет:
  - 5 прожиточных минимумов на 1-го ребенка;
  - 7 прожиточных минимумов на 2-го ребенка;
  - 10 прожиточных минимумов на 3-го и последующих детей.



Заполнив одно заявление, можно одновременно оформить несколько детских выплат



Оформляйте выплаты в удобное время из любого места, где есть интернет



Экономия времени родителей

# ИЗ ПЕНСИОНЕРОВ — В «ЮЗЕРЫ»

Правительство Москвы уделяет большое внимание обучению людей старшего возраста компьютерной грамотности. Очередное занятие состоялось в Московском городском университете управления Правительства Москвы. Его посетил руководитель Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимир Петросян. Он пообщался со слушателями и оценил организацию процесса обучения пожилых людей.



**Н** и для кого не секрет, что подружиться с компьютером без посторонней помощи пожилому человеку непросто. Кнопки, значки, непонятные термины... И это при том, что практически все государственные услуги и ряд необходимых для жизни дел (оплата услуг ЖКХ, мобильного телефона, перевод средств и многое другое) человек может выполнить, не выходя из дома, при наличии компьютера и Интернета. Но это — при условии, что ты являешься «пользователем персонального компьютера (ПК)» или, как звучит

это слово на английском языке, «юзером». Хорошо, если дети и внуки помогут, а если нет?..

В 2004 году по инициативе Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы в столице были открыты три первых кружка по обучению людей старшего возраста компьютерной грамотности. Сейчас работает уже 121 клуб при ТЦСО, и в 2016 году обучение в них прошли более 10-ти тысяч пенсионеров. Также занятия проводятся в городских учреждениях культуры и образования, в которых курсы

окончили около 2-х тысяч пенсионеров. В октябре 2016 года одним из мест их проведения стал Московский городской университет управления Правительства Москвы (ГУУ). Как сообщили в его пресс-службе, курсы ориентированы в первую очередь на неработающих пенсионеров и инвалидов. Главная цель — научить пенсионеров пользоваться госуслугами в режиме «онлайн». За этот период на базе ГУУ обучились около 3-х тысяч пенсионеров.

Стоит отдать должное организаторам, которые позаботились о комфорте своих подопечных. Во-первых, информацию о данной программе обучения пенсионеры получают из первых рук — в отделениях соцзащиты по месту жительства. Сотрудники учреждений Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы рассказывают пожилым о существовании данной программы, поясняя, что обучение совершенно бесплатное, а расписание подбирается для каждого с учётом занятости. Для удобства слушателей курсы работают в две смены — первая начинается в 9 утра, вторая — в час дня. Занятия очень нравятся пожилым москвичам. Вот, что рассказали слушатели курса «Основы компьютерной грамотности».

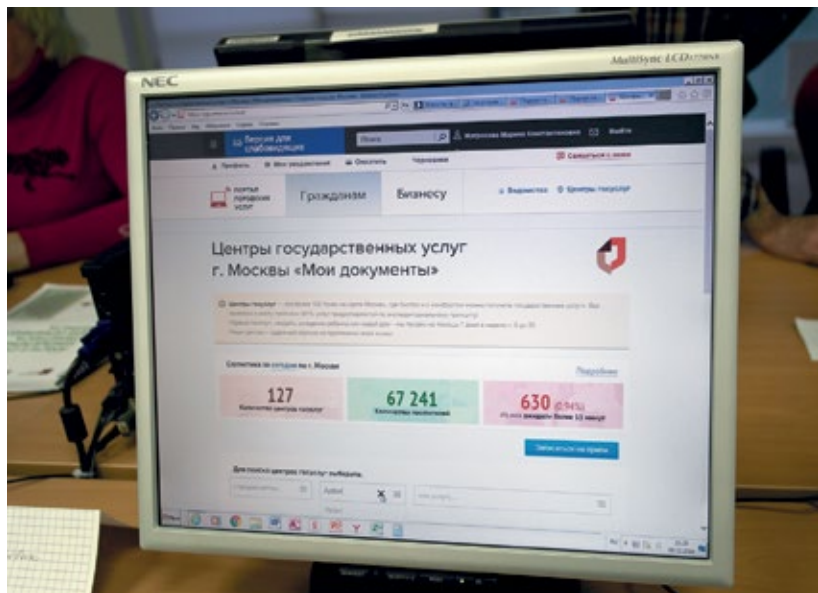
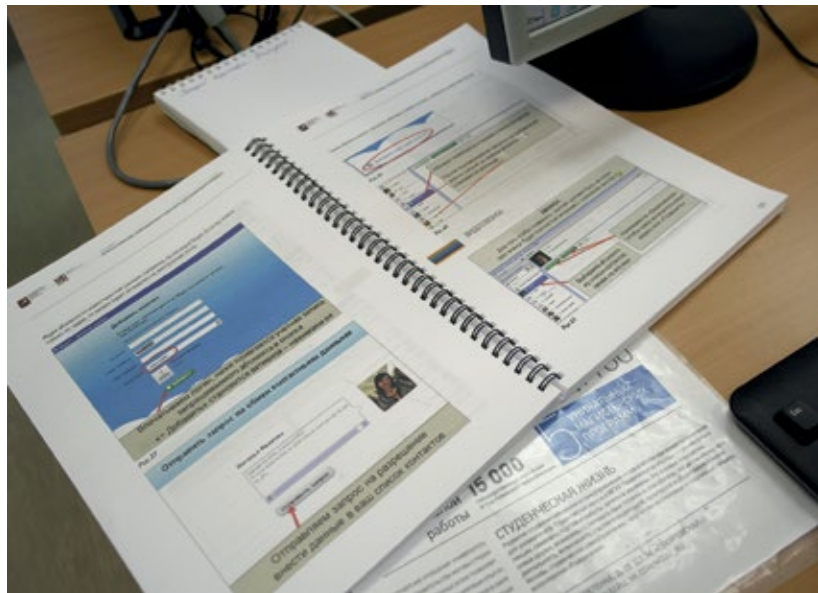
**Наталья Константиновна Мартынова, пенсионерка:**

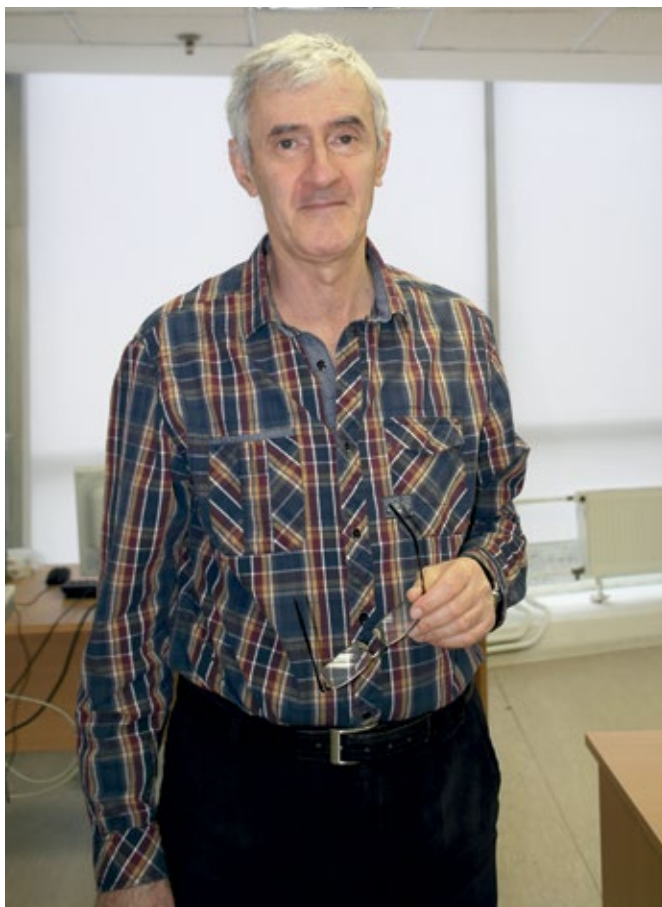
— Наши преподаватели обладают большими знаниями. К нам они относятся уважительно, терпеливо, понятно всё объясняют, и это очень приятно. А еще каждому на курсах выдали методичку, её мы еще будем изучать самостоятельно, дома. Она помогает освоить компьютер «с нуля», содержит информацию о разных сферах Интернета, как пользоваться поисковиком, заходить на порталы, регистрироваться на сайте госуслуг и многое другое.

Мы все здесь разные, но мне повезло, я уже раньше была немножко знакома с компьютером. Освоила курсы печати Шахиджаняна, так что с клавиатурой мне работать легко. Но всё равно, здесь я и старые знания смогла освежить, и узнала много нового. Жить стало интереснее в эмоциональном плане, чувствуешь себя более полноценным человеком.

**Геннадий Фёдорович Семёнов, слушатель курса компьютерной грамотности:**

— Это очень полезное и нужное дело, спасибо тем, кто выдвинул эту идею, — обучать пенсионеров. Единственное, люди уже в возрасте, и достаточно сложно учиться в такой большой группе, у нас, например, 18 человек. Естественно, в процессе учебы возникают разные вопросы, и преподаватель «разрывается» между нами. Считаю, что макси-





мально в группе может быть 10 человек. И ещё одна проблема: разный уровень учеников. Есть те, кто вообще не знает клавиатуру, им сложно переходить с английского на русский, не путать буквы при наборе. Думаю, нужно всё-таки как-то дифференцировать слушателей.

Все пенсионеры, как один, говорят — учиться тяжело, но интересно! Особенно, когда твой преподаватель — недавний выпускник вуза и годится тебе во внуки. Или, наоборот, твой ровесник, только более «продвинутый».

**Преподаватель Геннадий Абрамович Вайндорф:**

— Самое главное — суметь преодолеть психологический барьер между устройством и пользователем. Очень важно, что у моих учеников есть мотивация, у каждого слушателя! Они стараются, хотят научиться. Сразу получается не все. На это я им всегда говорю: «Когда ваши дети учились ходить, они сначала падали, падали, а потом научились ходить. Так и у вас все обязательно получится!»

На первом занятии преподаватель подробно рассказывает об устройстве компьютера: что такое мышка, клавиатура, системный блок, монитор. Далее идет работа с текстовым редактором, создание и редактирование «вордовского» документа. Слушатели учатся





печатать буквы, цифры и другие знаки на клавиатуре. Кому-то это покажется пустяком, но для пенсионеров, впервые севших за компьютерный стол, все не так-то просто. Первое задание — набрать предложение, сохранить файл, а потом отредактировать написанное. Удалить знак справа, дописать пару слов слева, и такое привычное большинству уверенных пользователей действие: «копировать — вставить». Выровнять текст по краю, изменить шрифт, вставить дату, картинку... Эти действия должны отрабатываться ежедневно, поэтому немудрено, что учащиеся курсов компьютерной грамотности на первых порах испытывают некоторые затруднения.

Следующий этап — освоение Интернета. Слушатели знакомятся с понятиями «браузер», «поисковик», учатся навигации на просторах Всемирной паутины. А также осваивают базовые умения: скачать и сохранить на рабочем столе картинку из Интернета, посмотреть расписание автобусов, электричек, схему метро, найти короткий маршрут от станции «А» до станции «В», посмотреть прогноз погоды, телепрограмму, коротко прочесть о сюжете интересующей их передачи. Не остается без внимания и востребованный сервис электронной почты: ученики заводят аккаунт и отправляют друг другу письма на определенный адрес. Также в программу входит работа с порталом госу-

#### **МНЕНИЕ**

**Владимир Баженов, преподаватель курсов в Академии:**

— Ученики были очень разные: кто-то внимательный и организованный, кто-то совсем наоборот. Но объединяло их то, что за все годы работы преподавателем я никогда не встречал такой благодарной, отзывчивой публики, как ученики-пенсионеры. Некоторые обращаются за помощью до сих пор. Пишут мне в соцсетях, по почте, выходят на связь в Skype. Приятно думать, что все это стало возможным благодаря проекту.

луг, использование Интернета на мобильных устройствах, регистрация на различных форумах и сайтах. Например, чтобы узнать больше о лекарствах, пенсионерам предлагается зарегистрироваться на сайте Аптека.ру, а познакомиться с отзывами о товарах — на Яндекс-Маркете. По окончании курса ученики должны продемонстрировать свои умения на практике. Их ждёт небольшой, но самый настоящий зачёт, — самостоятельно выполнить определенное задание, используя приобретенные знания.

Вместе с Владимиром Петросяном на открытом занятии по курсу «Основы компьютерной грамотности»

**Елена Чикаренко, исполнительный директор благотворительного фонда «Качество жизни»:**

— Мы заметили, что уровень начальных знаний и запросов не зависит от возраста слушателей. В Академию приходят и те, кому только исполнилось 50, а самому старшему нашему слушателю, о котором у нас уже ходят легенды, — 86 лет.

Курсы очень востребованы. Благодаря финансовой поддержке нашего партнёра, компании JTI, удалось создать современный компьютерный класс, разработать и издать прекрасные учебники, адаптированные для пожилых людей, привлечь к обучению преподавателей высшей школы. Мы гордимся тем, что за два года этой дорогой прошли более 1000 пожилых людей.

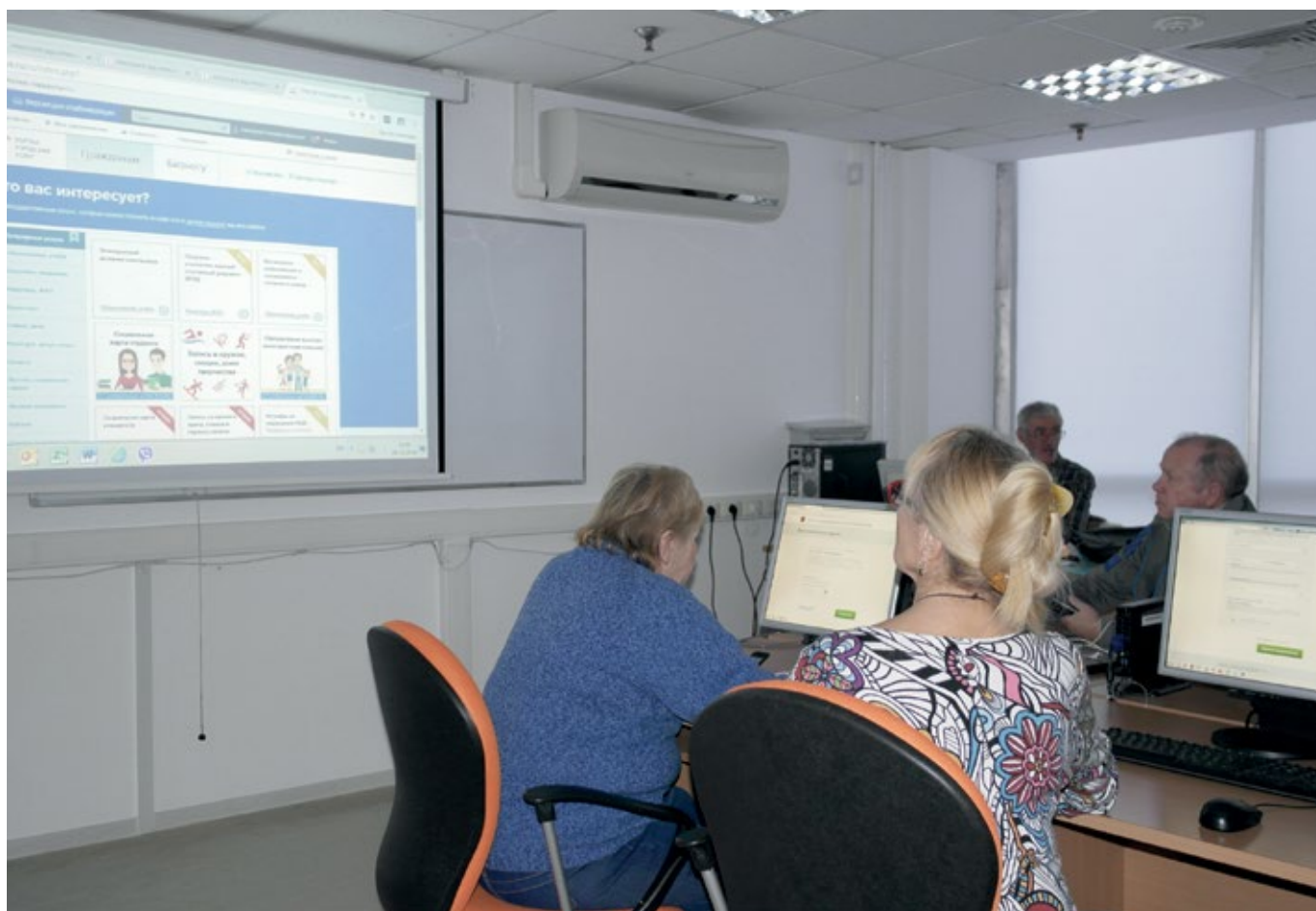
**МНЕНИЕ****Татьяна Саликаева, пенсионерка, выпускница Академии:**

— Лично я вообще ничего не знала: как печатать, как и где зарегистрироваться. Могла только Word открыть — и все. Теперь я умею печатать, зарегистрировалась в «Одноклассниках» и Facebook, общаюсь с бывшими коллегами. И все теперь делаю через городской портал госуслуг. Правда, еще не так уверенно, как хотелось бы, но главное — практика. Такие курсы очень полезны, особенно для женщин. Вы не представляете, как много моих сверстниц боятся компьютера. У меня теперь есть планшет, я им все показываю и рассказываю, хочу увлечь их своим примером.

**Александр Трушин, пенсионер, выпускник Академии:**

— Мы решили пойти на курсы вместе с женой. Для начала купили первый в нашей жизни компьютер. Знаний не было никаких вообще. Мы освоили соцсети и Skype, с удовольствием общаемся с друзьями и близкими и больше не тратим время на то, чтобы разносить по разным ведомствам платежки и показания счетчиков. Теперь мечтаю научиться покупать онлайн билеты и другие товары.



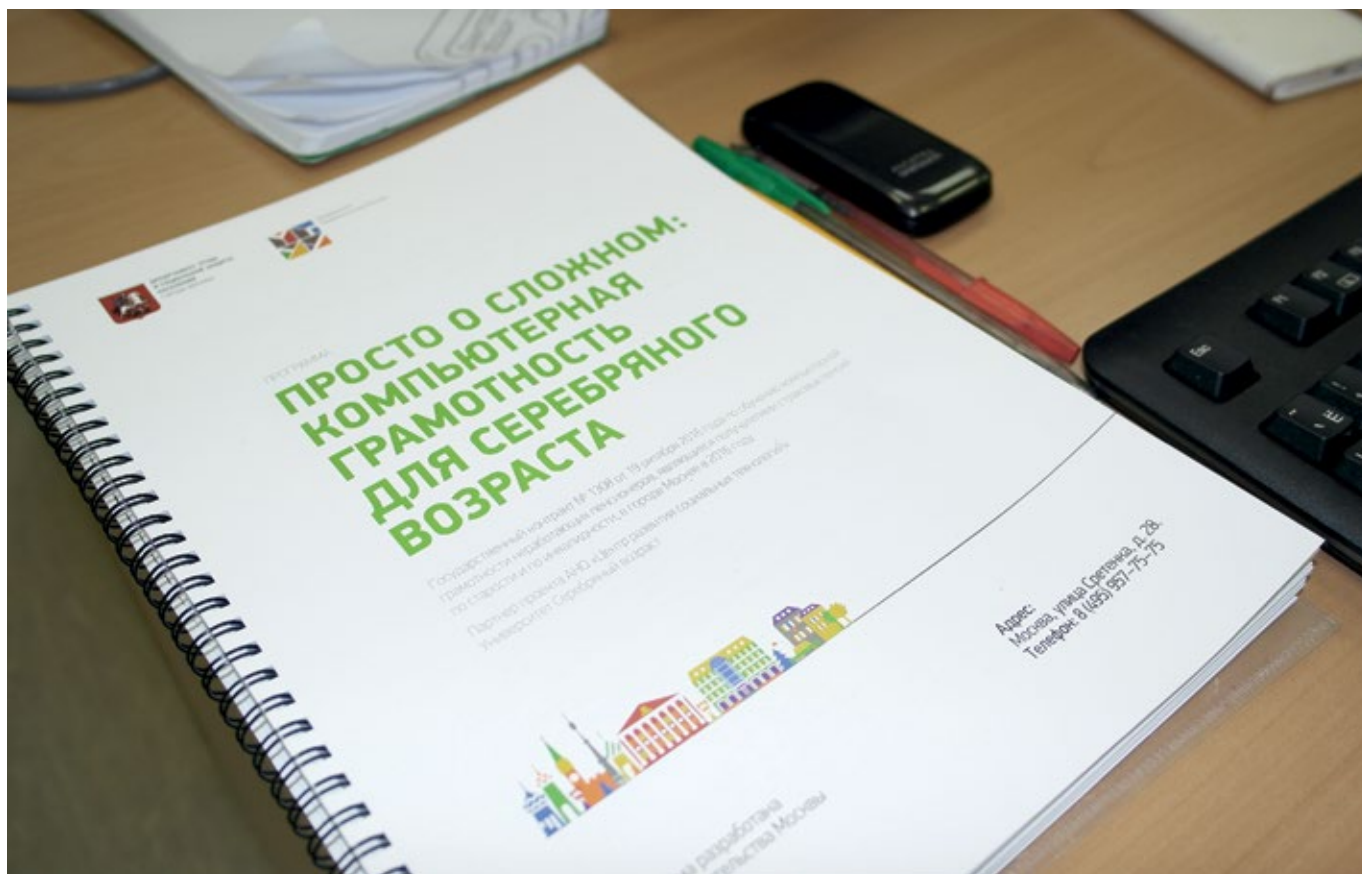


сти» в Московском городском университете управления побывали и другие чиновники. Они пообщались с пенсионерами, выслушали просьбы, замечания и пожелания по работе курсов. Так, многие ученики попросили создать поддерживающий портал, на котором можно было бы получать консультации после завершения обучения, так как, по их словам, дома, на практике, всегда возникает очень много вопросов, а адресовать их бывает некому. Организаторы курсов обещали решить этот вопрос и сообщили, что на следующий год программа по обучению пенсионеров будет продолжена. Затем чиновники дали комментарии прессе.

**Антон Викторович Дроздов, председатель правления Пенсионного фонда РФ:**

— Обучение пенсионеров проходит по всей стране, мы сегодня познакомились с опытом Москвы. С удовлетворением могу отметить, что все организовано на высоком уровне. Считаем, что эта программа эффективна. По всей стране сейчас обучается почти 40 тысяч человек в 72 регионах. В следующем году эта программа будет продолжена. Думаю, мы увеличим число обучающихся, и учтём все просьбы и пожелания, которые сегодня услышали.





**Елена Васильевна Бибикина, член Совета Федерации:**

— Это очень важная и значимая программа. Надо видеть лица людей, которые сидят за компьютерами и обучаются азам или совершенствуют свои знания. Они рады, и это здорово, потому что люди в возрасте будут иметь возможность общаться в Интернете, быть более занятыми, активными и востребованными. Эта программа обязательно должна продолжаться, чтобы пожилые люди были приобщены к жизни, могли обучаться и жить в удовольствие.

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

— Для Москвы это очень важная и нужная программа, мы благодарны Пенсионному фонду, который нас поддержал. Мы перевели в электронный вид семь государственных услуг, которые касаются москвичей старшего возраста. И для нас очень важно, чтобы пенсионеры могли свободно ими пользоваться, умели работать с Интернетом, заходить на портал госуслуг и в полной мере использовать предоставленные возможности. Именно поэтому Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы обязательно продолжит реализацию



программы обучения пенсионеров компьютерной грамотности в дальнейшем.

Кстати, полученные навыки пожилые могут использовать не только дома. В 2016 году уже шестой раз состоялся Всероссийский чемпионат по компьютерному многоборью среди пенсионеров. Чтобы попасть на соревнования, нужно пройти отборочный тур. Номинаций две — «Начинающий пользователь» и «Уверенный пользователь». В мае текущего года в Москве состоялся финал городского чемпионата. Победителем в номинации «Начинающий пользователь» стала Свечникова Людмила Ивановна из Зеленограда, второе и третье места заняли Титова Лидия Александровна (СЗАО) и Парненко Юрий Васильевич (ЮВАО). Самым уверенным пользователем признан Симановский Евгений Евгеньевич из Центрального административного округа. Дипломом за второе место награждена Приставка Марина Григорьевна (ЗелАО), третье место заняла Гвоздева Наталья Юрьевна (СЗАО). А в июне на VI Всероссийском чемпионате по компьютерному многоборью, который прошел в Новосибирске, московская сборная завоевала серебряные награды в общекомандном зачете и четыре медали в личном первенстве.

Москва также вошла в число 10 регионов, которые были отмечены организаторами за успехи в обучении компьютерной грамотности представителей старшего поколения.



# ОТЛИЧНАЯ РАБОТА

В Государственном автономном учреждении (ГАУ) «Реабилитационный центр «Текстильщики»» состоялось расширенное заседание Общественного совета. В его работе приняли участие заместитель начальника Отдела организации работы реабилитационных учреждений Управления по социальной интеграции лиц с ограничениями жизнедеятельности Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Елена Александровна Русинова, представители общественных организаций инвалидов, а также родители детей-инвалидов, получающих услуги в Центре.



Ольга Викторовна Михайлова

**Н**а заседании Совета выступила директор реабилитационного центра «Текстильщики» Ольга Викторовна Михайлова, рассказавшая о результатах деятельности учреждения в 2016 году и задачах, стоящих перед Центром в 2017-м.

Реабилитационный центр «Текстильщики» работает по инновационной модели построения персонифици-

рованного реабилитационного процесса клиентов с различными ограничениями жизнедеятельности для повышения качества и уровня их жизни, обеспечения возможности максимальной интеграции в общество. В учреждении проводится эффективная реабилитация инвалидов по передовым отечественным и европейским технологиям, реабилитационная диагностика, а



также активный социальный мониторинг потребностей людей с инвалидностью, проживающих в Москве.

Основными целями деятельности Реабилитационного центра являются: разработка и реализация программ профилактики инвалидности у детей, удовлетворение потребностей москвичей, нуждающихся в доступных и качественных реабилитационных услугах в формах, установленных Департаментом труда и социальной защиты населения города Москвы, в рамках социального сопровождения семей лиц, состоящих на учете в Центре.

Работая по принципу «ориентации на эффективный результат», реабилитационный центр «Текстильщики» оказывает услуги инвалидам с ДЦП и другими тяжелыми ограничениями жизнедеятельности (независимо от возраста), включая детей-инвалидов, детям со стойкими и/или тяжелыми ограничениями здоровья (не признанным детьми-инвалидами в установленном порядке), проживающим в городе Москве, а также членам их семей.

Основные виды деятельности Центра — реабилитационная, медицинская, образовательная с целью дополнительного профессионального образования

специалистов, работающих в сфере социальной интеграции, научно-методическая, международная, деятельность в области сбора, обработки, передачи, хранения и обмена информацией и т.д. Большое внимание уделяется профилактике инвалидности у детей вследствие заболеваний, травм и врожденных дефектов, приводящих к стойким и тяжелым физическим ограничениям.

В своем докладе Ольга Викторовна отметила, что государственные задания 2011-2016 годов Центр выполнил в полном объеме. Хотя учреждение рассчитано на ежедневное обслуживание 50 человек при длительности курсов реабилитации от 14 до 90 дней, однако в прошлом году фактическая заполняемость Центра составила 120 человек в день.

В 2016 году состоялось 78 заседаний реабилитационной экспертной комиссии (РЭК), на которых было рассмотрено 2746 дел клиентов, сформированы программы реабилитации для 1717 человек, всего в прошедшем году курс комплексной реабилитации получили 1456 москвичей.

Для оказания реабилитационных услуг высокого уровня в Центре применяются самые современные



российские технологии. В их числе метод иммерсионной терапии, основанный на влиянии кратковременной антигравитации на организм человека. Имитатор опорной нагрузки «Корвит» предназначен для моделирования опорных реакций с использованием принципа пневмомеханического давления. Биомеханический аппаратно-программный комплекс «Видеоанализ движений» применяется для количественной и качественной оценки биомеханических характеристик двигательных функций человека, а лечебный костюм «Регент» — для лечения и реабилитации пациентов с расстройствами движения. Методика психорелаксации и оптимизации работоспособности человека реализуется благодаря использованию комплекса «Релаксротонда».

В заключение Ольга Викторовна Михайлова определила задачи, стоящие перед Центром в наступившем году, а именно:

- выполнение в полном объеме государственного задания на 2017 год;
- совершенствование управления бизнес-процессами путем развития информационной системы управления и контроля мероприятий по поддержке и реабилитации инвалидов вследствие ДЦП и членов их семей, в том числе через интеграцию с информационными системами органов и учреждений социальной



защиты населения (Департаментом труда и социальной защиты населения города Москвы, районными и окружными управлениями социальной защиты населения, территориальными центрами социального обслуживания);

— дальнейшая разработка и отбор современных эффективных диагностических и реабилитационных методов, методик, технологий, применяемых в России и за рубежом, позволяющих объективно оценивать социально-экономическое положение инвалида и членов его семьи, их нуждаемость в государственной социальной поддержке, виды и степень ограничений жизнедеятельности; на доказательной основе коллегиально определять структуру и виды реабилитационных мероприятий комплексной медико-социальной реабилитации; обеспечивать инструментальный контроль хода реабилитационного процесса и динамики коррекции имеющихся у инвалида физических ограничений;

— расширение научно-методического направления, в том числе: реализовать программу обучающих семинаров и мастер-классов для специалистов функциональных подразделений Центра по теоретическим и практическим основам реабилитационной деятельности, привлекать к консультативно-диагностическим, реабилитационным и научно-методическим мероприятиям и сотрудничеству ведущие российские и зарубежные организации, обеспечить работу Научно-методического совета для повышения эффективности научно-методического, информационно-аналитического и экспертного обеспечения деятельности Центра;

— организация на базе Центра с участием заинтересованных организаций федеральной профессиональной стажировочной площадки в целях создания системы повышения квалификации и последипломного образования для специалистов в области реабилитации и абилитации детей-инвалидов;

— развитие системы оказания платных услуг, в том числе путем внедрения современных механизмов франчайзинга и продвижения Центра на рынке реабилитационных услуг для лиц с ограниченными возможностями здоровья;

— продолжение мероприятий по оптимизации издержек на содержание филиала «Томилино»;

— дальнейшее внедрение «эффективного контракта» и системы оплаты труда на основе оценки результатов деятельности Центра /подразделения/ сотрудника.

Все участники мероприятия дали высокую оценку деятельности ГАУ «Реабилитационный центр «Текстильщики» и пожелали руководству и коллективу успехов в реализации поставленных задач.



# ТЕРАПЕВТЫ В УПРЯЖКЕ

В четвертый раз в парке «Сокольники» с успехом прошла реабилитационная программа «По пути с хаски» при поддержке Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы. На этот раз в ней приняли участие около шестисот детей из городских коррекционных школ, колледжей и психоневрологических интернатов.



«Собака — друг человека», — так гласит всем известная поговорка. А в рамках программы реабилитации и социализации детей с ограниченными возможностями здоровья «По пути с хаски» четвероногие превращаются не просто в друзей, а в настоящих докторов. Ведь доподлинно известно, что положительные эмоции способны творить чудеса. Уже четвертый раз зимой в Сокольниках раздаётся залиvistый лай, переходящий в протяжный, нетерпеливый вой. Так встречают своих маленьких друзей небольшие, но очень энергичные

собаки — северные хаски. Для реабилитации детей с различными нарушениями эта порода подходит как нельзя лучше. Поскольку у хаски отсутствует ген агрессии к человеку, эти собаки очень терпеливые и дружелюбные. Кстати, исторически на севере у них не было одного конкретного хозяина, они привыкли слушаться того, кто в данный момент находится рядом. Поэтому всю свою безмерную любовь они с радостью дарят каждому ребенку без исключения. На улице морозно, около семи градусов ниже нуля, и у ребятни зарумянились щеки. А вот животным при такой темпе-

ратуре даже жарко, комфортные для них -20 остались там, откуда они приехали, — в Карелии. Именно там находится оздоровительно-туристический лагерь «Большое Приключение», который создали путешественники Дмитрий и Матвей Шпаро. Они же являются организаторами программы «По пути с хаски». Благодаря поддержке Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы, а также компании «Нестле Пурина ПетКер» сотни мальчишек и девочек могут на свежем воздухе бесплатно пообщаться с хаски и пройти игру-квест. В большой синей полярной палатке они получают инструктаж и отправляются по интереснейшему маршруту. По легенде, на Северный полюс, а именно на российскую арктическую станцию «Барнео», прибывает новая экспедиция учёных-полярников. Дети превращаются в сотрудников станции, которые должны встретить вертолет с коллегами и помочь ему приземлиться. Одно из условий — подходящая для этого погода. С помощью сотрудника Центра дополнительного образования «Лаборатория путешествий» дети разбираются в том, какая в данный момент облачность, есть ли осадки, каковы скорость и направление ветра. Далее определяется возможность посадки вертолета, и, используя настоящую рацию, ребята самостоятельно передают все полученные данные в «штаб».

— К нам приходит много детей с нарушенной моторикой рук, и им сложно самостоятельно сделать ветроуказатель, но, несмотря на это, у них появляется полное ощущение причастности к происходящему и радость от результата, — рассказывает сотрудник «Лаборатории путешествий» Николай. — Конечно, мы немного упростили показания, учитывая детский возраст, и всем детям очень нравится этот этап. У нас в гостях были воспитанники одного из психоневрологических интернатов, которые пришли в восторг от осознания, что мы ждем вертолет и что он может приземлиться, так как условия подходящие. Они ликовали и восторженно передавали все в штаб. Дети есть дети, для них это очень интересная игра.

На других этапах мини-приключения дети учатся варить настоящий арктический витаминный морс из замороженных ягод, обращаться с упряжкой собак, узнают все тонкости нахождения и работы на Северном полюсе. И неизменно катаются в нартах, запряженных восьмеркой сильных и выносливых хаски. Они молниеносно пробегают довольно приличный круг в лесу парка «Сокольники» и устают только от одного — однообразия маршрута и постоянных остановок. Ведь это собаки-марафонцы, на севере они могут преодолевать дистанции в десятки, а то и сотни километров! При этом они безукоризненно слушаются каюра.




**Александр Синицын:**

— Я приехал сюда впервые. Было очень здорово прокатиться в санях, собаки так неслись, но я не испугался, даже вспомнил детство. Очень давно не катался.

— Здесь маршрут несложный, и собаки его уже запомнили, а на севере ими нужно по-настоящему управлять. Хаски подбираются в упряжку определенным образом. Например, сейчас в середине стоят две мощные собаки, спереди — вожаки и самые умные. Сзади — самые выносливые, которые могут резво стартовать и сдвинуть упряжку с места, — поясняет специалист ЦДО «Лаборатория путешествий» Майя Католина.

Сколько счастья, улыбок, доброты и энергии дарят эти неугомонные гости с севера! Многие дети приезжают в Сокольники уже не первый раз и ищут среди тридцати хаски своего любимого друга. Возможность искреннего общения со стопроцентной гарантией того, что тебя поймут, примут и полюбят таким, каков ты есть, — вот что такое программа «По пути с хаски». Это очень важно для особенных членов нашего общества — слабослышащих и слабовидящих детей, а также детей и взрослых с задержкой психического развития.

Тренер-преподаватель Психоневрологического интерната № 20 города Москвы Михаил Артамонов

**Андрей Самошин:**

— Я люблю собак с детства, кошек меньше люблю. А собака для меня — это второй друг, я с ними легко нахожу общий язык, они меня понимают, они очень ласковые.

приехал в гости к хаски с группой воспитанников, возраст которых от 23 до 30 лет. По паспорту взрослые, в душе — дети.

— Мы здесь уже третий год. У моих подопечных всегда буря эмоций, и все сплошь положительные. Кому-то немножко страшно, тем, кто первый раз приехал, но столько восторга я не видел у них ни разу, — рассказывает Михаил. — После этих поездок у ребят остается много впечатлений, они обсуждают поездку с другими, выкладывают фотографии в Интернет. Друг другу они, может быть, и не откроются в своих эмоциях, а собакам, которых можно погладить и прокатиться на них в упряжке, они как бы доверяют все свои секреты. Многие до этого вообще боялись собак, животных в целом. А здесь увидели, какие это милые существа. Пообщавшиеся с хаски становятся добрее. Те, кто несет частички доброты в себе, получают здесь обратную связь. Я считаю, что это главное, когда человек может отдать частичку своего добра и не стесняется это делать. С собаками иногда проще раскрыться, чем с людьми.





**Директор ГБУ «Лаборатория путешествий», член Совета при Правительстве Российской Федерации по развитию детского туризма Матвей Дмитриевич Шпаро:**

— Самое важное, что эти собаки сотнями лет жили на севере и там сумели выработать в себе очень важное качество, отличающее их от других собак. Они любят того человека, который находится рядом с ними. Без любви на севере выжить невозможно. Я очень рад, что на две недели кемпинг в Сокольниках превращается в маленький, пусть и импровизированный, но всё-таки Северный полюс.

Я искренне надеюсь, что детей, участвующих в этой программе, год от года будет все больше.

Сотрудник школы-интерната № 30 имени К.А. Микаэльяна Марина Рыбина полностью согласна с тем, что подобные программы, действительно, помогают детям в социализации. Её группа состоит из пяти детей, все они слабослышащие.

— Лично я приезжаю сюда уже второй год, а наши дети в третий раз. Они активно участвуют в программах «Лаборатории приключений», несколько раз ездили в Карелию, Крым, Краснодар и подмосковную Рузу. Дети

всегда получают массу впечатлений и эмоций. Многие хотят возвращаться снова и снова, поскольку уже есть друзья-инструкторы, есть собаки, которых они помнят и едут именно к ним. Здорово, что даже взрослые инструкторы воспринимают таких особенных детей как обычных, им никто не делает поблажки. Если они идут в поход, они проходят те же маршруты, что и все остальные. В лагерях они общаются с ровесниками, знакомятся с новыми людьми и, что очень важно, выходят за рамки своей группы.

На открытии программы в Сокольниках присутствовали почётные гости, среди которых была телеведущая Светлана Зейналова. У её дочери аутизм, и Светлана хорошо понимает, с чем сталкиваются родители детей с ограниченными возможностями здоровья каждый день. Популярная телеведущая призналась, что собака стала буквально катализатором того, что её дочь начала говорить.

— Главное, чему учит эта программа, — это небезразличию и неравнодушию. Первые слова своей дочери, когда она заговорила, я услышала именно по отношению к собаке. Когда мы приехали с ней в питомник, шёл дождь, был октябрь, день ее рождения. Я сказала: «Выбирай себе собаку». И она, упав на колени перед сеткой, сказала: «Это собака! Это моя собака!» Это были ее самые первые слова, которые



она сказала в шесть лет. С тех пор эта собака живет с нами, и слов за это время появилось очень много. Такое количество любви, добра, привязанности и тепла, которое может подарить собака, наверное, не подарит ни один человек. Здорово, что есть такие проекты, которые помогают соединить ребёнка и собаку, и учат не только принимать любовь, но и самим ее дарить.

О том, что поддержка программы Правительством Москвы обязательно продолжится, гостям праздника-открытия сообщила заместитель начальника отдела Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Елена Александровна Русинова:

— Организация мероприятий по активному отдыху и участие в них людей с особыми возможностями здоровья — это, вероятно, основное средство, где люди могут испытать силу духа, преодолеть жизненные барьеры, несмотря на сложившуюся ситуацию, испытать яркие чувства и эмоции. Огромное спасибо организаторам этого мероприятия. Они делают очень важное дело: помогают особенным людям стать полноценными членами общества, почувствовать свои силы, преодолеть свой страх и понять, что возможности у них на самом деле безграничны. Этот проект очень важен в рамках Москвы, потому что, к сожалению, у нас детей с ограниченными воз-

можностями здоровья не становится меньше. Общение с животными, и с собаками, и с лошадьми, и с дельфинами, очень важно. Животное, как и ребенка, нельзя обмануть, они более близки друг другу, чем взрослым. К счастью, государство поддерживает подобные партнерские программы, и желающих в них участвовать становится все больше.

Председатель Московской городской ассоциации родителей детей-инвалидов (МГАРДИ), член Экспертно-консультационного совета родительской общности при Департаменте образования города Москвы Юлия Игоревна Камал:

— Я и мои коллеги очень многое делаем для того, чтобы эта и другие подобные программы в городе состоялись, чтобы дети с инвалидностью, без инвалидности, с ограниченными возможностями здоровья и обычные дети вместе могли заниматься. Очень важно, что мы работаем вместе с Департаментом труда и социальной защиты населения города Москвы, и не только дети из благополучных семей, но и те дети, у которых нет родителей, тоже могут принимать участие в этом проекте. МГАРДИ старается изо всех сил наладить межведомственное взаимодействие для того, чтобы все дети были интегрированы в общество. Большое спасибо создателям этого замечательного проекта!



## НАЙТИ СВОЮ ПРОФЕССИЮ

Профессиональная подготовка инвалидов в реальных производственных условиях — именно эту цель преследовали организаторы проекта «Первый опыт». Участие в программе приняли 110 человек с ДЦП, нарушениями слуха, травмами, психоневрологическими заболеваниями, ментальными отклонениями. Для освоения новых специальностей 17 московских компаний предоставили стажёрам-практикантам свои производственные площадки.

**С** апреля по ноябрь 2016 года молодые люди в возрасте 18-35 лет искали себя в различных отраслях, встречались с успешными бизнесменами, принимали участие в тренингах. Инициатором проекта выступил региональный благотворительный общественный фонд «Качество жизни» (РБОФ). Поддерживал программу Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы (ДТСЗН). Благо-

даря реализации проекта более половины участников смогли определиться с профессией и устроиться на работу.

Недавнее исследование Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы показало, что 20 % людей, получивших специальные рекомендации службы медико-социальной экспертизы, мечтают о полноценной работе. Но найти работодателей, гото-



вых потратить время и усилия на трудовую адаптацию лиц с особенностями здоровья, очень сложно. К тому же у большинства предпринимателей существует ряд предрассудков и опасений, связанных с привлечением инвалидов к производственному процессу. Как отметила первый заместитель руководителя Департамента Ольга Грачева, на сегодняшний день в Москве подбирают оптимальную модель для организации занятости инвалидов совместно с различными НКО. «Мы поддерживаем стремление ребят найти свое место в жизни и подходящую работу, иметь дополнительный стимул зарабатывать деньги, — сказала Ольга Грачева. — Каждый человек должен быть востребован».

Конечно, из-за особенностей, связанных с ограничениями здоровья, инвалиду нелегко определиться с профессией. Зачастую он сам не верит, что сможет полноценно выполнять функции, предусмотренные той или иной специальностью. Но организаторы проекта «Первый опыт» считают: инвалиды могут не только работать, но и демонстрировать при этом высокую степень ответственности.

За те восемь месяцев, которые длилась программа профподготовки, участники смогли ознакомиться с 20 специальностями. Одну из своих последних практик в рамках проекта Федор Акатов проходил в библиотеке. Молодой человек с третьей группой инвалидности был настолько впечатлен профессией, что твердо решил стать библиотекарем. Как объясняет Федор, эта





специальность удачно сочетается с его врожденной склонностью к чтению. «Я очень люблю книги. Читаю в основном отечественную литературу — Гоголя, Булгакова. Последнее произведение, которое мне очень понравилось, — «Республика Шкид», — сообщил он.

Ребята помогали по телефону пожилым одиноким людям, пробуя себя в роли операторов колл-центра в Центре толерантности. Они работали помощниками в гостинице, осваивая сразу две специальности — супервайзера номерного фонда и администратора. С организаторами проекта сотрудничала группа предприятий из полиграфической отрасли, где участники работали брошюровщиками, упаковщиками, собирали бумажные настольные игры. Как рассказал участник проекта Алексей Чумичев, больше всего ему понравилось стажироваться в типографии. А до этого молодой человек работал на производстве пластиковых карточек. «Мне нравится заниматься и бумажным, и ручным трудом, — объясняет Алексей. — Участвуя в «Первом опыте», мне удалось себя показать. После программы меня попросили отправить резюме, потом пригласили на собеседование, и я устроился на работу ассистентом в банке. Это полноценная работа. Теперь набираюсь опыта».



Крупная промышленная прачечная предоставила соискателям возможность пройти практику сразу по нескольким специальностям — оператора химчистки, оператора стирального цеха, гладильщика. Московский комбинат игрушек также раскрыл участникам секреты своего производства. С организаторами проекта сотрудничала и почтовая компания, где ребята занимались разборкой и отправкой корреспонденции. «Те, кто с нами начал с апреля, сумели пройти стажировку в пяти компаниях. Соответственно они получили пять специальностей. Те, кто пришли позже, освоили 2-4 профессии, — говорит руководитель проекта Лариса Стасевич. — Ребята готовились по разным направлениям, поэтому у них расширяются возможности для поиска работы на свободном рынке».

Кроме профессий социально-бытовой направленности, в программу были включены узкие производственные специальности, требующие высокой концентрации внимания. Например, на заводе НПО «Электротехника» участникам предстояло овладеть ручной сборкой мелких электроустановочных изделий из пластмассы. Ребята освоили и более сложную профессию — оператора литевой машины по производству полимеров. Любители творческой деятельности получали насы-

щенную практику в компании «Русские куклы», где учились сборке сувенирных кукол и народной росписи. В результате многие женщины стали сотрудницами этого предприятия. Для людей, склонных к современному офисному труду, компания «ЭЛАР» предложила стажировку по сканированию документов и созданию электронных архивов.

В ходе проекта его участники получили навыки вливания в рабочий коллектив. Для этого психологи фонда «Качество жизни» проводили с ними специализированные тренинги, задача которых — социализировать и интегрировать инвалидов в производственную среду. Особую роль в занятиях наставники отводили повышению уровня мотивации соискателей. В течение всего периода тренингов проходило обязательное тестирование, в ходе которого специалисты следили за динамикой развития участников.

Цель проекта, которую ставил перед собой Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы совместно с фондом «Качество жизни», — помочь инвалидам получить социальную адаптацию и трудоустроиться. Не случайно их подготовка велась по разным специальностям с максимально широким спектром потенциальных вакансий. В этом случае у



таких людей существенно увеличивается шанс подобрать дело по интересам и те профессии, в которых они смогут проявить себя полноценными работниками. По мнению учредителя компании «Гофро-Пак» Сергея Кулакова, проект «Первый опыт» оказывается полезным не только для соискателей, но и для потенциальных работодателей. «На моем предприятии по производству гофрированного картона некоторые виды работ отличаются монотонностью. Это далеко не всем интересно, и на такие работы бывает тяжело найти сотрудников. Но для многих людей с ограниченными физическими возможностями такая работа — это выход! Они смогут почувствовать себя востребованными, а работодатели получают ответственных сотрудников», — добавил Сергей Кулаков.

На протяжении проекта «Первый опыт» с представителями компаний также постоянно занимались психологи. Для рабочих-наставников и руководителей предприятий были организованы тренинги, где им объясняли нюансы, необходимые для взаимодействия с людьми с ограниченными возможностями здоровья. С учетом этой специфики компании проводили профессиональное обучение. Практика на предприятиях начиналась с вводной ознакомительной части и инструктажа по технике безопасности. После чего

под руководством рабочих-наставников участники программы приступали к освоению новых специальностей. Подсобный рабочий, помощник печатника, помощник на высечке и на склейке коробок — с разной степенью успешности ребята овладевали этими профессиями на предприятии «Гофро-Пак». По результатам практики несколько человек трудоустроились в эту компанию, а также в несколько других типографий. «Наше сотрудничество с фондом «Качество жизни» длилось около полугода. Ко мне на практику ежедневно приходили шесть человек: три в первую и три во вторую смену, трудились по три часа. В течение двух месяцев, в зависимости от предрасположенности каждого из них, ребята овладели специальностями, — рассказал Сергей Кулаков. — Ежедневно я или кто-то из наставников-мастеров встречались с кураторами фонда «Качество жизни». Они узнавали о наших пожеланиях и просили оценить работу каждого практиканта».

На основе полученных в ходе стажировки оценок участникам проекта выдавали соответствующие рекомендации по трудоустройству. Из 17 предприятий-партнеров 9 компаний взяли на работу этих людей и продолжают приглашать их сейчас. Таким образом, если человек хочет работать, но в силу своих ограни-



ченных возможностей не может трудоустроиться, программа «Первый опыт» помогает ему адаптироваться. Ключевая особенность проекта — дать возможность работодателям реально соприкоснуться с инвалидами, увидеть их на своих предприятиях, понять, что это за люди и как они могут работать. По словам Ларисы Стасевич, кроме правительственных мер, связанных с налогообложением, «Первый опыт» — единственная на сегодняшний день технология, которая позволяет напрямую вовлекать работодателей в трудоустройство инвалидов. «До этого момента никакие слова, никакие призывы о социальной ответственности не действовали эффективно, — объясняет Лариса Стасевич. — У работодателей все равно сохранялось ложное представление об инвалидах. И только после того, как они увидели этих людей в работе, их мнение изменилось».

Безусловно, для людей с ограниченными возможностями здоровья «Первый опыт» — это большой и значимый эксперимент. «Таких проектов немного, и к подобному нас привлекают не часто, — говорит Федор Акатов. — Это была очень хорошая программа. Она оказала сильную помощь: благодаря тренингам прибавилось уверенности в себе. Здорово, что нам предоставили возможность поработать на предприятиях и проявить свои способности».



# СЕМЬЯ ПОД ЗАЩИТОЙ

В районе «Отрадное» находится уникальный Центр помощи семье и детям «Диалог» — государственное бюджетное учреждение Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы, которое было создано для оказания помощи жителям в решении семейных проблем: психологических, материальных, правовых и многих других. На протяжении 15 лет вместе с общественными организациями Москвы Центр работает в направлении раннего выявления случаев семейного неблагополучия.



Это один из первых Центров помощи семье и детям в Северо-Восточном административном округе столицы. Первоначально он обслуживал только два района: «Южное Медведково» и «Северное Медведково». Путь становления «Диалога» ознаменован тремя датами: в 2003 году к нему присоединяется район «Лианозово», в 2011-м Центр уже обслуживает районы «Отрадное», «Лианозово», и, наконец, в 2013 году к ним прибавляется район «Северный».

В 2013–2014 годах коллектив Центра разработал коммуникативную модель социального партнерства

«Скатерть единения». Проект позволил дифференцированно и адресно оказывать социальные услуги семьям, помогать им искать пути выхода из трудных жизненных ситуаций, объединив усилия различных социальных институтов, учреждений, организаций, бизнес-структур и общества.

В октябре 2015 года к «Диалогу» присоединяются еще пять районов. В настоящее время Центр обслуживает восемь районов на северо-востоке столицы: организует адресную неотложную помощь разового характера гражданам, попавшим в трудную жизнен-



ную ситуацию и остро нуждающимся в социальной поддержке; проводит нестационарное социальное обслуживание граждан в форме дневного пребывания; осуществляет реабилитацию лиц с ограничениями жизнедеятельности в нестационарной форме; ведет постинтернатный патронат и социальный патронат над детьми, нуждающимися в помощи государства.

В 2016 году Центр социальной помощи семье и детям «Диалог» отпраздновал 15-летие со дня основания. За это время его сотрудники оказали различную поддержку большому количеству семей, в том числе так называемым «неблагополучным». Коллектив Центра подходит к работе с душой: люди сюда приходят со своими проблемами и точно знают, что им здесь помогут. Поэтому сколько семей прошло за эти годы через заботливые руки сотрудников, никто не считал.

— В нашей работе главное не цифры, а профессионализм специалистов и дружный коллектив, — отметила директор Центра Светлана Маева. — За 15 лет работы мы добились многого, у нас реализуются интересные проекты, которые помогают совершенствовать систему оказания социальной помощи семьям. Такого результата мы достигли общими усилиями благодаря совместной работе Центра, территориального Управления социальной защиты и Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы, управ и муниципалитетов. Это наша общая заслуга.

## РЕАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ И ДЕТЯМ, И ВЗРОСЛЫМ

Недавно в Центр «Диалог» обратились родители ребенка-инвалида из района «Отрадное». Они рассказали, что на лекарства, которые необходимы их ребенку, но не входят в перечень бесплатных, им приходится ежемесячно тратить по 20–30 тысяч рублей. А это практически весь месячный доход семьи.

— Семья поделилась с нами своей проблемой. А мы, в свою очередь, дали подробные рекомендации, как нужно действовать. Оказалось, что родители могут рассчитывать на денежную компенсацию расходов, собрав все необходимые документы, чеки на лекарства, и направив их на рассмотрение в районную комиссию по оказанию материальной помощи, — рассказывает заместитель директора Центра по социальной работе Павел Клокать. — Зачастую семьи обращаются к нам за психологической помощью. Буквально на днях в Центр пришли родители трех детей из «Северного Медведкова». Семья переехала в Москву из другого города, и ребята никак не могут привыкнуть к новой среде. Старший мальчик проявляет агрессию по отношению к одноклассникам, девочка замкнулась в себе, а младший сын отказывается ходить в детский сад. При решении подобных проблем мы проводим психологические консультации для детей и их родителей. Наши



сотрудники — специалист по работе с семьей и психолог — уже работают с этой семьей. Помогают в Центре и многодетным матерям. Как правило, многодетные мамы не работают и практически все свое время проводят дома с детьми. Даже при большом желании им очень сложно найти подходящую работу. Мы организуем для них встречи с представителями Женского делового центра, на которых обсуждаются доступные вакансии и варианты работы на дому.

У каждого района есть свои уникальные проекты и программы, которые востребованы получателями социальных услуг. Так, в районе «Бабушкинский» реализуется проект «Семейный правовед», цель которого — развитие правовой грамотности семей, находящихся в социально опасном положении (СОП) или трудной жизненной ситуации (ТЖС); в районе «Отрадное» эффективно работает программа «Путь к успеху», ее задача — подготовить кадровый резерв руководителей ГБУ ЦСПСид «Диалог»; район «Северный» осуществляет программу «Забота», направленную на оказание информационной, психологической и социально-адаптированной помощи членам семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья.

В этом году Центр «Диалог» приступил к реализации уникального проекта «Семейный помощник». В рамках проекта сотрудники разъясняют получателям услуг,



в какое именно ведомство следует обращаться в той или иной ситуации, оказывают им поддержку на всех этапах обращения. В настоящее время Управлением социальной защиты населения СВАО запущен родительский канал Viber <https://www.viber.com/usznsvao/>. Мобильный сервис разработан для семей, проживающих на территории округа, и позволяет оперативно рассылать информацию об изменениях в правилах получения социальной поддержки, приглашать на мероприятия для детей и родителей, найти необходимую услугу в различных сферах по развитию детей или о проходящих благотворительных акциях для семей с детьми.

— К сожалению, многие семьи боятся обращаться в Центры помощи семье и детям, — говорит психолог «Диалога» Елена Безроднова. — В обществе сложился стереотип, что подобные организации сообщают о неблагоприятных условиях в семье в органы опеки и попечительства, вследствие чего родителей могут лишиться родительских прав, а детей забрать в детский дом. Это мнение ошибочно: мы работаем для того, чтобы помочь людям решить семейные проблемы, сделать семью устойчивой и крепкой.

С каждым годом работа по оказанию помощи семьям совершенствуется. В перспективе предполагается организация дистанционной поддержки членов семьи в трудной жизненной ситуации при помощи новых «умных» технологий. Нам важна обратная связь об удобстве получения, сроках, видах и формах помощи семьям с детьми, важна для определения точности и адресности.

Поэтому смело обращайтесь в «Диалог», если вам нужна помощь. Сотрудники Центра с радостью вам помогут.

Наш сайт <http://www.dialog-msk.ru>

Телефон: 8-499-975-71-50



**Валентина Николаевна Кудряшова,  
начальник Управления социальной  
защиты населения Северо-Восточного  
административного округа города Москвы:**

— Социальная работа с семьями по месту жительства предполагает формирование «портрета семьи», что позволяет более эффективно оказывать помощь. В Северо-Восточном административном округе города Москвы почти полтора миллиона человек. Среди них 42% мужчин и 58% женщин. Взрослое население округа составляет 82%, подростки 2% и дети 16%. Государственную поддержку получают более трети жителей, в том числе малообеспеченные, многодетные, неполные и приемные семьи, а также выпускники интернатных учреждений.



# МАЛЕНЬКИЕ ПОБЕДЫ БОЛЬШИХ СЕМЕЙ

В столице прошло спортивное мероприятие под названием «Многодетная миля». Большие семьи из разных округов Москвы собрались в парке культуры и отдыха «Измайлово», чтобы поучаствовать в соревнованиях по кроссовому бегу и лыжным гонкам. Объединение многодетных семей города Москвы совместно с Департаментом труда и социальной защиты населения города Москвы организовали такое мероприятие в рамках проекта «Здоровая семья — сильная Россия!». Ведь участие в соревнованиях — не только залог физического здоровья детей и родителей, но и возможность проведения интересного совместного досуга.



«**М**ногодетная миля» проводилась в столице уже дважды, поэтому организаторы и спортсмены смело называют ее традиционным мероприятием. В этом году на лыжню встали 266 человек, а в забеге приняли участие более

800 москвичей. Здесь были бабушки и дедушки, мамы и папы, юноши, девушки, мальчики, девочки. Дистанция для каждого участника рассчитывалась в зависимости от его пола и возраста. Так, расстояние от старта до финиша для детей составило 300 метров,

а для взрослых — целую милю (1,6 километра). Получив майку с заветным номером, семьи выстроились вдоль беговой дорожки, готовясь поддерживать своих спортсменов.

Забег начали самые маленькие участники соревнования. Пятилетние мальчики и девочки в своем стремлении победить не уступали взрослым. Не обращая внимания на ветер и усталость, они преодолевали финишную черту под бурные аплодисменты родителей. Несмотря на ограничения на участие детей в возрасте от 4-х лет, к спортсменам смело присоединились малыши. Так, двухлетняя Настя совершила свой забег вместе с мамой Татьяной Романовой. В прошлом году девочка уже участвовала в «Многодетной миле», едва научившись ходить. А в этот раз она уверенно преодолевает дистанцию, однако мамину руку пока не отпускает. Помимо Насти, у Татьяны еще двое детей, которые также участвуют в забеге. «Спортом мы не занимаемся, но были рады возможности поучаствовать в соревнованиях на свежем воздухе», — рассказала многодетная мама.

Во второй раз на «милю» приходят и Романовские. Восьмилетний Миша бежит вместе с папой, который не перестает подбадривать сына на всем протяжении пути. А на финише их уже ждет мама с искренними поздравлениями и безграничной гордостью за своих спортсменов.

Не меньшими овациями болельщики поддерживают и лыжников. Этот конкурс для детей постарше. Здесь соревнуются быстрые мальчики и не менее быстрые девочки. Несмотря на разделение по группам, эти участники знают, что у спорта нет ни пола, ни возраста. Ребята продемонстрировали высокие результаты, показывая, что могли бы составить конкуренцию даже самому быстрому взрослому. Многие дети и их родители не упускали возможности поучаствовать во всех соревнованиях. Пробежав отведенное им расстояние, москвичи с ловкостью встают на лыжню и отправляются навстречу новым победам.

После того как каждый желающий смог почувствовать себя настоящим спортсменом, москвичей ожидало новое соревнование — конкурс на самый креативный скворечник. Свои работы, которые оценивало жюри, участники делали дома. 2017 год был объявлен Годом экологии в России, поэтому для создания скворечников семьи использовали только экологически чистые материалы. Они мастерили домики для птиц из сухих веток, коры дерева, шишек и даже круп. Жюри отметило сообразительность детей и креативность их родителей. Конкурс стал показателем творческого потенциала московских семей. Участники старались сделать скворечники не только красивыми, но и удобными для их будущих обитателей. Так, семья Стародуб-





цевых организовала в домике для птиц шведский стол, Тевдоршвили воздвигли целую гостиницу, чтобы крылатым обитателям парка не было скучно. После объявления результатов участники конкурса прикрепили свои скворечники на деревья и пообещали навещать их будущих жителей.

Совместное творчество нашло отражение также в конкурсе снеговиков. Две многодетные семьи Тимченко и Дедловские сделали большой пирог из снега, а с собой привезли торт и ягоды, которыми угощали всех желающих. Эти участники уверены, что счастье заключается в атмосфере праздника. «Победа ведь необязательна. Пусть она достанется семье, где много маленьких деток, они будут радоваться. А мы, взрослые, участвуем ради удовольствия», — считает Любовь Дедловская.

А вот Светлана Соколова уверена, что победы достоин каждый, нужно только постараться. Все члены

**Татьяна Митрофановна Барсукова,**  
заместитель руководителя Департамента  
труда и социальной защиты населения  
города Москвы:

— Мероприятие «Многодетная миля» является пропагандой здорового образа жизни. Это хорошая семейная игра.

ее семьи занимаются музыкой, поэтому из снега они сделали барабанную установку. Барабанщик у них получился серьезный: в очках и галстук. Он держит в руках ноты и палочки, пока девочки репетируют танец для членов жюри. Хотя идею Соколовы придумали сами, название композиции им подсказали проходящие. «Они просто пришли и сказали: «Ах, какой рок-н-ролл», — рассказала Светлана.

А вот Самарины и Панкины танцевать не стали. Они все дружно пришли в костюмах снеговиков. «Это на случай, если бы не выпал снег», — делятся секретом Панкины. Однако возможность слепить снеговика все же появилась, поэтому участники изобразили один день из жизни многодетной семьи. Из снега они сделали не только людей, но и предметы мебели. Наталья Самарина, мама четверых детей, объясняет, что каждый снеговик — прототип члена семьи. На вопрос «Почему один из снежных малышей вниз головой» она отвечает: «Потому что мы — веселая многодетная семья. У нас по-другому не бывает. Если бы можно было еще кого-то подвесить, это бы произошло».

После активного участия в конкурсах счастливые и уставшие москвичи согревались горячим чаем и делились друг с другом впечатлениями. Специально для гостей парка в этот день работала полевая кухня. Все желающие могли подкрепиться гречневой кашей прямо на свежем воздухе, ведь, по мнению участни-

ков, так вкуснее. Москвичи пели, танцевали, стреляли в тире, а также участвовали в самом народном мастер-классе, создавая национальных кукол своими руками. Дети с радостью присоединялись к эстафетам, бегали и прыгали, перетягивали канат и играли в снежки. В качестве призов ребята унесли домой не только грамоты, но и кружки, контейнеры, спортивные бутылочки и мягкие игрушки.

Когда настало время для объявления победителей, ребята с воодушевлением выбегали на сцену за долгожданной наградой. Они занимали отведенные им места на пьедестале и с улыбкой принимали поздравления. Вслед за детьми на сцену пригласили и родителей, которые в спортивных соревнованиях оказались самыми быстрыми. Папы поднимались на пьедестал вместе с детьми, разделяя с ними свою победу и делая ее тем самым по-настоящему семейной.

Призовые места в «Многодетной миле» заняли около ста человек в 18-ти возрастных категориях. Поздравить их с такой маленькой, но такой важной победой приехала Татьяна Митрофановна Барсукова, заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы. Она пожелала участникам соревнований двигаться только вперед, навстречу спортивным вершинам. «Заря-

---

**Карпович Наталья Николаевна,  
председатель объединения многодетных  
семей города Москвы:**

— Сегодня необходимо возрождать зимние виды спорта, которые крайне важны для нашей страны. И начинать это нужно в семьях. Ведь только семья, готовая вложить деньги в инвентарь и выйти на лыжню, становится примером и стимулом для детей. И именно такие семьи сегодня пишут историю большой, сильной, здоровой России.

---

жайте других своим стремлением к активному образу жизни. И вскоре мы с гордостью будем говорить, что московская семья — здоровая семья», — призвала москвичей Татьяна Митрофановна.

Так, вторая «Многодетная миля» стала для больших столичных семей символом зимних видов спорта, дружного активного отдыха и творческих идей. А парк «Измайлово» превратился в место, где укрепляется связь поколений, где сбываются мечты и маленькие достижения превращаются в большие победы. А ведь именно с этого начинаются первые шаги детей в светлое будущее.





## ЧТО НАША ЖИЗНЬ? ИГРА!

В большом зале филиала «Марфино» Центра социального обслуживания «Алексеевский» состоялся марафон по настольным играм «Игротека» для людей с инвалидностью. Инициатором мероприятия выступил Общественный совет по делам молодых инвалидов при Окружном управлении социальной защиты населения Северо-Восточного административного округа города Москвы. Поскольку одной из популярных форм досуга молодежи сегодня являются настольные игры, именно этот вид соревнования был выбран организаторами. К тому же, когда во время игры участники тесно взаимодействуют друг с другом, создается особая атмосфера, которая способствует интеграции человека с инвалидностью в общество.

**П**оучаствовать в марафоне собрались люди как с инвалидностью, так и здоровые. Как отметили организаторы мероприятия, благодаря активному анонсированию «Игротеки» в социальных сетях ее посетили не только жители СВАО, но и других окру-

гов столицы. Мероприятие стартовало с официальной церемонии открытия, где выступили представители Управления социальной защиты населения. Поскольку марафон проводился в Татьянин день, они поздравили всех присутствующих с Днем студента. С речью

выступила основной вдохновитель «Игротеки» — председатель Общественного совета по делам молодых инвалидов при Управлении социальной защиты населения СВАО города Москвы Ольга Ермилина. Затем ведущий рассказал участникам о формате соревнования и, подходя к каждому игровому столу, объяснял правила.

«Монополия», «Мафия», «Колонизаторы», шашки, шахматы, русское домино — это лишь малая доля того, что ожидало участников марафона. Поскольку Ольга Ермилина коллекционирует настольные игры и прекрасно в них разбирается, гостям были предложены такие из них, которые редко встречаются в повседневной жизни, например, «Флакс» и «Маракеш».

— Мероприятие прошло хорошо, — делится впечатлениями Ольга Ермилина. — Собралось много людей. У участников был большой выбор для знакомства с играми, поэтому было интересно. Многие даже фотографировали коробки с названием игр, чтобы потом их приобрести и играть в своей компании.

Формат «Игротеки» предполагал, что участники поочередно будут переходить из одной игровой зоны в другую. Однако некоторые игры настолько увлекали гостей марафона, что организаторам иногда с трудом удавалось «оттащить» соревновавшихся от столов. Самой большой популярностью пользова-

лась «Мафия». Не меньший интерес присутствующих вызвали малоизвестные игры «Маракеш» и «Свинтус». Традиционно жаркие баталии разворачивались на столах, где играли в русское домино. Все игровые зоны были заняты постоянно, за исключением, пожалуй, игр со сложными правилами, таких, как «Колонизаторы» и «Флакс».

Проводимые на «Игротеке» настольные игры сформировали пространство, в котором любой человек мог почувствовать себя раскрепощенным. Например, «Мафия» — пошаговая командная игра, где обязательно нужно говорить, а участники в процессе коммуникации примеряют на себя различные социальные роли. Это позволяет игроку попробовать себя в новом амплуа, немножко пожить в образе другого человека. Эта игра способствует и развитию дедукции.

— Я обычно играю в «Мафию», шашки, шахматы и домино, — рассказывает участник соревнования Тимур Червяков. — «Мафия» — сложная психологическая игра. Один раз я выиграл, а во второй раз друг, на которого я никогда бы не подумал, оказался «мафией»!

В середине марафона участники сделали небольшой перерыв с чаем и сладостями. В такой атмосфере совместно проведенные игры и пережитый азарт способствуют разговору, даже если человек не привык общаться.





— Вообще, игры помогают людям знакомиться. Это ведет к повышению коммуникативных качеств, — объясняет Ольга Ермилина. — Многие люди с ограниченными физическими возможностями немного замкнутые, и игры позволяют им раскрепощаться, снимать барьеры. Естественно, при этом происходит развитие логического мышления.

После перерыва участники вернулись к игровым столам и продолжили соревноваться. В итоге лучшие из них были награждены дипломами. По словам Алексея Маюка, ставшего победителем в игре «Мафия», марафон подарил ему массу положительных эмоций.

— Мероприятие прошло отлично — это очень хорошая задумка. Атмосфера была позитивной. Побольше бы подобной практики, чтобы организаторы понимали, как все это совершенствовать, — добавил Алексей.

Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы оказал организаторам мероприятия «Игротека» полную административную поддержку. По словам Ольги Ермилиной, поскольку Совет по делам молодых инвалидов является общественной организацией, он не обладает собственными административными ресурсами.

— Мы провели «Игротеку» в плотном взаимодействии с Управлением социальной защиты населения СВАО Москвы. Они оказали нам информационную под-





держку, дизайнеры разработали афишу, для проведения марафона нам предоставили помещение Центра социального обслуживания «Марфино». Также Управление социальной защиты организовало чайный стол и предоставило молодых специалистов, которые стали ведущими игры.

Как рассказал участник марафона Тимур Червяков, от «Игротеки» у него остались самые положительные впечатления.

— Только представьте, процентов 90 инвалидов сидят дома, не выходят, ни с кем не общаются. А тут для них такое нужное дело сделали! И чаем нас напоили, и пообщались, и игры классные, — говорит Тимур. — Такие мероприятия необходимы! Возможно, не каждую неделю, но хотя бы раз в сезон. Чтобы люди собирались, знакомились. Ведь основная проблема инвалидов в том, что все они сидят по домам, никуда не ходят, им не хватает общения. А на «Игротеке» я встретил старых знакомых, которых не видел давным-давно, познакомился и с новыми интересными товарищами.

По итогам мероприятия представители Общественного совета по делам молодых инвалидов провели беседу с организаторами из Управления социальной защиты населения СВАО города Москвы.

— С нашей стороны, со стороны социально активных людей с инвалидностью, было выдвинуто предло-



жение, — рассказывает председатель Совета Ольга Ермилина. — Поскольку это марафон, то нужно передавать эстафету в другие районы города и ежемесячно в каждом районе проводить «Игротеку» по какой-то отдельной игре. Нужно знакомить людей с правилами, с историей возникновения игры, подробно их информировать. В этом году мы планируем провести 17 подобных мероприятий, а в июне, ко Дню молодежи, хотим организовать «Игротеку» в большом формате.

# ЯРКАЯ ЖИЗНЬ

Государственное бюджетное учреждение «Территориальный центр социального обслуживания «Арбат» филиал «Тверской» Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы располагается в уютном особняке в самом центре столицы на улице Малая Дмитровка, дом 27.



Сотрудники филиала «Тверской» в интерьерах особняка XIX века стараются создать подобие домашней обстановки, гостеприимной гостиной, в которой приятно общаться со старыми знакомыми, чтобы помочь пенсионерам преодолеть чувство одиночества. Здесь пожилые москвичи, клиенты дневного отделения, совместно проводят свой досуг, отмечают праздники, дни рождения — в итоге и старость, и одиночество уже не выглядят столь грустными, как прежде. А духовной стороной жизни пенсионеров и их досугом занимается культорг Галина Ивановна Давыдова. Она старается сделать жизнь пожилого человека достойной, насыщенной активной деятельностью и радостью, помогает восполнить дефицит общения, избавить его от чувства одиночества и отчужденности.

В отделении дневного пребывания ежедневно обслуживается более 60 человек.

Однако не все пенсионеры самостоятельно могут найти себе занятие по душе, организовать свой досуг, реализовать свои потребности и возможности. Для решения проблемы одиночества пожилых людей на базе филиала «Тверской» были созданы клубы по интересам. Программа клубной деятельности ориентирована на активное участие пожилых людей в образовательной, оздоровительной, досуговой и творческой работе с целью формирования у них жизнеутверждающего мировоззрения.

В филиале «Тверской» при отделении дневного пребывания активно функционируют много клубов: оздоровительный клуб «Смехотерапия», ЛИТО «Московские

## В КЛУБАХ ПРОПАГАНДИРУЮТСЯ СЛЕДУЮЩИЕ ПРИНЦИПЫ: НЕТ – ТАПОЧКАМ, ТЕЛЕВИЗОРУ И ТАХТЕ, ДА – КРЕАТИВНОСТИ, КОМПЕТЕНТНОСТИ И КОММУНИКАТИВНОСТИ.

зори», клуб путешествий «Моя Москва», «Звезды говорят», танцевальный клуб «Кадриль» и клуб общения по интересам «В кругу друзей».

Главная задача последнего — организовать и выявить таланты, которые раскрываются именно в процессе общения. Клуб создан для того, чтобы объединить людей, интересующихся творчеством, оказать помощь в удовлетворении культурных потребностей людей, которым 50+.

На заседания клуба приглашаются интересные люди — поэты, профессионалы и любители, певцы, артисты, режиссеры, участники Великой Отечественной войны.

На заседания приходят все желающие, заинтересовавшиеся той или иной тематикой, постоянные члены клуба, 25-30 человек.

### МЫ – ТВЕРСКИЕ

Актив клуба общения по интересам «В кругу друзей» составил костяк самодеятельного творческого коллектива «Мы — Тверские». Все участники — любители, хотя есть среди них и заслуженный артист России, и заслуженный деятель культуры. Главная задача объединения — доказать всем, и в первую очередь самим себе, что возраст — это не диагноз. И в эти годы можно радоваться жизни, петь, шутить, заряжать пенсионеров бодростью и оптимизмом. Участники коллектива готовят концерты художественной самодеятельности, становятся авторами стихов и песен. Даже «Гимн пенсионеров» сочинили, который стал своеобразной визитной карточкой творческого коллектива.

Многие участники ансамбля «Мы — Тверские» сами пишут слова и музыку песен.





## МОСКОВСКИЕ ЗОРИ

На базе клуба «В кругу друзей» была создана литературно-музыкальная гостиная. Вскоре гостиная преобразовалась в литературное объединение «Московские зори», содружество людей, для которых литература — неотъемлемая и весьма важная часть жизни. Среди них педагоги, научные сотрудники вузов, врачи, строители, музыканты, артисты. И пусть у них разные профессии, но всех их объединяет одно — любовь к Слову. Под руководством своих профессиональных наставников, членов Союза писателей России Ольги Сергеевны Шароновой и Людмилы Викторовны Максимчук, участники объединения ищут в поэзии и прозе выразительные средства богатого русского языка, которые помогут ярче и полнее отобразить окружающий мир и своё отношение к нему.

Самодельные литераторы готовят к изданию свои поэтические сборники и концертные номера для выступлений в музыкально-поэтических композициях филиала. Были изданы два альманаха с произведениями членов объединения и сборник сенок и интермедий, стихов и песен, посвящённых пожилым людям. Сборник называется «Кто сказал, что мы старики?». Его основной автор — Борис Нечец-

кий. В сборник включены сценарии выступлений ансамбля «Мы — Тверские» с нотами исполняемых песен. В течение десяти лет участники ансамбля выпустили много программ, где в шуточной форме рассказывали о заботах и нуждах пожилых людей. Экземпляры сборника были розданы в другие центры социального обслуживания для помощи творческим коллективам.

## НАРОДНАЯ ФИЛАРМОНИЯ ЦСО

За время гастрольных концертов творческий коллектив «Мы — Тверские» объехал многие центры социального обслуживания города Москвы, библиотеки и другие концертные площадки.

В 2009 году возник проект «Народная филармония ЦСО».

Основная идея проекта — создание мобильной концертной бригады силами клиентов Центра, солистов самодеятельного ансамбля «Мы — Тверские», и образование творческого объединения по принципу филармонии с целью активизации творческого потенциала клиентов Центров социального обслуживания города Москвы.



Коллектив «Мы — Тверские» организует все праздничные мероприятия филиала, часто выступая в качестве авторов и исполнителей. Неоднократно коллектив занимал призовые места на окружных и городских конкурсах, в том числе на таких престижных, как «Песни прошлых лет».

### МОЯ МОСКВА!

В клубе путешествий филиала «Тверской» «Моя Москва» работа ведется в разных направлениях.

В рамках программы культурно-познавательного туризма «Хочу всё знать» регулярно проводятся экскурсии по музеям и выставкам Москвы. Особенной популярностью среди клиентов филиала пользуются пешеходные экскурсии из цикла «История Москвы» — «Москва — любовь моя».

На заседаниях клуба обсуждаются темы и маршруты предстоящих автобусных экскурсий. Всего ежемесячно проводятся 8-10 пешеходных экскурсий и автобусных тематических путешествий. Участники клуба собственной практикой доказывают актуальность популярной туристической песни «Старость меня дома не застанет, я в дороге, я в пути...»



## РЕАБИЛИТАЦИЯ С УДОВОЛЬСТВИЕМ

Одним из важнейших направлений деятельности филиала «Тверской» занимается отделение социальной реабилитации инвалидов (ОСРИ), которым руководит Елена Сергеевна Ковалева. Специалисты отделения выявляют и ведут учет инвалидов, нуждающихся в реабилитации, реализуют индивидуальные программы их реабилитации, ориентации в социальной среде и социально-бытовой ориентации. Основной задачей отделения является оказание инвалидам помощи в социальной реабилитации, направленной на устранение или компенсацию ограничений их жизнедеятельности, восстановление социального статуса инвалида.

Естественно, что в ОСРИ большое внимание уделяется физическому состоянию и здоровью получателей услуг. Ежедневно работает кабинет, в котором опытная медицинская сестра Татьяна Александровна Галчихина ведет динамическое наблюдение получателей услуг, оказывает механотерапевтические и физиотерапевтические процедуры. Для профилактики заболеваний позвоночника кабинет оснащен тренажером «Массажная кровать» и «Свинг-машина». Услуги общеукрепляющего назначения осуществляются с

помощью массажера для глаз, методами магнитотерапии и цветотерапии аппаратами «Биоптрон» и «Рикта».

В тренажерном зале ежедневно в группах и индивидуально ведутся занятия по адаптивной физической культуре, которые способствуют восстановлению важнейших функций организма на всех этапах реабилитации, и физической адаптации к социально-бытовым условиям повседневной жизни.

Но, как и в отделении дневного пребывания, сотрудники ОСРИ филиала подходят к решению задач творчески, создавая разнообразные клубы по интересам, такие как «Клуб любителей английского языка», клуб компьютерной грамотности «Онлайн», клуб оздоровительно-релаксационной гимнастики «Молоды душой», «Школа здоровья» и многие другие.

### ПЕШКОМ ЗА ЗДОРОВЬЕМ

Скандинавская ходьба — самый современный вид фитнеса, доступный всем. Скандинавская ходьба предоставляет очень широкие возможности: ее можно применять и как средство реабилитации, и как способ



ОТДЕЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ  
ПРЕДОСТАВЛЯЕТ ГОСУДАРСТВЕННУЮ УСЛУГУ –  
«КОМПЛЕКСНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В НЕСТАЦИОНАРНОЙ ФОРМЕ».



поддерживать спортивную форму, и как вид активного отдыха. Занятия строятся с учетом индивидуальных особенностей каждого человека.

Задачи пеших прогулок с лыжными палками в руках, проходящих один раз в неделю в парке «Эрмитаж», — адаптация и социализация инвалидов и лиц пожилого возраста, улучшение эмоционального фона, получение положительных эмоций, возможность найти новых друзей и расширить круг своего общения.

### АРТ-ТЕРАПИЯ

В рамках оказания услуг по социально-психологической реабилитации в отделении ОСРИ под руководством психолога Полины Викторовны Тышкевич проводится ряд арт-терапевтических мероприятий, которые также объединяют клиентов филиала по интересам в трех клубах.

В клубе «Любителей игры на гитаре» с элементами дыхательной гимнастики и музыкальной терапии используется медитационный и дыхательный тренинг «Музыка как метод терапии». Это в значительной мере способствует адаптации и социализации инвалидов и лиц пожилого возраста с помощью интерактивной стороны общения при изучении игры на гитаре, развивает мелкую моторику, познавательные процессы: памяти, внимания и мышления, а также активно поддерживает работоспособность коры головного мозга.

Основной целью арт-терапевтической мастерской «Фотомастерская» является формирование навыков и умений в использовании фотоаппарата, видеокамеры, построении композиции, изучение основ фотографии.

Программа арт-терапии с использованием технологии правополушарного рисования «Радуга» под руководством Татьяны Валентиновны Молчановой







позволяет глубинно и в то же время «экологично» воздействовать на личность человека, служит эффективным инструментом оздоровления и гармонизации личности. Арт-терапия — это поддержание оптимального психоэмоционального уровня творческим путем, быстрое обучение рисованию за счет включения в работу правого полушария мозга, обладающего отличным чувством пространства и формы. Групповая арт-терапия подразумевает работу в команде, что позволяет повысить коммуникативные навыки пожилых людей.

Программа предназначена для творческого развития людей с ограниченными возможностями здоровья и направлена на гармонизацию личности и повышение

качества жизни социально незащищенных категорий граждан.

### КОЛЛЕКЦИЯ РЕМЕСЕЛ

Одна из форм работы отделения социальной реабилитации инвалидов филиала «Тверской» по организации досуговой деятельности — творческая мастерская «Коллекция ремесел», которая позволяет в полной мере реализовать индивидуальные способности людей с ограниченными возможностями здоровья. Актуально то, что мастерская предоставляет возможность заняться любимым делом, а людям с ограничениями жизнедеятельности — сосредоточиться на творчестве и получить новые знания.

**СОЦИАЛЬНЫЕ УСЛУГИ В ПОЛУСТАЦИОНАРНОЙ ФОРМЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ ПРЕДОСТАВЛЯЮТСЯ БЕСПЛАТНО, ЕСЛИ НА ДАТУ ОБРАЩЕНИЯ СРЕДНЕДУШЕВОЙ ДОХОД ПОЛУЧАТЕЛЯ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ БЫЛ НИЖЕ ИЛИ РАВЕН 1,5 ВЕЛИЧИНЫ ПРОЖИТОЧНОГО МИНИМУМА, УСТАНОВЛЕННОГО В ГОРОДЕ МОСКВЕ.**



**Владимир Николаевич Каменских — заведующий филиалом «Тверской» Территориального центра социального обслуживания «Арбат»:**

— Для нас самое главное в работе — люди, проживающие в Тверском районе, получатели социальных услуг нашего Центра. В рамках работы отделения дневного пребывания и отделения социальной реабилитации инвалидов мы стараемся предложить максимальный спектр услуг, прежде всего для того, чтобы привлечь молодых пенсионеров и в то же время заинтересовать наших постоянных получателей социальных услуг. Акцент в работе данных отделений делается на социокультурную реабилитацию и досуговую деятельность. Каждый сотрудник привносит свой вклад в общее дело, в нашем случае это — компьютерные курсы, иностранные языки, астрология и многое другое. Мы верим, что каждому сотруднику важно развиваться творчески и уметь делиться своим знанием с другими, чтобы каждый мог реализовать себя, свой талант, свои возможности. Хотелось бы отметить значительный вклад волонтеров, привлекаемых в дополнение к деятельности наших креативных сотрудников. Сегодня они проводят такие групповые занятия, как цигун, йога, зумба и многие другие. Эти люди безвозмездно и от чистого сердца дарят свои знания и время нашим дорогим клиентам. Всё это мы делаем еще и для того, чтобы пожилые люди могли жить полной жизнью, радоваться каждому дню, открывать для себя новое. Мы верим, что это, несомненно, продлевает им жизнь, делает её ярче и насыщеннее.

Некоторое время назад увлечение различными видами рукоделия пережило второе рождение, считает руководитель мастерской, специалист по социальной работе отделения социальной реабилитации инвалидов Татьяна Валентиновна Молчанова. Созданная своими руками вещь приносит в дом не только красоту, но и приятную атмосферу уюта и покоя. Эти маленькие шедевры способны стать кульминационным центром любого интерьера и достойны коллекционирования.

Немного парадоксально, но именно в наше стремительное время у многих людей появляется желание заняться шитьем, вязанием, вышиванием, плетением. Сегодня все больше людей самых разных возрастов увлекаются рукоделием.

Кроме того, общее увлечение любым видом декоративно-прикладного творчества придает человеку чувство своей значимости и нужности, сплачивает людей, занимающихся одним делом, и позволяет расширять их социальные связи.

Всего несколько месяцев назад творческую мастерскую «Кобальт» возглавил член профессионально-творческого Союза художников России, член Международного художественного фонда, член Международной федерации художников Немцев Юрий Леонидович. Свою цель художник, чьи картины находятся в галереях многих стран мира, видит не только в том, чтобы обучить своих подопечных умениям и навыкам художественного ремесла, но и сформировать у них устойчивый интерес к искусству, потребность постоянного общения с ним, развить творческие способности, воображение, образное мышление. Это, считает Юрий Леонидович, прямой путь к улучшению психологического состояния граждан посредством погружения в творчество, создание условий для социальной реабилитации и творческого развития обучающихся через достижение ими личностного успеха. Лучшим доказательством правоты метода, выбранного мастером, явилась первая выставка работ художников-пенсионеров, которая состоялась в Многофункциональном центре оказания услуг Тверского района и получила многочисленные восторженные отклики.

**ЧУДО-МАСТЕРИЦЫ**

Участницы клуба-студии «Чудо-мастерица» под руководством Татьяны Митрофановны Карелиной создают своими руками уникальные, прекрасные русские национальные костюмы.

Можно много и справедливо говорить о том, что кройка, шитье и освоение навыков и старинных техник изготовления народного русского костюма, изучение





фольклора, истории костюма, постановка мини-спектаклей и танцевальных композиций стимулируют социальную адаптацию, социализацию и сохранение культурно-эстетической активности инвалидов и лиц пожилого возраста, развивают и сохраняют их двигательную активность, замедляют процессы инволюции в организме, да и просто продлевают жизнь.

Обо всем этом забываешь, когда видишь на мастерицах (а они сами и демонстрируют свои работы) ожившую историю русского женского костюма во всей его величественной красоте и грации. Традиционный национальный костюм — это высокохудожественное произведение русского народа, не только художника, но и поэта. Костюмы создавались с учетом региональных особенностей, и поэтому радуют своей красотой и самобытностью.

Руководитель клуба-студии «Чудо-мастерица» в ТЦСО «Арбат» филиала «Тверской» — Татьяна Митрофановна Карелина много лет работала в Центрах творчества города Москвы и параллельно создавала собственную коллекцию русского исторического костюма. Она имеет апробированную авторскую программу «Русский костюм», по которой уже несколько лет успешно преподает. Татьяна Митрофановна — член Российского авторского общества, лауреат окружных и городских конкурсов, международных фестивалей по ДПИ, а также дипломант Международного конкурса высокой моды, который ежегодно проводится в Москве, в Доме национальностей. Ею созданы костюмы для спектаклей «Кот в сапогах», «Банкроты» и «Волшебные бублики» в театре «Кино-спектакль».

Участницы клуба-студии «Чудо-мастерица» приняли участие в X Московском фестивале «Я такой же, как ты». Они заняли первое место в окружном этапе конкурса и второе — в городском этапе в номинации «За сохранение промысла и возрождение мастерства».

Уникальные и прекрасные национальные костюмы, созданные руками участниц клуба-студии «Чудо-мастерица», позволяют понять всю философскую глубину фразы песни Татьяны и Сергея Никитиных на слова замечательного поэта Юрия Левитанского из любимого всеми кинофильма «Москва слезам не верит»:

- Вы полагаете, все это будет носиться?
- Я полагаю, что все это следует шить.

## ЗВЁЗДЫ ГОВОРЯТ

В наше время технического прогресса, компьютерной грамотности и нанотехнологий возрастает интерес к эзотерическим наукам. Людям хочется разобраться, существует ли что-нибудь, что невозможно потрогать руками или зафиксировать прибо-





рами. Знание астрологии позволяет предвидеть ход событий внешнего и внутреннего мира, поэтому ее всегда ценили как инструмент познания себя и предсказания судьбы.

Изучить основные законы астрологии и на примере своего гороскопа сделать вывод: «Астрология — это наука или иллюзия?». Разобрать, что такое новолуние и полнолуние. Как эти явления влияют на наше здоровье и эмоциональное состояние? Какие подсказки предлагает астрология, чтобы наша жизнь стала более радостной и гармоничной?

В этом любознательным клиентам филиала «Тверской» помогают занятия в клубе «Звезды говорят», которые ведёт дипломированный астролог, специалист по социальной работе отделения дневного пребывания Елена Владимировна Майорова.

## ЗУМБА, ЙОГА И ЦИГУН

Силами волонтеров в ТЦСО «Арбат» филиале «Тверской» организованы занятия с пожилыми людьми по таким экзотическим видам оздоровительных практик, как йога, цигун и даже новомодная зумба.

Инструктор-методист йоги 1-го ранга Роман Тесаков предлагает своим подопечным упрощенный курс йоги, который содержит в себе значительный процент



не только суставной, но и дыхательной гимнастики. В него входят легкие и эффективные асаны для укрепления здоровья и омоложения, а также различные пранаямы. Некоторые упражнения, которые включает йога для пожилых, могут состоять из различных практик медитации и глубокого расслабления.

Тренировки по древнейшей китайской гимнастике «цигун» под руководством тренера-психолога Игоря Абросимова направлены на сохранение и укрепление физического и психического здоровья занимающихся, на поддержание их активной, долгой жизни.

На занятиях гимнастикой «цигун» можно научиться управлять дыханием, концентрировать внимание на различных частях тела, расслаблять привычные напряжения и поддерживать хорошее настроение.

Последнее время характеризуется повальным увлечением зумбой — одной из самых популярных тренировок для похудения в, уже получившей распространение во всем мире. Казалось бы, темпераментные латиноамериканские ритмы зумбы мало подходят пожилым людям. Танцевальная фитнес-программа Zumba®Gold, предложенная инструктором Евгенией Шевченко, специально адаптирована для людей старшего возраста и новичков в фитнесе, и пользуется у клиентов филиала «Тверской» большой популярностью.

Хваля государственные учреждения, принято говорить, что в них «кипит работа». В филиале «Тверской» ТЦСО «Арбат» кипит не работа, а интересная, настоящая жизнь. Долгих вам активных лет!

#### КСТАТИ

Zumba придумал в 2001 году Альберто Перез, хореограф из Колумбии. Он скомбинировал ее из тысячи разных направлений: например, что-то было взято из меренги, мамбы, фламенко, танца живота, сальсы, самбы и хип-хопа. Такой супермикс сделал зумбу одной из самых популярных тренировок для похудения в мире: на данный момент она получила распространение более чем в 180 странах мира! Ее оригинальное название переводится с колумбийского диалекта как «жужжать, быстро двигаться».

В чем секрет такого успеха? Не только в том, что это новый танец, это еще и отличная тренировка, помогающая обрести форму мечты. Цель тренировки — задействовать максимальное количество мышц, исключив элемент скуки от неоднократных повторов и тривиальных упражнений. За час зумбы сжигается приблизительно 400-500 калорий, а еще она избавляет от стресса, делает человека более уверенным в себе и позитивным.



## МИР ПРЕКРАСЕН

В Многофункциональном центре оказания услуг Тверского района состоялось открытие художественной выставки работ пенсионеров и инвалидов — членов творческой мастерской «Кобальт» филиала «Тверской» Территориального центра социального обслуживания «Арбат» Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.

**В** обществе к самодеятельному творчеству существует, к сожалению, несколько снисходительное отношение. Но то, что люди творят, не задумываясь о славе, всемирном признании, известности и большом заработке, а делают это, что называется, для души, еще совсем не означает, что уровень их работ уступает по мастерству и эмоциональному воздействию произведениям признанных мэтров. Творчество — это та сфера деятельности, в которой ремесленное мастерство зачастую имеет второстепенное значение, а первична именно душа художника, вложенная в произведение искусства. Не надо далеко ходить за примерами, достаточно вспом-

нить великого художника-самоучку Нико Пиросмани (Пиросманишвили), картинами которого восторгаются не меньше, чем работами мастеров, получивших образование во всемирно известных художественных академиях.

Членам творческой мастерской «Кобальт» филиала «Тверской» Территориального центра социального обслуживания «Арбат» Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы повезло значительно больше, чем гениальному самоучке Нико Пиросмани, у них есть замечательный профессиональный и талантливый наставник Юрий Леонидович Немцев, участник всероссийских и зарубежных выста-



вок, чьи работы находятся в художественных галереях многих стран мира.

Мастер пришел в творческую мастерскую «Кобальт» всего два месяца назад, и вот уже открылась первая выставка работ художников-любителей, мастерством которых были удивлены даже специалисты-профессионалы, посетившие вернисаж. Всего в экспозиции представлено 12 картин пяти участников мастерской. К сожалению, площади свободных стен Многофункционального центра не позволили показать все достойные работы, но, как отмечают его руководители, это только начало большого и постоянного сотрудничества. Многочисленные посетители центра, пришедшие решать

#### **СПРАВКА**

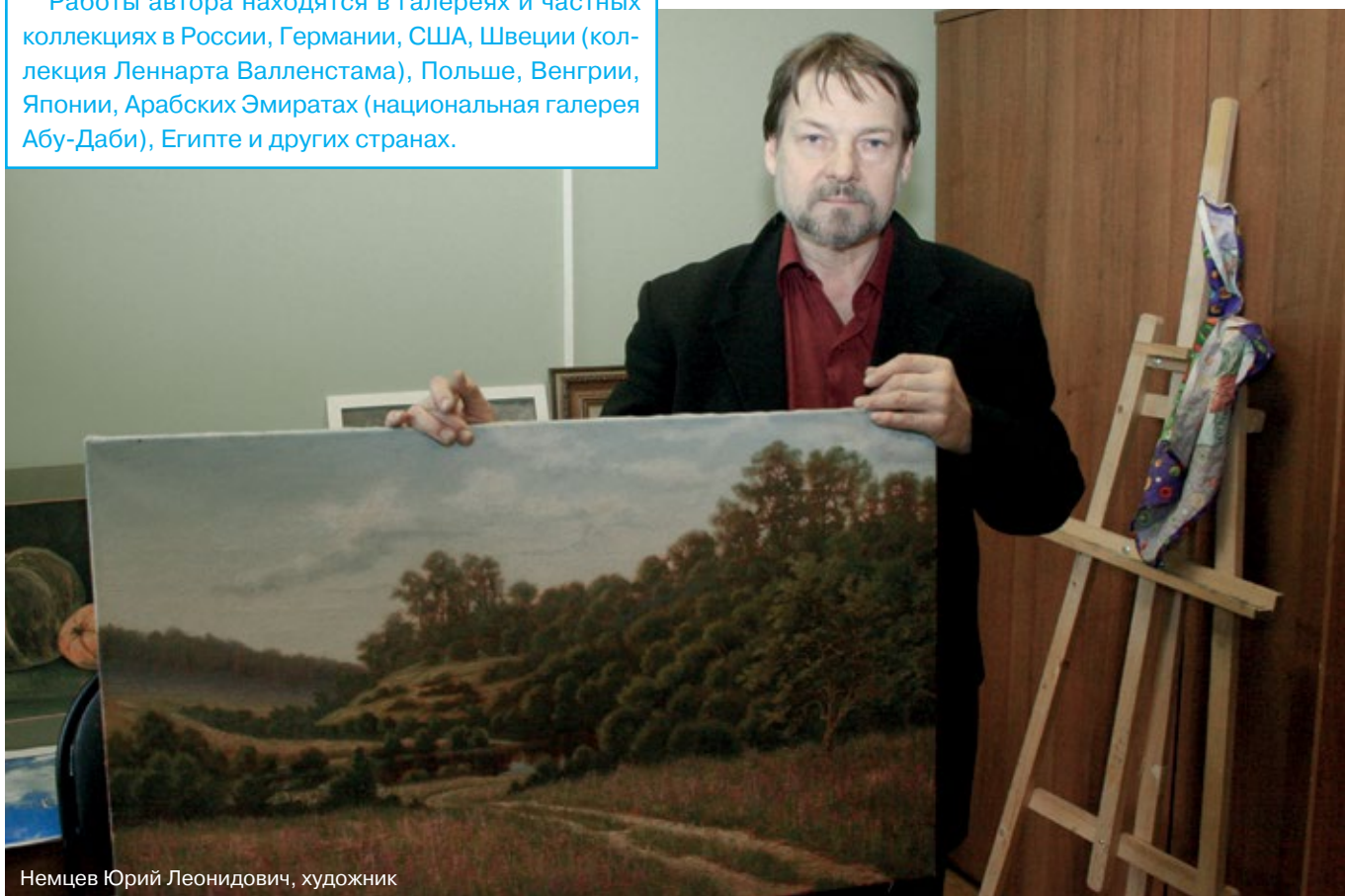
Юрий Леонидович Немцев — руководитель творческой мастерской «Кобальт».

Член профессионально-творческого Союза художников России, член Международного художественного фонда, член Международной федерации художников.

В 1993 году окончил Московский художественно-промышленный институт имени С.Г. Строганова (МХПИ им. Строганова).

Участник более 80 профессиональных выставок в России и за рубежом.

Работы автора находятся в галереях и частных коллекциях в России, Германии, США, Швеции (коллекция Леннарта Валленстама), Польше, Венгрии, Японии, Арабских Эмиратах (национальная галерея Абу-Даби), Египте и других странах.



Немцев Юрий Леонидович, художник



#### **Забатурин Валентин Петрович (81 год):**

— Увлечение живописью передалось мне по наследству от предков. Все мои пращурьы были педагогами и хорошо образованными людьми. Мой дед был сельским учителем и пользовался большим авторитетом у односельчан за свои творческие таланты. Он очень хорошо рисовал и виртуозно играл на многих музыкальных инструментах.

Мой отец Петр Иванович был директором школы, преподавал историю и параллельно учил детей рисованию. Он развивал в них не только талант к живописи, но и прививал им любовь к искусству.

Думаю, гены творчества и любовь к искусству передались и мне. Я начал рисовать в 10 лет. Но в то время это было только детское увлечение, так как считалось, что мужчина должен владеть серьезной технической профессией и твердо стоять на ногах. Поэтому по образованию я инженер водного транспорта. Но любовь к рисованию всегда жила во мне. Было время, уже выйдя на пенсию, я работал рабочим в Доме художников на Крымском валу и с разрешения руководства копировал понравившиеся картины профессиональных художников. Но по-настоящему заняться живописью мне удалось только в творческой мастерской филиала «Тверской» Территориального центра социального обслуживания «Арбат». Я очень благодарен центру за помощь в реализации мечты всей моей жизни.



#### **Забирова Вера Владимировна (73 года):**

— Я родилась и училась в Саратове. Но большую часть жизни прожила на Крайнем Севере, работая в нефтяной промышленности. Выйдя на пенсию, переехала в Москву. Благодаря приветливым и отзывчивым сотрудникам филиала «Тверской» Территориального центра социального обслуживания «Арбат» всего три года назад я начала рисовать. Это занятие очень поднимает настроение и настраивает на позитив, а проблема, чем занять свое свободное время, решила сама собой.

свои насущные и далеко не творческие вопросы, с удовольствием отвлекаются от повседневных забот и, пусть на мгновение, прикасаются к красоте и гармонии живописи.

Участники творческой мастерской «Кобальт» — жители Тверского района столицы, люди разного возраста, жизненного опыта, с различными судьбами, но все они — яркие, самобытные индивидуальности, которых объединяет непреодолимое стремление к художественному творчеству. Руководитель мастерской Юрий Немцев видит свою задачу не только в том, чтобы обучить людей, всю свою жизнь посвятивших сферам деятельности, далеким от живописи, техническим основам ремесла, если сказать проще, научить рисовать, но и научить видеть окружающий нас мир глазами художника, во всей его красоте.

Не секрет, что многие пожилые люди, особенно ранее вовлеченные в активную общественную жизнь, с возрастом теряют интерес к окружающему миру, замыкаются





**Пескина Нелли Григорьевна (88 лет), ветеран труда, труженица тыла в годы Великой Отечественной войны, инвалид II группы:**

— Я никогда не рисовала до 2012 года. В 2010 году у меня тяжело заболел муж, с которым мы прожили 63 года. В 2011 году муж умер. У меня началась сильная депрессия и, чтобы избавиться от нее, я пошла учиться рисовать. В творческой мастерской я рисую уже 3 года. Занятия живописью спасли меня. И сейчас это — смысл моей жизни.





---

**Новицкая Маргарита Александровна (77 лет):**

— Я родилась в Сибири, в городе Красноярске. Наверное, это удивительная по красоте и богатству красок сибирская природа заложила во мне с детства любовь к прекрасному. Но жизнь сложилась таким образом, что я окончила технологический институт, защитила кандидатскую диссертацию и работала в научно-исследовательском институте. А еще семья и двое детей, которых нужно было воспитывать. Времени на творчество не было. Только выйдя на пенсию, я стала рисовать. Это непередаваемая словами радость, чудо и прекрасное настроение от каждой нарисованной картины. Спасибо нашему руководителю Юрию Леонидовичу Немцеву. Спасибо судьбе за все, что случилось со мной. Я счастлива в данный момент и думаю, что это будет продолжаться и дальше.

---

в себе. В полной мере это касается и людей с инвалидностью. А творчество — это уникальная возможность личностной, социальной и общественной самореабилитации. В процессе творческой работы, особенно коллективной, естественным образом происходит улучшение психологического состояния человека, повышается самооценка, возвращается интерес к активной жизни. Жизнь, казалось бы, утратившая былой смысл, обретает новые краски и горизонты. Можно обратиться к сухой

---

**Павлова Тамара Григорьевна (79 лет):**

— Мой приход в художественную мастерскую нашего центра был во многом случайным. По образованию я математик. Окончила механико-математический факультет МГУ. В 70 лет вышла на пенсию, стало много свободного времени, и в один прекрасный день друзья пригласили меня на занятия живописью. До этого я совершенно не умела и не пыталась рисовать. И вдруг занятия в нашей мастерской открыли во мне большое желание рисовать, а, главное, весь мир вокруг стал чудесным образом очень ярким и живописным. Выхожу на улицу и все, что вижу, хочется перенести на лист. Благодарю всех, кто меня сподвигнул заняться живописью и наполнил красками мою жизнь.

---

статистике и обнаружить, что живописцы, как правило, живут несколько дольше своих сограждан.

Хочется пожелать участникам и руководителю мастерской «Кобальт» долгой, счастливой и яркой творческой жизни. И, конечно же, новых выставок, потому что они позволяют нам — людям, захваченным суетой и прозой повседневности, на мгновение остановиться перед живописным полотном и понять — жизнь прекрасна!



## ГЛАВНОЕ — БЫТЬ НУЖНОЙ

Во все времена люди пытались найти секрет вечной жизни, «эликсир долголетия», чтобы жить больше ста лет, оставаясь при этом бодрыми и энергичными. И некоторым, кажется, удастся открыть этот секрет: сейчас в Москве проживают более 700 человек, перешагнувших 100-летний рубеж. Конечно, такое долгожительство можно объяснить хорошим медицинским и социальным обслуживанием в мегаполисе. Но только отчасти. Огромную роль в жизни этих людей играют заботящиеся и любящие их родные и близкие. Немаловажно и то, что сейчас возрастает значение старшего поколения в воспитании молодёжи, передачи своих знаний и умений детям и внукам. Это участие в жизни, заинтересованность, насыщенность информацией, общением, то есть ощущение своей нужности окружающим людям, во многом является тем самым эликсиром долголетия.

Это подтверждает и москвичка Анна Михайловна Иванова, отпраздновавшая в ноябре 105-й день рождения. Её окружают родные и любящие люди — дочка Алла, внучка Юлия с мужем и две правнучки — пятнадцатилетняя Даша и восемнадцатилетняя Настя. Они очень любят свою боевую бабушку и заботятся о ней. Да и сама Анна Михайловна активно интересуется всем происходящим в стране и мире — в последнее время она стала плохо видеть и слышать, поэтому смотреть телевизор и слушать любимое радио уже не может, но родные пересказывают ей все новости. А ещё она очень любит бывать на улице, летом — выезжать на дачу, а в День Победы обязательно участвовать в акции «Бессмертный полк» с портретом любимого мужа в руках. К каждому празднику Анна Михайловна обязательно получает поздравления и открытки от главы управы, префекта, руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы, от мэра Москвы Сергея Собянина и даже президента Владимира Путина — её беззаветное служение и труд на благо Родины не остается забытым. Ну и, конечно, ей очень хочется общения — она может бесконечно рассказывать о своей жизни, о военных годах и послевоенном труде. А рассказать есть о чём — на её долю выпало множество бед, лишений и потерь, пережить которые не всегда удаётся даже самым сильным людям.

Самая страшная трагедия в жизни Анны Ивановой случилась в 1943 году. Как-то в морозный день она ушла на работу и оставила детей, мальчиков 5 и 6 лет, с пожилой хозяйкой комнаты, в которой они ютились. Вернувшись, женщина обнаружила жуткую картину: в квартире обгорели окна и стены, а дверь была заперта. Оказалось, что хозяйка вышла в магазин, оставив ребят дома рядом с горящей для обогрева буржуйкой. От случайной искры начался пожар, дети не смогли выйти и погибли в огне. От пережитого кошмара Анна Михайловна не оправилась до сих пор...

Конечно, годы войны стали самыми страшными и трагическими для всех советских людей, и в судьбе Анны Михайловны они навсегда оставили незаживающие раны.

22 июня 1941 года Анна запомнила навсегда. Она вышла вечером на улицу и услышала в небе гул: над городом пролетали вражеские самолёты, а с земли их ослеплял свет прожекторов, чтобы немецкие лётчики не могли прицелиться для бомбардировки. Так началась война.

В июле 1941 года Анна работала шофёром в тресте «Мосгорснаб», на базе, находившейся в районе «Карачарово». Однажды ей дали приказ привезти в Москву взрывчатку для боеприпасов с химического завода в Ярославской области. Женщине не с кем было оставить детей (муж воевал на 2-м Белорусском фронте под командованием маршала Рокоссовского), и она



Дочка Алла с папой Яковом



Дочка Анна с папой Яковом



Анна Михайловна с дочкой Аллой — хохотушки

была вынуждена взять мальчиков в опасную поездку. В дороге у грузовика лопнула шина, и Анна оказалась посреди поля с двумя маленькими детьми без надежды на помощь. Женщине пришлось самой менять колесо многотонной машины и заводить её большой металлической ручкой-стартером, потому что блок зажигания был слабым и почти сразу выходил из строя. Тяжёлая ручка неожиданно соскочила и, ударив по руке, отбросила Анну на землю. Женщина повредила руку и ногу (последствия травмы напоминают о себе до сих пор). Но, несмотря на усталость и боль, Анна все же довезла груз до места назначения в целостности и сохранности. Эти боеприпасы использовались потом в битве за Москву.

Анна Михайловна старалась оказать помощь фронту всеми силами и способами. Так, с 1942 года она начала регулярно сдавать кровь для раненых солдат, за что получила звание и знак почётного донора.

Всю войну Анна Михайловна Иванова трудилась шофёром. Праздничный салют над Москвой в мае 1945 года она смотрела со слезами на глазах, но все равно радовалась вместе со всеми. А за самоотверженный труд в военные годы её наградили медалью «За доблестный труд в Великой Отечественной войне 1941–1945 гг.».

Вообще, упорно трудиться Анна Иванова привыкла с детства. Родилась Анна Михайловна 22 ноября 1911 года в Москве. Новорождённую девочку родители отвезли в Рязанскую область (на родину отца), где её окрестили и официально зарегистрировали. С тех пор местом её рождения считается Рязанская область. В двухлетнем возрасте Аню отправили к бабушке в Солнечногорск. Там она жила до 14 лет. С малых лет познакомилась с тяжёлым крестьянским трудом: ухаживала за лошадью и помогала бабушке по хозяйству. Учиться было некогда, поэтому грамоте Аня обучалась всего полтора года. А в 1925 году девушка вернулась в Москву, теперь уже навсегда. Как-то на улице Аня увидела шофёров. Их вид покорила юную девушку: в то время городские водители носили красивые кожаные куртки и кепки. Так Анна определилась со своей будущей профессией — она решила стать шофёром. Свой путь к осуществлению мечты девушка начала с работы кондуктором, параллельно обучаясь на курсах вождения. А через три года Анна получила права и пришла в 1-й таксомоторный парк. Сразу шофёром её не брали, и сначала она трудилась слесарем. Потом, наконец, стала настоящим води-





Папа читает сказку

телем. До войны девушка работала шофёром на 4-й базе «Союзтранса» и на заводе ЦАГИ (Центрального аэрогидродинамического института).

Там Анна познакомилась с будущим мужем Яковом. Она на полторке возила кирпич, а он был начальником снабжения на заводе, к тому же на 4 года старше её. Увидев хрупкую девушку, управлявшую грузовой машиной, он предложил ей работать его водителем на легковушке. Они понравились друг другу и вскоре стали жить вместе, но расписаться официально им удалось только после войны. В 1937 году у них родился первый сын, через год — второй. Потом грянула война. В 1943 году Анна потеряла своих мальчиков, а в марте 1945 года тяжело ранило её супруга. Но, несмотря на ранение, он, не долечившись, отправился вместе с однополчанами освобождать Европу и дошёл до Берлина. С войны муж Анны вернулся тяжелообольным. У них родились две дочки (сейчас осталась только младшая — Алла). 14 марта 1947 года они, наконец, поженились. К сожалению, их брак оказался недолгим: недолеченное ранение Аннинного мужа переродилось в онкологическое заболевание. И в 1951 году Анна осталась с двумя дочками одна. Замуж больше не вышла.



Анна Михайловна с сыновьями Аликом и Валерой. 1939 г.



После смерти супруга Анна Михайловна продолжила работать шофёром. Сначала трудилась в Московском торфяном институте. Затем, в 1953 году, устроилась в диетический магазин: возила для него продукты. Благодаря этому ей удавалось подкармливать своих девочек разными вкусностями. В 1955 году она перешла в «Мосгаз», где и проработала до пенсии. Но с выходом на заслуженный отдых в 1971 году её трудовая биография не закончилась. В течение следующих 17 лет (до 1988 года) Анна Михайловна успела поработать в гости-

теплые поздравления и подарки. А от столичного Департамента труда и социальной защиты населения к юбилею ей вручили красивый чайный сервиз.

Надо сказать, что есть в этой стойкой женщине стержень, внутренняя сила, помогающая ей жить, несмотря ни на что, преодолевая любые горести и лишения. Ей есть чем гордиться — дети, внуки и правнуки выросли достойными, трудолюбивыми людьми. Дочка Алла до выхода на пенсию работала инженером машиностроения, внучка Юлия работает няней, старшая правнучка

**СВОЙ 105-Й ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ АННА МИХАЙЛОВНА ОТМЕТИЛА В КРУГУ РОДНЫХ И БЛИЗКИХ. ОТ ВСЕХ ОНА ПОЛУЧИЛА ТЕПЛЫЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ И ПОДАРКИ. А ОТ СТОЛИЧНОГО ДЕПАРТАМЕНТА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ К ЮБИЛЕЮ ЕЙ ВРУЧИЛИ КРАСИВЫЙ ЧАЙНЫЙ СЕРВИЗ.**

нице «Центральная» горничной и лифтёршей, санитаркой в аптеке и сторожем в городском кардиологическом диспансере. За многолетний труд Анна Иванова получила звание «ветеран труда». Не расслаблялась она и вне работы: трудилась на огороде около дома, а потом на любимой даче — выращивала овощи и фрукты.

Свой 105-й день рождения Анна Михайловна отметила в кругу родных и близких. От всех она получила

Настя осваивает в колледже интересную творческую профессию реставратора икон, а младшая — Даша пока учится в школе и собирается поступать в медицинский институт.

Как говорит Анна Михайловна, она воспитала себя сама. А молодому поколению ветеран желает всегда быть настоящими людьми: понимать других и стараться всеми силами им помогать.



# Клуб РООИ «Дуэт»

**Открыт набор в группу танцев на колясках для начинающих.**

Приглашаем детей и молодых людей с нарушениями опорно-двигательного аппарата погрузиться в атмосферу танцевального праздника, которая царит на занятиях клуба РООИ «Дуэт».

Занятия бесплатные, проводят заслуженные мастера спорта, чемпионы мира и России.

Танцоры клуба участвуют в фестивалях, выезжают на международные соревнования, выступают на самых престижных площадках страны!

Запись по телефонам:

**8-916-294-55-82, 8-926-313-00-99**

# МЕСЯЦ ИЗ ЖИЗНИ ПАНСИОНАТА

Предлагаем вашему вниманию рассказ нашей читательницы Нинель Петровны Анчарской о месяце, проведенном в Пансионате для ветеранов труда № 1 Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.



**Т**ак совпало, что сын с невесткой должны были уехать на месяц к друзьям, живущим за границей. Младший внук с компанией отправлялись на машинах в Крым. Лифт в доме не будет работать два месяца, так как его меняют на новый. По общегородскому графику пришло время отключить горячую воду. А мне, между прочим, уже 93. Что делать? Или разрушить планы всей семьи, или искать иной выход?

Сын обратился к Интернету в поиске интерната для инвалидов и ветеранов с необходимым уходом. Ведь я инвалид и ветеран Великой Отечественной войны. Наш выбор остановился на Пансионате для ветеранов труда № 1 Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы, расположенном в городе



Химки сразу за МКАД в собственном парке на берегу канала имени Москвы. Предварительно оговорив с дирекцией пансионата условия, по их приглашению, не без волнения отправились в Химки посмотреть, что он представляет собой на самом деле.

И вот первое впечатление: прежде всего бросается в глаза чистота, в переходах между зданиями — цветы, икебаны. Осматриваем холлы, коридоры и несколько комнат. Большинство — на двоих, но есть и одно-местные. В такую позже поселят и меня. Единогласно решаем: годится. Кстати, и старший внук с семьей живет в Химках. Будет кому навещать.

Многие живут в пансионате подолгу — от полугода и больше, для этого пенсионеры ежемесячно перечисляют пансионату часть пенсии, но это не мой вариант. Я пробуду здесь только месяц, а эта услуга платная.

Через несколько дней, собрав, как в былые времена, чемодан вещей для отдыха, мы покидаем Москву. Издалека, ещё с моста через канал имени Москвы, видны два красивых здания в зеленом обрамлении. Входим в один из корпусов. Впечатляет доброжелательный прием. Знакомимся с главным врачом отделения Светланой Андреевной Гудзь и её помощницами — врачами и медсёстрами.

Комната небольшая, с окном и балконом во всю стену, туалет с умывальником и душем, возле окна — холодильник и телевизор с плоским широким экраном. С балкона открывается замечательный вид на высокие сосны парка.

## С УТРА ДО ВЕЧЕРА

День в пансионате начинается рано. Сквозь сон слышу какой-то шорох в коридоре. Еще нет семи, а санитарки, приоткрыв дверь, тихонько собирают мусор из комнатных корзин. Следом появляются медсёстры-невидимки. Не знаю, как им удаётся незаметно положить в мензурку назначенные врачом лекарства.

Шум нарастает. Утренняя проверка, уборка, смена постельного белья. За всем этим наблюдает сестра-хозяйка Лидия Владимировна. Слышно, как на кухне хлопочут Оля, Зина, Таня, чья смена будет нас сегодня обслуживать. Кто хочет и может ходить (а таких немного, большинство вынуждено или предпочитает питаться в своих комнатах) едят в столовых, именуемых буфетами. Накормить всех, собрать и помыть посуду — нелёгкая работа, но девушки выполняют её умело, быстро, с улыбками и шутками.



Дружная команда инструкторов лечебной физкультуры всегда готова к работе





#### **Меню одного из обычных дней пансионата:**

**Завтрак** — каша манная (гречневая), творожная запеканка, масло, сыр, мёд, нектарин, чай.

**Обед** — щавелевые щи или суп на курином бульоне (всё со множеством зелени), курица отварная или котлета, гарнир – картофельное пюре, тушеные баклажаны, другие овощи.

**Ужин** — зразы с овощным гарниром, йогурт, кефир, вкусная булочка.

После завтрака — процедуры, осмотр врачей, назначения, проверка давления, уколы. Тех, кому пришла пора (раз в неделю), «банщицы» в специальных креслах везут в душевую. Перила, подстилки, чтобы не упасть.

Санитарки моют «от души», не давая самим взяться за мочалки. Несвежее бельё тут же забирают, чтобы завтра вернуть его выстиранным и отглаженным.

Узнаю, что по предварительной записи можно сделать маникюр, педикюр и постричься. Этой услугой я непременно воспользуюсь.

Замечаю в коридоре вереницу колясок. Все они движутся в сторону большого лифта. Минута-другая, и мы уже на площадке возле корпуса. Оказывается, сейчас будет физзарядка. Меня тоже приглашают вступить в когорту спортсменов.

Кружок колясочников перемежается «палочниками», среди которых и я, и ходячими. Принцип занятий — «по возможности». Инструктор подаёт разные команды: «сжимаем и разжимаем кулачки, поднимаем и опускаем ноги, достаём правой рукой левое плечо (лопатку) и наоборот, головой делаем круговые движения». Раздаёт мячики, спортсмены бросают их друг другу и ловят.

Всё это понадобится на большом спортивном празднике. Мастера, соревнуясь, покажут свое умение в мини-баскетболе, городках, стрельбе, а мы — в бросании мячей и колец на пенёчки (почти серсо). Многие (и я в том числе) удостоились почетной грамоты.

Несколько дней продолжаю искать, что занимает людей, которые живут здесь уже много лет. Вот кабинет, где молодые специалисты помогают желающим овладеть компьютером, в вестибюле и холлах сообщения о ближайших культурных событиях пансионата. Большой концерт, в котором примут участие сотрудники и жители нашего и других пансионатов. Автобусные экскурсии и паромные прогулки. Тематические вечера в помещении большой библиотеки. Большинство мероприятий проводит заведующая библиотекой Вера Андреевна. Вскоре я с ней познакомилась. Она не только выдает книги посетителям, но и разносит их по комнатам.



Не считая короткого послеобеденного отдыха, время заполняется прогулками, беседами на свежем воздухе, в которых люди делятся своими проблемами, вспоминают прожитую жизнь, находят общие темы и интересы. И так до вечера, когда все расходится по своим комнатам, включают телевизор или сидят в холле в удобных креслах и на диванах и продолжают общение.

## ПРОГУЛКИ И ЗНАКОМСТВА

Недели через две после моего приезда я сменила зарядку на прогулки, чтобы разрабатывать суставы

ног. Парк пансионата нельзя не полюбить, его вековые деревья — дубы, клёны, каштаны, ели, яблони, цветочные клумбы, вазоны, аллеи с множеством скамеек и беседок, разными путями ведущие вниз по склону к каналу, и заводи, из которой утки карабкаются вверх к любителям их покормить. Тут и там попадаются глиняные раскрашенные фигурки гномиков, грибков и всякой живности. А вот пропрыгала настоящая белочка. Оказалось, их здесь немало. Пенсионеры бросают им орешки, которые покупают в соседнем «Ашане», а кто не может, тому купят соцработники.

Туевая аллея приводит к памятнику воинам, павшим в сражениях Великой Отечественной войны. Сюда я буду часто приходить, чтобы помянуть близких, друзей, одноклассников.

Спускаюсь по мощеной плиткой дорожке к каналу, вхожу в белую ротонду с лавочками и столом, откуда замечательный вид на воду. Понимаю, что это любимое место многих, кто любит наблюдать за проплывающими мимо прогулочными пароводиками, многопалубными лайнерами, быстрыми катерами и медленными баржами. Возможно, они вспоминают и свои водные путешествия. Присоединяясь к ним, понимаю, что именно здесь, на берегу, чаще всего возникают разговоры, споры о театральных постановках, фильмах, прочитанных книгах.









Однако живут здесь люди не только пенсионного возраста. Вот на электроколяске едет Юра. Его инвалидность связана с дорожной аварией. Есть «колясочники», получившие ранения в военных конфликтах, которых, увы, немало и в наше время.

С Викой я познакомилась, заметив у нее в сумке газету «МК», которую давно выписываю. Она охотно дала её мне почитать, потом приносила новые номера, добавив: «В холле есть тумбочка, прочтете — положите туда для желающих». Вика — колясочница, но ходячая и весьма подвижная. Как-то она проехала на своей коляске до центра Химок, а вернулась на автобусе — помог водитель, открыв центральную дверь.

Знакомства здесь происходят самые обычные. Часто, проходя по аллее, слышишь: «Присядьте, отдохните» или «Можно, я с вами вместе пройду?», «Может быть, поиграем в шахматы, шашки, домино?». В ненавязчивых беседах, не зная порой имен, узнаешь судьбу людей. Отношения у многих с детьми сложные.

Однажды я увидела, как немолодую пару поздравляют с юбилеем, дарят цветы. «Спасибо, спасибо, — отвечает юбиляр, — мы уже получили правительственное поздравление». С чем же? Оказывается, с «золотой свадьбой». Молодыми они работали здесь же. Попросили выделить им под опеку участок заброшенной земли, чтобы привести его в порядок.

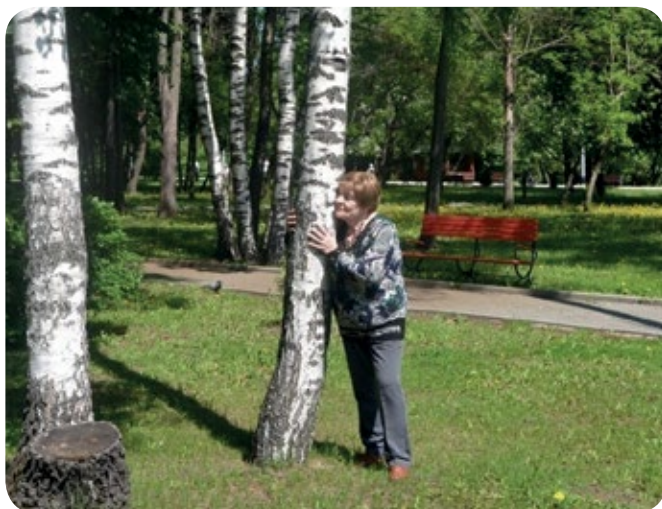
Результат смогли увидеть мы. Весь склон покрыт нежной травой, некогда высаженные ростки превратились в деревья, кусты покрылись ягодами. «Хозяин» участка приносит пригоршню крыжовника, несколько ягод достается и мне.

Супружеских пар тут достаточно много. Дети разъехались, случается, что продали квартиру, одолевают болезни или старость. Решаются в пансионате вместе прожить остаток дней. Есть и необычные союзы. Это те, кто надумал объединиться уже здесь. Если они законно оформили свои отношения, им выделяют общую комнату, и они ведут семейную жизнь.

Вернулись в Москву родные, пора и мне домой. Прощаюсь с врачами, сестрами, соседями по столу, собеседниками. Невольно задумалась: почему именно в этом пансионате удалось создать такую приятную, домашнюю атмосферу? Ведь читали, слышали, видели иные сюжеты — о нищенских домах престарелых и других социальных заведениях, где царят равнодушие, безразличие, халатность. Значит, по-прежнему верна поговорка: «кадры (вернее люди) решают всё»? Значит, немало и таких людей, кто посвятил себя трудной и благородной работе — уходу за одиночками, больными, немощными. Скажем же им сердечное спасибо. И постараемся следовать их примеру.

# КРУГ ЖИЗНИ, СОЛНЦА И ТЕПЛА

Ветеран труда, дитя войны — Раиса Михайловна Мартынова с 2013 года проживает в Пансионате для ветеранов труда № 1 Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы. В свои 83 года она активный участник всех творческих мероприятий пансионата. Поэтическим творчеством Раиса Михайловна увлеклась в последние годы. Ее стихи постоянно публикуются в стенгазетах и звучат на концертах, организуемых силами ветеранов.



## БЕРЁЗОНЬКА

К берёзоньке губами я прижмусь,  
Живительного сока наберусь.  
Глядишь, и легче стало мне —  
Боль улетучилась в спине!

По травке свеженькой пройдусь,  
К цветочку нежному пригнусь,  
Глядишь, хандра уходит вдруг!  
Всё возвращается на круг,

Круг жизни, солнца и тепла:  
Всё то, чем раньше я жила,  
Что не ценила молодость моя,  
Каких щедрот могу лишиться я!

Знаю, нет вечной жизни на Земле,  
Но цикл природы расцветает по весне.  
И я былинкой прорасту  
Или цветочком расцвету.

И внученька придет ко мне,  
Былиночку погладит в тишине.  
И молча возле постоит,  
Былинку с бабушкой сравнит.

## РАСКАЯНИЕ

Пришла я к маме с поминальной свечкой  
И с горечью раскаянья в душе...  
В волненьи роюсь я в своей аптечке,  
Срочно валидол понадобился мне.

Стою я со свечою поминальной  
И вспоминаю мамочку живой,  
«Ма-ма! (Рыдаю фразою печальной)  
Прости меня! Не берегла я твой покой».

Вдова войны! Досталась тебе доля!  
Детей войны от голода спасти.  
Тяжёлая была эта неволя,  
За жизнь детей готова всё отдать!

По деревьям ты ради нас шагала,  
Меня соль и мыло на харчи,  
Кровавые мозоли натирала  
С последних сил бредя в глухой ночи.

Тогда совсем мы маленькие были.  
Нам, как галчатам, всё хотелось есть!  
Со всех сторон тебя мы теребили!  
И ты спасла нас! В этом твоя честь.

Ты целовала мои письма, ма-ма!  
В студенчестве я не любила их писать,  
За что корю себя упрямо,  
И горько мне об этом вспоминать.

Теперь кричать вовсю готова: «Лю-ди!  
Берегите вы бесценных матерей!»  
Других не принесёт судьба на блюде,  
Больней утраты нет для дочерей!

## СЕВАСТОПОЛЬ ВЕРНУЛСЯ!

Шумит прибой в Севастопольской бухте,  
А площадь Нахимова в бухту глядит  
На флаги РОССИИ, что плещут на яхте —  
Красавица рядом на рейде стоит!



Радостью площадь кричит и ликует!  
 Ликует народ и ликует земля,  
 Что РОДИНА их опять приглубит,  
 Что вновь приняла их в объятья она!

Волны бухты ласкают РОССИЮ.  
 Как и прежде, родную, можно обнять!  
 Никто, никогда теперь у РОССИИ  
 Севастополь и бухту не смогут отнять!

Не зря, охраняя жизнь ныне живущих,  
 ТУМАННЫЙ КОЛОКОЛ в море стоит.  
 ОН чтит завет, из глубин идущий,  
 Который РОССИЮ хранить велит!



## БЕЗДОМНАЯ СОБАКА

Бездомная собака так жалобно глядит  
 При встрече с человеком, как будто говорит:

«Я верно вам служила и охраняла вас.  
 Когда я постарела, меня прогнали с глаз.

Теперь я погибаю, по мусоркам брожу  
 И с горьким сожалением на вас, людей, гляжу».

## ВОРОБЬИШКО

Вышла я утром в парке погулять,  
 Всесущий воробьишко летит меня встречать.  
 Сел он на бордюрик, чирикнул:

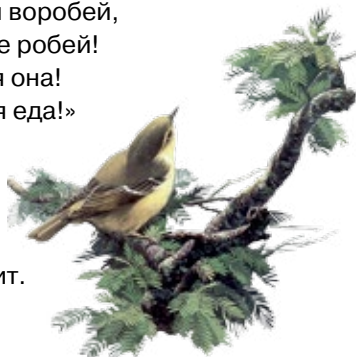
«Здравствуй, мать!

Ты принесла мне зёрнышек на завтрак  
 поклевать?»

«Конечно же, мой милый! Как иначе может быть!  
 Разве могу об этом случайно я забыть?»  
 Довольный воробьишко все зёрнышки склевал  
 И на прощанье хвостиком мне резво помахал.

Не успела я полшага от места отойти,  
 Как целая ватага навстречу мне летит.  
 Кричат, галдят, чирикают, пройти мне не дают,  
 Вокруг летают, прыгают, передо мной снуют.

А сзади них наглёнок — знакомый воробей,  
 Чирикает, командует: «Смелее! Не робей!  
 У бабки много зёрнышек и добрая она!  
 Для нас в её кармане есть вкусная еда!»



## ШУТКИ ДЕДА МОРОЗА

Изморозь опушила ресницы,  
 Под каблуками звонко снег хрустит.  
 И воробьишек стайка вереницей  
 В кустах, напыжившись, сидит.

Наперебой галдят они о лете,  
 О тёплых солнечных лучах,  
 О спелых зёрнышках в корыте,  
 Что сыпят курам во дворах.

Я мимо них бегу на остановку,  
 А мороз щипает нос,  
 Превратился он в морковку —  
 Шутки шутит Дед Мороз!

Заставляет ради шутки  
 На морозе танцевать  
 В ожидании маршрутки,  
 Чтоб совсем не замерзать.

Хорошо тебе, Мороз!  
 В бороду упрятал нос,  
 Тёплы валенки надел  
 И творишь свой беспредел!

## ГНЕЗДО РОДНОЕ

Под пригорочком, на склоне  
 Деревянный дом стоит.  
 Ветерок берёзки клонит  
 И листвою шелестит.

А на крыше крутит флюгер —  
 Самодельный петушок.  
 Хвостиком он ловит ветер,  
 По ветру держит гребешок.

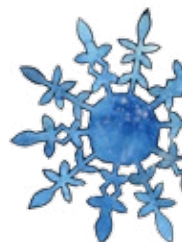
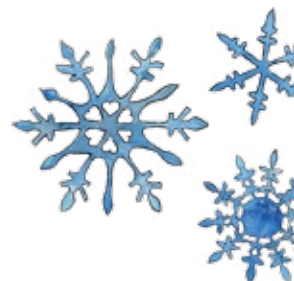
Перед окнами в садочке  
 Мальвы кучками растут.  
 На углах под крышей бочки  
 Воду с крыши берегут.

А в открытых окнах видно —  
 Чистота в доме, уют...  
 На столе, на месте видном,  
 Ваза с розами стоит.

Занавесочки колыхет  
 Тёплый свежий ветерок,  
 Аппетитно очень дышит  
 В печи горячий пирожок.

Домотканая дорожка  
 На полу чистом лежит,  
 На диване мягком кошка  
 Среди подушечек сидит.

Всё до боли мне знакомо.  
 Здесь я детство провела.  
 Опустело гнездо родное —  
 Нет уж больше в нём тепла.





## «ДЕРЕВО ЖЕЛАНИЙ» ИСПОЛНЯЕТ МЕЧТЫ

В седьмой раз прошла московская общегородская благотворительная акция «Дерево желаний», целью которой является помощь в осуществлении заветных новогодних желаний детям из нуждающихся семей. Вспомним, как это было.

**Д**екабрь. Канун Нового года, Рождества... Всё вокруг уже украшено яркими гирляндами, на больших и маленьких ёлках переливаются разноцветные шары, а с неба падают пушистые хлопья снега. Всё как в сказке, а значит, это время, как никогда, подходит для того, чтобы совершить пусть и маленькое, но настоящее новогоднее чудо. Такую возможность каждый год дарит горожанам Департа-

мент труда и социальной защиты населения города Москвы. Благотворительную акцию «Дерево желаний» в этом году поддержали более 90 москвичей и несколько организаций. Формально участники акции делятся на «дарителей» и «одариваемых». Если первые, вероятнее всего, находятся в благоприятной финансовой ситуации, говоря современным языком, «имеют возможности», то вторые, к сожалению, на-

борот. Это многодетные семьи, матери-одиночки, семьи с детьми-инвалидами и малообеспеченные семьи. Но за этими официальными терминами стоят такие же люди, как и мы с вами, они так же хотят порадовать своих детей желанным подарком к Новому году, подарить им веру в волшебство. И, к счастью, желающих им в этом помочь год от года становится всё больше.

В этом году акцию «Дерево желаний» проводили в Центральном доме художника на Крымском Валу. Многие дети и их родители пришли на праздник раньше назначенного времени. На первом этаже ЦДХ их встречали организаторы акции и весёлые аниматоры в костюмах героев сказок. Малыши и дети постарше с удовольствием играли в «Лабиринт», «Угадайку» и другие подвижные конкурсы, самые ловкие и сообразительные получали небольшие сувениры, но главные подарки были впереди. Какие именно — для ребят уже не было загадкой, так как все они заранее, самостоятельно или с помощью родителей, в письме, адресованном «Дереву желаний», подробно описали заветный подарок. В детских мечтах чаще всего фигурируют такие необходимые, но зачастую непозволительно дорогие для семейного бюджета вещи, как планшеты, смартфоны, велосипеды, наборы для творчества, спортивный инвентарь и настольные игры.

— Об этой акции мы узнали от друзей, — говорит Елена Старшина, мама Дениса Касимова из Юго-Восточного административного округа Москвы. — Денис не может писать сам, и я написала письмо за него. Он очень хотел в подарок планшет. У нас многодетная семья, трое детей, двое из них инвалиды. Конечно, подарком будут пользоваться все, но Денису он пригодится особенно. Ведь он на коляске, его круг общения ограничен, поэтому будет здорово, если сын сможет сам включать какие-то мультфильмы, познавательные видео, даже в игры поиграть, почитать книги... Он у нас все время с книжками сидит. Теперь мы точно знаем, что чудеса случаются, ведь на планете есть добрые люди.

— Мы из малообеспеченной семьи. Сыну Тимуру скоро исполняется восемь лет. Об этой замечательной акции мы узнали в ЦСПСиД «Берегиня», он находится в Южном округе, где мы живём, — рассказывает Юлия Алексеева. — Тимур попросил в подарок игровой стол «Партида», на нём можно играть в футбол, аэрохоккей и другие игры. Дело в том, что недавно я перевела сына в другую школу, и у него там пока мало друзей. Он очень хотел такой подарок, чтобы иметь возможность приглашать друзей к себе домой.

У входа в концертный зал, где происходило вручение подарков, с помощью общительных и отзывчивых ани-







маторов дети написали письмо Деду Морозу. Немного наивные для взрослого человека просьбы, написанные несформировавшимся детским почерком, а иногда и просто печатными буквами, были очень трогательными и неизменно сопровождалась словом «пожалуйста». А чтобы Дед Мороз скорее прочитал все детские послания, вместе с аниматорами ребята сложили их в виде самолётиков и опустили в волшебный мешок. Итак, праздник начался!

На сцене появился главный герой новогоднего праздника. Да не простой, а настоящий Дед Мороз-рокер, в клепаной «шубе», чёрных перчатках и кожаных сапогах. Дедушка исполнил праздничную песню, и на сцене появилась его помощница — ведущая праздника, «Мисс Россия-2002», Светлана Королёва. Затем детей и взрослых приветствовала первый заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Ольга Евгеньевна Грачёва:

— Мы с большим трепетом всегда относимся к этой благотворительной акции, ищем спонсоров, и количество подарков, которые мы дарим, напрямую зависит от доброты тех, кто хочет поделиться частичкой себя, передать её детям, имеющим мечту. Конечно, в наше время сделать это непросто, и я рада тому, что всегда находятся люди, готовые творить добро. Хочу отдельно

## МНЕНИЕ

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

— Саму идею благотворительности и милосердия в последние годы стало разделять большое количество людей. Они не всегда готовы поддержать формат нашей акции, сразу отдать крупную сумму, ведь ноутбук или велосипед стоит несколько тысяч рублей, а вот отправить смс-сообщение, чтобы помочь собрать деньги на операцию больному ребёнку, готовы многие. Такую форму благотворительности сейчас поддерживают все больше москвичей, и от этого становится тепло на душе. Действительно важно, когда большое количество людей сопереживает, сочувствует чужому горю и хочет помочь.

упомануть автора идеи создания этой акции, Людмилу Ивановну Швецову. Именно она в 2009 году придумала такую акцию.

Обаятельная Светлана Королёва, будучи сама мамой троих детей, дарила свою искреннюю улыбку и умело находила подход ко всем ребятишкам, подбадривая их во время выхода на сцену за подарком. Кстати, она



На сцене дарители — семья Лобачевских



тоже была одним из «дарителей» на этом празднике, и слово «благотворительность» имеет для неё большое значение.

— Я сама из многодетной семьи, родители работали госслужащими, и я хорошо помню сложный период 90-х годов, как нам помогали департаменты, присылали гуманитарную помощь, — поделилась своими воспоминаниями Светлана. — Я всегда участвую во всех акциях Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы. Мы с мужем и своих детей учим добру, посещаем с ними детские дома. А когда в их школе проходили сборы гуманитарной помощи для нуждающихся детей Африки, они с большим удовольствием участвовали, так как знали, что чем больше продуктов они соберут, тем меньше где-то будет голодных ребятшек.

Тем временем радостных детей с красиво завернутыми подарками в руках становилось все больше. Они, скромно улыбаясь, выходили на сцену, стесняясь, говорили «спасибо» или просто кивали, и быстро возвращались в зал, смущенные таким количеством внимания. Но в глазах их можно было разглядеть тихое ликование, именно такое чувство посещает нас, когда



исполняется заветное желание. В зале царил атмосфера волшебства и настоящего праздника! Сколько вокруг было добрых лиц, сколько детских глаз светились счастьем, сколько слов благодарности было произнесено! В перерыве между вручением подарков на сцене выступили ансамбль «Домисолька» с песней «Дорогами добра» и творческий коллектив детей и молодёжи с нарушениями слуха «Ангелы Надежды». Вместе с Владимиром Лёвкиным они исполнили песню «Счастье».

— Мы все много работаем, каждый занят своей семьей, и это очень хорошо, — считает артист. — Но вокруг есть люди, которые часто нуждаются в нашей помощи. И сегодня мы в очередной раз привлекаем внимание общественности к этой проблеме.

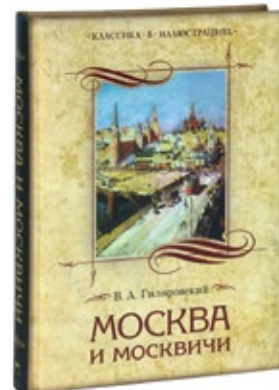
В 2016 году «Дерево желаний» исполнило мечты почти сотни маленьких москвичей. В наших силах сделать так, чтобы счастливых детей стало больше. И для этого совсем не обязательно ждать, пока пройдет ещё целый год. Обратите внимание на тех, кто рядом, уже сегодня. Изменив жизнь лишь одного ребёнка, можно сделать лучше целый мир. Ведь что может быть радостнее, когда у тебя на глазах сбываются мечты!



Владимир Гиляровский

# ПОД КИТАЙСКОЙ СТЕНОЙ

(Из книги «Москва и москвичи»)  
(Продолжение)



Чуть свет являлись на толкучку торговки, бархольщики первой категории и скупщики из «Шипова дома», а из желающих продать — столичная беднота: лишившиеся места чиновники приносили последнюю шинелишку с собачьим воротником, бедный студент продавал сюртук, чтобы заплатить за угол, из которого его гонят на улицу, голодная мать, продающая одеяльце и подушку своего ребенка, и жена обанкротившегося купца, когда-то богатая, боязливо предлагала самовар, чтобы купить еду сидящему в долговом отделении мужу.

Вот эти-то продавцы от горькой нужды — самые выгодные для базарных коршунов. Они стаей окружали жертву, осыпали ее насмешками, пугали злыми намеками и угрозами и окончательно сбивали с толку.



— Почему?  
— Четыре рубля, — отвечает сконфуженный студент, никогда еще не выдавший толкучки.  
— Га! Четыре! А рублевку хошь?  
Его окружали, щупали сукно, смеялись и стояли все на рубле, и каждый бросал свое едкое слово:  
— Хапаный!.. Покупать не стоит. Еще попадешься! Студент весь красный... Слезы на глазах. А те рвут... рвут...

Плачет голодная мать.

— Может, нечистая еще какая!

И торговка, вся обвешанная только что купленным грязным тряпьем, с презрением отталкивает одеяло и подушку, а сама так и зарится на них, предлагая пятую часть назначенной цены.

— Должно быть, краденый, — замечает старик барышник, напрасно предлагавший купчихе три рубля за самовар, стоящий пятнадцать, а другой маклак ехидно добавлял, видя, что бедняга обомлела от ужаса:

— За будочником бы спсылать...

Эти приемы всегда имели успех: и сконфуженный студент, и горемыка-мать, и купчиха уступали свои вещи за пятую часть стоимости, только выдавший виды чиновник равнодушно твердит свое да еще заступает за других, которых маклаки собираются обжулить. В конце концов, он продает свой собачий воротник за подходящую цену, которую ему дают маклаки, чтобы только он «не отсвечивал».

Это картина самого раннего утра, когда вторая категория еще опохмеляется. Но вот выползает и она. Площадь меняет свое население, часы обирательства бедноты сменяются часами эксплуатации пороков и слабостей человеческих. На толкучке толчется масса пьяниц, притащивших и свое, и чужое добро, чтобы только добыть на опохмелку. Это типы, подходящие к маклакам второй категории, и на них другой способ охоты приносивлен, потому что эти продавцы — народ не совестливый и не трусливый,



их и не запугаешь, и не заговоришь. На одно слово десять в ответ, да еще родителей до прабабушки помянут.

Сомнительного продавца окружают маклаки. Начинают рассматривать вещь, перевертывать на все стороны, смотреть на свет и приступают к торгу, предлагая свою цену:

— Два рубля? Полтора! Гляди сам, больше не стоит!

— Сказал два, меньше ни копейки!

— Ну, без четверти бери, леший ты упрямый!

— Два! — безапелляционно отрезает тот.

— Ну, держи деньги, что с тобой делать! — как бы нехотя говорит торговка, торопливо сует продавцу горсть мелочи и вырывает у него купленную вещь.

Тот начинает считать деньги, и вместо двух у него оказывается полтора.

— Давай полтину! Ведь я за два продавал. Торговка стоит перед ним невозмутимо.

— Отдай мою вещь назад!

— Да бери, голубок, бери, мы ведь силой не отнимаем, — говорит торговка и вдруг с криком ужаса: — Да куда ж это делось-то? Ах, батюшки-светы, ограбили, среди белого дня ограбили!

И с этими словами исчезает в толпе.

Жажущие опохмелиться отдают вещь за то, что сразу дадут, чтобы только скорее вина добыть — нутро горит.

Начиная с полдня, являются открыто уже не продающие ничего, а под видом покупки проходят в лавочки, прилепленные в Китайской стене на Старой площади, где, за исключением двух-трех лавочек, все занимаются скупкой краденого.

На углу Новой площади и Варварских ворот была лавочка рогожского старообрядца С.Т. Большакова, который торговал старопечатными книгами и дониконовскими иконами. Его часто посещали ученые и писатели. Бывали профессора университета и академики. Рядом с ним еще были две такие же старокнижные лавки, а дальше уж, до закрытия толкучки, в любую можно сунуться с темным товаром.

Толкучка занимала всю Старую площадь — между Ильинкой и Никольской, и отчасти Новую — между Ильинкой и Варваркой. По одну сторону — Китайская стена, по другую — ряд высоких домов, занятых торговыми помещениями. В верхних этажах — конторы и склады, а в нижних — лавки с готовым платьем и обувью.



Все это товар дешевый, главным образом русский: шубы, поддевки, шаровары или пальто и пиджачные и сюртучные пары, сшитые мешковато для простого люда. Было, впрочем, и «модье» с претензией на шик, сшитое теми же портными.

Лавки готового платья. И здесь, так же как на Сухаревке, насильно затаскивали покупателя. Около входа всегда галдеж от десятка «зазывал», обязанностью которых было хватать за полы проходящих по тротуарам и тащить их непременно в магазин, не обращая внимания, нужно или не нужно ему готовое платье.

— Да мне не надо платья! — отбивается от двух молодцов в поддевках, ухвативших его за руки, какой-нибудь купец или даже чиновник.

— Помилте, вышздоровье, — или, если чиновник, — васкобродие, да вы только поглядите товар.

И каждый не отстает от него, тянет в свою сторону, к своей лавке.

А если удастся затаскать в лавку, так несчастного заговорят, замучат примеркой и уговорят купить, если не для себя, то для супруги, для деток или для кучера... Великие мастера были «зазывалы»!

— У меня только в лавку зайди, не надо, да купи! Уговорю!.. — скажет хороший «зазывала». И действительно уговорит.

Такие же «зазывалы» были и у лавок с готовой обувью на Старой площади, и в закоулках Ямского приказа на Москворецкой улице.

И там и тут торговали специально грубой привозной обувью — сапогами и башмаками, главным образом кимрского производства. В семидесятых годах еще практиковались бумажные подметки, несмотря на то, что кожа сравнительно была недорога, но уж таковы были девизы и у купца, и у мастера: «на грош пятаков» и «не обманешь — не продашь».

Конечно, от этого страдал больше всего небогатый люд, а надуть покупателя благодаря «зазывалам» было легко. На последние деньги купит он сапоги, наденет, пройдет две-три улицы по лужам в дождливую погоду — глядь, подошва отстала и вместо кожи бумага из сапога торчит. Он обратно в лавку... «Зазывалы» уж узнали, зачем, и на его жалобы закидают словами и его же выставят мошен-

ником: пришел, мол, халтуру сорвать, купил на базаре сапоги, а лезешь к нам...

— Ну, ну, в какой лавке купил?

Стоит несчастный покупатель, растерявшись, глядит — лавок много, у всех вывески и выходы похожи и у каждой толпа «зазывал»...

Заплачет и уйдет под улюлюканье и насмешки... Был в шестидесятых годах в Москве полицмейстер Лужин, страстный охотник, державший под Москвой свою псарню. Его доезжачему всучили на Старой площади сапоги с бумажными подошвами, и тот пожаловался на это своему барину, рассказав, как и откуда получается купцами товар. Лужин послал его узнать подробности этой торговли. Вскоре охотник пришел и доложил, что сегодня рано на Старую площадь к самому крупному оптовику-торговцу привезли несколько возов обуви из Кимр.

Лужин, захватив с собой наряд полиции, помчался на Старую площадь и неожиданно окружил склады обуви, указанные ему. Местному приставу он ничего не сказал, чтобы тот не предупредил купца. Лужин поспел в то самое время, когда с возов сваливали обувь в склады. Арестованы были все: и владельцы складов, и их доверенные, и приехавшие из Кимр с возами скупщики, и продавцы обуви. Опечатав товар и склады, Лужин отправил арестованных в городскую полицейскую часть, где мушкетеры выпороли и хозяев склада, и кимрских торговцев, привезших товар.

Купцы под розгами клялись, что никогда таким товаром торговать не будут, а кимряки после жестокой порки дали зарок, что не только они сами, а своим детям, внукам и правнукам закажут под страхом отцовского проклятия ставить бумажные подошвы.

И действительно, кимряки стали работать по чести, о бумажных подметках вплоть до турецкой войны 1877–1878 годов не слышно было.

Но во время турецкой войны дети и внуки кимряков были «вовлечены в невыгодную сделку», как они объясняли на суде, поставщиками на армию, которые дали огромные заказы на изготовление сапог с бумажными подметками. И лазили по снегам балканским и кавказским солдатам в разорванных сапогах, и гибли от простуды... И опять с тех пор пошли бумажные подметки... на Сухаревке, на Смоленском рынке и по мелким магазинам с девизом «на грош пятаков» и «не обманешь — не продашь».

Только с уничтожением толкучки в конце восьмидесятых годов очистилась Старая площадь, и «Шипов дом» принял сравнительно приличный вид.

Отдел благоустройства МКХ в 1926 году привел Китайгородскую стену — этот памятник старой Москвы — в тот вид, в каком она была пятьсот лет назад, служа защитой от набегов врага, а не тем, что застали позднейшие поколения.

Вспоминается бессмертный Гоголь:

«Возле того забора навалено на сорок телег всякого мусора. Что за скверный город. Только поставь какой-нибудь памятник или просто забор, черт их знает, откуда и нанесут всякой дряни...»

Такова была до своего сноса в 1934 году Китайгородская стена, еще так недавно находившаяся в самом неприглядном виде. Во многих местах стена была совершенно разрушена, в других чуть не на два метра вросла в землю, башни изуродованы поселившимися в них людьми, которые на стенах развели полное хозяйство: дачи не надо!

...Возле древней башни

На стенах старинных были чуть не пашни.

Из расщелин стен выросли деревья, которые были видны с Лубянской, Варварской, Старой и Новой площадей.



# ТАЙНЫ НЕГЛИНКИ

Трубную площадь и Неглинный проезд почти до самого Кузнецкого моста тогда заливало при каждом ливне, и заливало так, что вода водопадом хлестала в двери магазинов и в нижние этажи домов этого района. Происходило это оттого, что никогда не чищенная подземная клоака Неглинка, проведенная от Самотеки под Цветным бульваром, Неглинным проездом, Театральной площадью и под Александровским садом вплоть до Москвы-реки, не вмещала воды, переполнявшей ее в дождливую погоду. Это было положительно бедствием, но «отцы города» не обращали на это никакого внимания.

В древние времена здесь протекала речка Неглинка. Еще в екатерининские времена она была заключена в подземную трубу: набили свай в русло речки, перекрыли каменным сводом, положили деревянный пол, устроили стоки уличных вод через спускные колодцы и сделали подземную клоаку под улицами. Кроме «законных» сточных труб, проведенных с улиц для дождевых и хозяйственных вод,

большинство богатых домовладельцев провело в Неглинку тайные подземные стоки для спуска нечистот, вместо того чтобы вывозить их в бочках, как это было повсеместно в Москве до устройства канализации. И все эти нечистоты шли в Москву-реку.

Это знала полиция, обо всем этом знали гласные-домовладельцы, и все, должно быть, думали: не нами заведено, не нами и кончится!

Побывав уже под Москвой в шахтах артезианского колодца и прочитав описание подземных клоак Парижа в романе Виктора Гюго «Отверженные», я решил во что бы то ни стало обследовать Неглинку. Это было продолжение моей постоянной работы по изучению московских трущоб, с которыми Неглинка имела связь, как мне пришлось узнать в притонах Грачевки и Цветного бульвара.

Мне не трудно было найти двух смельчаков, решившихся на это путешествие. Один из них — беспаспортный водопроводчик Федя, пробавлявшийся поденной работой, а другой — бывший







дворник, солидный и обстоятельный. На его обязанности было опустить лестницу, спустить нас в клоаку между Самотекой и Трубной площадью и затем встретить нас у соседнего пролета и опустить лестницу для нашего выхода. Обязанность Феи — сопутствовать мне в подземелье и светить.

И вот в жаркий июльский день мы подняли против дома Малюшина, близ Самотеки, железную решетку спускного колодца, опустили туда лестницу. Никто не обратил внимания на нашу операцию — сделано было все очень скоро: подняли решетку, опустили лестницу. Из отверстия валил зловонный пар. Федя-водопроводчик полез первый; отверстие, сырое и грязное, было узко, лестница стояла отвесно, спина шаркала о стену. Послышалось хлюпанье воды и голос, как из склепа:

— Лезь, что ли!

Я подтянул выше мои охотничьи сапоги, застегнул на все пуговицы кожаный пиджак и стал спускаться. Локти и плечи задевали за стенки трубы. Руками приходилось крепко держаться за грязные ступени отвесно стоявшей, качающейся лестницы, поддерживаемой, впрочем, рабочим, оставшимся наверху. С каждым шагом вниз зловоние становилось все

сильнее и сильнее. Становилось жутко. Наконец послышались шум воды и хлюпанье. Я посмотрел вверх. Мне видны были только четырехугольник голубого, яркого неба и лицо рабочего, державшего лестницу. Холодная, до костей пронизывающая сырость охватила меня.

Наконец я спустился на последнюю ступеньку и, осторожно опуская ногу, почувствовал, как о носок сапога зашуршала струя воды.

— Опускайся смелей; становись, неглубоко тутот-ка, — глухо, гробовым голосом сказал мне Федя.

Я встал на дно, и холодная сырость воды проникла сквозь мои охотничьи сапоги.

— Лампочку зажечь не могу, спички подмокли! — жалуется мой спутник.

У меня спичек не оказалось. Федя полез обратно.

Я остался один в этом замурованном склепе и прошел по колено в бурлящей воде шагов десять. Остановился. Кругом меня был мрак. Мрак непроницаемый, полнейшее отсутствие света. Я поворачивал голову во все стороны, но глаз мой ничего не различал.

*(Продолжение читайте в следующем номере)*

Пётр Петрович Верещагин (1834–1886).  
Вид Московского Кремля. 1879 г.



## Валерий Брюсов

(1 декабря 1873 — 9 октября 1924) — русский поэт, прозаик, драматург, переводчик, литературовед, литературный критик и историк. Один из основоположников русского символизма.

### СТАРОДАВНЯЯ МОСКВА

Нет тебе на свете равных,  
Стародавняя Москва!  
Блеском дней, вовеки славных,  
Будешь ты всегда жива!

Град, что строил Долгорукий  
Посреди глухих лесов,  
Вознесли любовно внуки  
Выше прочих городов!

Здесь Иван Васильич  
Третий иго рабства раздробил,  
Здесь за длинный ряд столетий  
Был источник наших сил.

Здесь нашла свою препону  
Поляков надменных рать;  
Здесь пришлось Наполеону  
Зыбкость счастья разгадать.

Здесь как было, так и ныне —  
Сердце всей Руси святой,  
Здесь стоят ее святыни  
За кремлевскою стеной!

Здесь пути перекрестились  
Ото всех шести морей,  
Здесь великие учились —  
Верить родине своей!

Расширяясь, возрастая,  
Вся в дворцах и вся в садах,  
Ты стоишь, Москва святая,  
На своих семи холмах.

Ты стоишь, сияя златом  
Необъятных куполов,  
Над Востоком и Закатом  
Зыбля зов колоколов!



Социальный информационно-аналитический журнал

Издатель — Центр духовного и физического оздоровления общества «Партнерство»

Главный редактор — **Марал Казакова**  
Выпускающий редактор — **Вадим Гурович**  
Над номером работали:  
**Татьяна Сосенкова, Михаил Сычев, Любовь Самуляк-Безукладникова, Нинель Анчарская**

Фото на обложке: участница клуба-студии «Чудо-мастерица» (стр. 34)

### 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.



## КАК ПОЛУЧИТЬ СОЦИАЛЬНУЮ КАРТУ МОСКВИЧА

Получить социальную карту москвича могут льготные категории людей, которые постоянно проживают в столице. Эти граждане должны быть отнесены к категории лиц, нуждающихся в государственной поддержке.

**Приводим перечень категорий лиц, которые могут претендовать на получение данного документа:**

- пенсионеры по возрасту;
- инвалиды первой, второй и третьей групп;
- ветераны Великой Отечественной войны;
- участники других боевых действий;
- тыловые работники;
- ветераны труда;
- дети-сироты и те дети, которые остались без попечительства, возраст получения ограничен 18 годами, если ребенок обучается в среднем образовательном учреждении, и 23 годами соответственно, если он является студентом высшего учебного заведения;
- дети из многодетных семей до совершеннолетия;
- один из родителей многодетной семьи;
- беременные женщины.

Данная карта выдается в социальных учреждениях города Москвы, студенты же могут ее оформить в офисе Московского метрополитена.

С целью получения социальной карты москвича заявителю потребуется подать заявку на ее получение в государственную социальную структуру. Это можно сделать самостоятельно или направить своего законного представителя. Оформление карточки происходит на бесплатной основе, брать деньги социальные органы не имеют права. В случае требования денег за оформление данного документа можно смело сообщать в полицию о недобросовестном работнике социальных структур.

**Чтобы оформить документ, необходимо в орган социальной защиты принести следующий пакет документации:**

- гражданский паспорт или другой документ, который удостоверяет личность заявителя и подтверждает факт его проживания в Москве на постоянной основе, предоставляется копия документа, другой документ — в оригинале;
- документы, которые могут подтвердить право человека получить те или иные социальные льготы, подается оригинал, копия же снимается на месте;
- одна фотография заявителя размером 3 на 4, иногда фото можно сделать прямо в отделении социальной защиты;
- если документы приносит не сам заявитель, а его доверенное лицо, необходимо предоставить оригинал доверенности, на основании которой человек действует от имени заявителя;
- если заявителю меньше 14 лет, необходимо его свидетельство о рождении;
- студенты очного отделения высших и средних специальных образовательных заведений должны предъявить студенческий билет;
- в случае с многодетными семьями нужно принести свидетельство о рождении всех детей;
- супруги из многодетной семьи должны также иметь при себе справку из ЗАГСа;
- заявление.



# **Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы**



**107078, г. Москва, ул. Новая Басманная, д. 10, стр. 1  
[www.dszn.ru](http://www.dszn.ru)**