

В 1991 году Генассамблеей ООН 1 октября было объявлено Международным днем пожилых людей (в Москве официальное название — День старшего поколения). Это не праздник, а дата, позволяющая еще раз привлечь внимание общественности к решению проблем людей старшего возраста. Население Земли стареет, только в нашей столице пенсионеров — почти 3 миллиона человек. Как город заботится о них, чем живут москвичи почтенного возраста — читайте в сегодняшнем выпуске «Время мудрости».

Владимир Петросян: Сделаем все, чтобы старшее поколение жило долго и счастливо

ДАТА «Я, может, только жить начинаю, на пенсию выхожу», — сказал герой мультфильма про Простоквашино. Столичные пенсионеры с почтальоном Печкиным согласны: «третий возраст» может быть прекрасен. И в Москве для этого делается очень многое.

■ СЕРГЕЙ ПОДОЛЬСКИЙ

О том, как живут сегодня москвичи «золотого возраста» и как город поддерживает их, нашему корреспонденту рассказал министр правительства Москвы, глава Департамента труда и социальной защиты населения столицы Владимир Петросян (на фото).

Владимир Аршакович, что конкретно делается в городе для старшего поколения?

В Москве принята государственная программа социальной поддержки на 2012–2018 годы. Только на старшее поколение в ней выделено полтора триллиона рублей. Основные направления программы — социальные выплаты, социальное обслуживание и социальные услуги. Свыше 150 миллиардов рублей ежегодно город выделяет на социальные выплаты. Получателями городской доплаты к пенсии являются 2 миллиона 100 тысяч пенсионеров. Кроме этого, дополнительная большая категория москвичей получает единовременные выплаты, приуроченные к праздникам. Перечислять все льготы не будем, назовем самые крупные. Почти 2,5 миллиона пенсионеров имеют право на бесплатный проезд на городском общественном транспорте. Такое же количество пенсионеров получают различные льготы на оплату жилищно-коммунальных услуг, почти миллио-

ну москвичей город компенсирует оплату телефона.

Льготы и выплаты — важно, но эти помощь ведь не ограничивается?

Конечно, как я уже сказал, у нас свыше полуторамиллиона людей в возрасте старше 80 лет, и все они нуждаются в уходе и качественном социальном обслуживании. Для этого в городе работают стационарные и полустационарные учреждения. Это десять пансионатов для ветеранов войны и труда на 3,5 тысячи мест, в которых пенсионеры живут временно или постоянно. Мы постепенно уходим от медико-социальной реабилитации в пансионатах. Провели реформу работы медицинской службы, передав медиков в поликлиники.

Я всегда говорю: не нужно превращать наши учреждения в больницы, чтобы в них пахло лекарствами и ходили люди в белых халатах. Пансионаты — это тот же дом, только социальный, люди сюда приходят жить, а не находиться на больничной койке. Конечно, человеку привычнее жить в своей квартире, среди своих соседей и друзей, в своей привычной социальной среде, поэтому мы работаем над повышением качества надомного обслуживания. Сейчас пансионажные отделения обслуживают 130 тысяч пенсионеров.

Людей в возрасте часто волнует вопрос поддержания здоровья. Например, как пенсионеру получить санаторно-курортное лечение?



4 сентября 2015 года 13:40 Московские пенсионеры чувствуют на себе заботу властей города

ми в шаговой доступности

Согласно Закону № 70 «О дополнительных мерах социальной защиты населения

Москвы» абсолютно все пенсионеры города имеют право на бесплатное санаторно-курортное лечение.

Только в этом году мы закупили

свыше тысячи отдохвающих, санаторий комплекс

«Никольский парк» в Зеленограде, также принимающий

больше тысячи человек,

Свыше 200 миллиардов рублей в год город направляет на соцподдержку старшего поколения

Пенсионеры уже успели оценить удобство электронных социальных сертификатов...

— Это требование

нашего общества

и времени. Начиная с 90-х годов в городе выдавались так

называемые продуктивные на-

боры с определенным количеством масла, макароны, риса,

сахар... Из года в год набор не менялся, но мы уже живем в XXI веке, и потребности общества стали совершенно другие. С введением сертификатов мы дали возможность людям право выбора тех продуктов, которые им нужны. Принцип работы прост: на социальную карту москвича начисляются баллы, эквивалентные рублям, на которые любой москвич, нуждающийся в помощи, может приобрести те продукты питания, которые он считает нужными. В прошлом году 365 тысяч человек воспользовались сертификатом. В этом году в рамках антикризисных мероприятий города

— социальные новости

Концерты, выставки, чаепития



Десять тысяч шагов на пути к здоровью

Для поддержания здоровья человеку в любом возрасте Всемирная организация здравоохранения рекомендует проходить в день от 6 до 10 тысяч шагов. В воскресенье, в Международный день сердца, в столице прошла акция «10 000 шагов к жизни», в которой приняли участие сотни москвичей старшего возраста. Они прошли по маршруту от Останкинского парка до Ботанического сада, после чего врачи измерили участникам давление и частоту сердечных сокращений, дали нужные рекомендации.

с Сергеем Костюком

На подиуме зрелые модели

8 октября в рамках Дня старшего поколения в колонном зале Культурного центра ЗИЛ во второй раз пройдет «Модный подиум зрелой красоты — 2015». Цель показа с участием моделей старше 50 лет — в эру культа молодости продемонстрировать публике примеры зрелой красоты и изменить отношение к себе у людей старшего поколения. В этом году на подиум выйдет 40 моделей. Особенностью проекта является то, что все участницы — обычновенные женщины, не имеющие модельного опыта. В программе: лекция о стиле и красоте в возрасте 50+ (18:00), открытие модного подиума (19:30), награждение участниц (21:00). Вход свободный, но необходимо регистрация на сайте zilcc.ru/afisha/2872.html.

Бабушки присмотрят за детьми, пока родители на работе

В Москве может появиться новая услуга — «бабушка на час». Такой проект недавно уже стартовал во Владимирской области, где пенсионеры помогают многодетным и малообеспеченным семьям присматривать за детьми, пока родители работают или занимаются другими несложными делами. С инициативой организовать подобный проект и в столице к московским властям намерен обратиться председатель Союза пенсионеров России Валерий Рязанский. По словам гла- вы Департамента труда и социальной защиты населения столицы Владимира Петросяна, власти поддерживают проекты, востребованные москвичами, и если какая-либо общественная организация обратится за помощью в реализации такого проекта, город окажет им всю необходимую поддержку.

Больше чем хобби. Когда танец становится смыслом жизни

■ НАТАЛЬЯ ТРОСТЬЯНСКАЯ

edit@vtm.ru

Атобус подъехал к остановке и, тяжело вздохнув, выпустил пассажиров. По асфальту зашелестели колесики сумки-тележки, которую рядом с собой катила женщина почтенных лет в легком осеннем плаще. Сделав несколько шагов, она свернула в арку и, захватив немного сувенизов, переступила через порог. Чуть сплышили зазвенели колокольчики над дверью. На входе блестела табличка: «Территориальный центр социального обслуживания «Мещанский» филиал «Басманний». Участница танцевального коллектива «Золотая осень» собирались на первую после летнего перерыва репетицию.

— Работы у нас немало: необходимо вспомнить основную программу и обсудить номера для конкурса «Серебряный возраст», который пройдет в октябре, — обращается к коллективу руководитель Галина Рязанова, вставшая в магнитофон CD-диск с зарубежными хитами 1980-х годов. Небольшой, но уютный зал, в котором обычно проходят занятия лечебной физкульту-

рой, заполняет ритмичная музыка. Женщины становятся в шахматном порядке лицом к зеркальной стене: трехчасовая репетиция начинается с танцевальной разминки. Поворот вокруг своей оси, удар ладони, присесть — надо «разбудить» каждую мышцу.

— Голова кружится, сердце прихватывает, порой чувствую себя так скверно, что с постели встать не могу. Но когда я на танцу, нет ни боли, ни усталости, — признается 76-летняя Нелли Арджуковская, нервную систему которой поразила болезнь Паркинсона. — Танцы заставляют меня двигаться, а значит, жить. Ни одна физкультура не дает такого эффекта. Это как двойной велосипед: один крутит педали, другой вынужден ему помогать. Вот и я знаю, что не могу подвести коллектива, поэтому держу корпус прямо, и голова работает, вспоминая, как надо двигаться, куда идти.

Средний возраст коллектива — 71 год. Женщины этого и не скрывают, с гордостью называя свои чудесные годы золотой порой. Тем более что на сцене каждая чувствует себя на несколько десятков лет моложе.



— Мне будто снова 18. Я только окончила школу и открыла вальсом выпускной бал, — легким движением доказывает это Наталья Метс, прикладывая его к себе и, напевая вальсовую мелодию, подходит к зеркалу. В танцевальный коллектив Наталья пришла восемь лет назад по объявлению в газете. И с тех пор не представляет свою жизнь без творчества. Среди любимых номеров — сольный танец на известную песню «Коробейники». Его она придумала сама.

— «Ой, полны полна моя коробушка», — вспоминает первые строки она. — Это танец-игра: на сцену выходит молодая девушка, любуется в зеркальце, примеряя на себя разные наряды, привезенные из заморских стран. Коллектив «Золотая осень» появился 17 лет назад. За это время было поставлено более 30 танцев: от народных до современных. Каждому номеру придуман свой костюм. Вдохновение пенсионерки черпает из книг и передач по культуре. Костюмы шьют к выступлениям сами. С тех пор прошло несколько

лет. И сегодня Татьяна признается, что ей ни один танец не страшен.

Взмах пышной юбки из атласной ткани переносит на концертах зрителей в Венецию.

— Эх, съездить бы туда сейчас по-настоящему, — мечтает Галина Рязанова. — С гастролями. Мы как-то коллективом в Тунис ездили, отдыхали. Так взяли с собой костюмы, переговорили с администрацией отеля — и выступали по вечерам. Нас так тепло встретили, что мы и сами не ожидали. Три часа репетиции пролетели незаметно, но женщины и не думают расходиться. Ведь танцы для них — нечто большее, чем просто хобби.

■ Кстати

На базе отделения дневного пребывания ТЦСО «Мещанский» филиал «Басманний» работают более десяти кружков по интересам. И это не только танцы, но и студия литературы и творчества, декоративно-прикладного искусства. Желающие могут освоить компьютер, пограть в шахматы или научиться делать оригами. Такие же занятия проходят в центре «Золотой осени».

■ ПРЯМАЯ РЕЧЬ

ВАЛЕНТИНА ЖУРАВЛЕВА

заведующая отделением дневного пребывания ТЦСО «Мещанский» филиал «Басманний»

Так в любом возрасте найти себе занятие по душе, делать то, что тебе нравится. Итак, танцевальный коллектив «Золотая осень» — яркое тому подтверждение. Когда они выходят на сцену, то становятся совершенно другими. Они раскрываются, расцветают, радуют своим внешним видом и творчеством окружающих. Более того, для многих коллектива становится наглядным примером, и другие пенсионеры тоже начинают путь не танцевать, но искать возможности для того, чтобы как-то выразить себя через творчество. «Золотая осень» часто выступает на сцене нашего центра. И это всегда интересная концертная программа. Особой популярностью у зрителей пользуются тематические вечера: к Новому году, Дню защитника Отечества, к 8 марта... Люди знают коллектив, ждут и с удовольствием приходят на выступления «Золотой осени».

Участникам конкурса «СуперДедушка» от 58 до 87 лет, но годы — не главное

СОСТАЗИНИЕ В столице впервые прошел общегородской конкурс «СуперДедушка». Таким образом Департамент труда и соцзащиты населения уравнял в правах сильную и прекрасную половины, ведь конкурс «СуперБабушка» проходит уже пять лет.

■ АННА МОСКОВКИНА
edit@vm.ru

Пасмурным осенним днем в Екатерининском парке столицы сдовались мужчины боролись за звание «Супер». 25 дедушек из одиннадцати столичных округов соревновались в скости, ловкости, меткости, ну и, конечно же, демонстрировали свои творческие способности. Самому младшему из участников было 58 лет, самому старшему — 87 лет.

Соревнования с азартом
Парк поделили на сектора, где мужчины стреляли из вингтовки, сколачивали скворечники. Была и сцена, где они демонстрировали свои таланты. Представители старшего поколения с азартом, выдумкой и смекалкой подошли к участию в творческих этапах впервые прошедшего конкурса. В одном из номеров на сцену вышел «Император Николай Второй с дочерью Анастасией».

В ФИНАЛЕ КОНКУРСА ВЫШЛИ ТРИ УЧАСТНИКА, НО КТО ИЗ НИХ СТАНЕТ СУПЕРДЕДУШКОЙ МЕГАПОЛИСА — РЕШАТЬ ВАМ

Вторым «СуперДедушкой» стал настоящий полковник из Восточного административного округа, Александр Пуховский. Он склонностью был «в десятку» в состязаниях на меткость. Тем более что тяга к писательству была у него всю жизнь. Сейчас же она реализуется, складываясь в строчки на бумаге.

Галопом по Европам
Вторым «СуперДедушкой» стал настоящий полковник из Восточного административного округа, Александр Пуховский. Он склонностью был «в десятку» в состязаниях на меткость. Тем более что тяга к писательству была у него всю жизнь. Сейчас же она реализуется, складываясь в строчки на бумаге.



4 сентября 2015 года 15:30 В конкурсе «СуперДедушка» приняли участие 25 участников, которым предстояло пройти 11 этапов соревнований: творческие конкурсы, эстафеты на скорость и на смекалку, соревнования на семейную сплоченность и поддержку друг друга (1–3)

— Когда мне было 13 лет — началась Великая Отечественная война, — поделился с нашим корреспондентом супердедушка. Я пережил ужасы тех лет, смерть близких, многое повидал. Об этом и пишу рассказы и очерки.

По сути, книги получаются автобиографичными. Это и закономерно: за столицей, интересную жизнь супердедушка скопил богатый опыт для потомков, которым нельзя не поделиться.

— Сейчас я вношу правки в следующую книгу перед тем, как сдать ее в издательство, — рассказал Александр Васильевич Андреев. По словам героя, у него большие творческие планы. Тем более что тяга к писательству была у него всю жизнь. Сейчас же она реализуется, складываясь в строчки на бумаге.

Четыре этапа
Вторым «СуперДедушкой» стал настоящий полковник из Восточного административного округа, Александр Пуховский. Он склонностью был «в десятку» в состязаниях на меткость. Тем более что тяга к писательству была у него всю жизнь. Сейчас же она реализуется, складываясь в строчки на бумаге.

— Очень рад, что такой конкурс наконец-то начали проводить и для мужчин. У нас ведь еще столько энергии, здоровья и сил, — сказал Александр Степанович.

Дело настоящих мужчин
Третий финалист конкурса — 65-летний Владимир Владимирович Зайцев — дедушка пятерых внуков. Как отметил конкурсант, он постоянно чем-то занят, увлекений — «вагон и тележка».

— Когда работал, думал, что выйду на пенсию — будет куча свободного времени. А нет! — поделился супердедушка. — Мы с женой и большими танцами занимаемся, и английский язык учим. А еще я увлекаюсь... вышивкой — крестиком, полурукавиком, гладью, узелком.

Прямо скажем, неожиданное для мужчины занятие.

— Несколько лет назад штуки ради мне подарили набор для вышивания. И с тех пор, что

называется, понеслось: вышивала пейзажи, а картины на дружбу друзьям. Занятие меня затянуло, — улыбаясь, рассказывает Владимир Владимирович. — Как интересная книга — оторваться не могу.

Голосуя за лучшего
В финале конкурса вышли три участника. Но кто победит из них, пока неизвестно. Вплоть до 1 ноября, зайдя на сайт <https://www.youtube.com/user/Moscowdszn>, можно от-



Академия «третьего возраста» помогает раскрыть таланты

■ ТАТЬЯНА ХОЛКИНА
edit@vm.ru

Если женщина в возрасте за... начинает день с загадительной зумбы, продолжает его, выполняя сложные цигуны, а вечер проводит на подиуме, то сомнений быть не может — перед вами супербабушка, над которой время не властно. Не может возраст одержать победу потому, что не растеряла она душевной щедрости и тепла, не утратила интереса к окружающему миру и стремится познать всю полноту жизни.

И путь таким женщинам — в клуб «Московская супербабушка», в который можно попасть, только пройдя через конкурс с одноименным называнием, который за пять лет своего существования объединил уже около тысячи участниц самого разного возраста. Более ста из них закончили недавно обучение в академии «Московская супербабушка». Занятия прошли на теплоходе «Илья Муромец» во время путешествия по маршруту Москва — Тверь — Москва. Организатором ставшего уже традиционным речного круиза стал Департамент труда и социальной защиты населения Москвы.

Чего хотят бабушки?
Теплоход отчалил от пристани Северного речного вокзала во второй половине дня. Справа и слева по борту можно созерцать красоты Подмосковья, а наутро любоваться волжскими просторами и берегами, заодно наслаждаясь чистым воздухом и речной прохладой. Но на палубе было не так уж много любителей природы — насыщенная программа академии не располагала к праздному времепрепровождению.



30 августа 2015 года, 14:00. На палубе теплохода «Илья Муромец» «зажигают» столичные супербабушки

— Мне хотелось бы побывать везде, посетить каждое занятие, — поделилась впечатлениями одна из пассажирок Нина Ананьевна. — Играйте, занимайтесь, на психологический тренинг попасть, кораблики для Флотилии надежды сделать, к выходу на подиум подготовиться... Очень много нового мы уже узнали, многому обещали научить.

По возвращении домой обязательно передадим свои знания детям, внукам и дружкам. — Несмотря на то что наши «ученицы» — женщины зрелого возраста, давно уже состоявшиеся, учатся они с необыкновенным энтузиазмом и рвением, — подметила тренер личностного роста Надежда Смирнова, проводящая на теплоходе мастер-класс

«Чего хотят бабушки?». — Они осваивают технологии XXI века — компьютер, снимают видео, и это вызывает такое уважение. Все они — очень яркие, теплые люди. Представляете, вернутся домой 150 бабушек, 150 солнышек, сколько же людей они обогреют?

Я люблю тебя, жизнь!

Именно счастьем были пронизаны эти три дня, проведенные на теплоходе, плавившем по реке Волге. Программа была настолько насыщенной. А на верхней палубе шла активная подготовка к главному событию — показу моделей, разработанных и собственноручно сшитых участниками дефиле. Здесь царила поистине творческая атмосфера. Режиссер-постановщик FASHION SHOW, дизайнер

и стилист Борис Колпаков в компании со своими коллегами — главным дизайнером дома моды «Русский шик» Татьяной Романюк и художником-модельером дома моды «Сезон» Еленой Федукович — скрупулезно выстраивали концепцию модного показа, прививали начинающим моделям навыки, необходимые на подиуме.

— У нас все получилось хорошо, потому что делалось с огромной любовью со обеих сторон, — признался уже после окончания дефиле Борис Колпаков. — И еще потому, что наши женщины — это люди королевских кровей. С ним согласилась и Татьяна Романюк:

— Главное — не сшить вещь.

Очень важно уметь ее пока-

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

■ НАТАЛЬЯ ВИНОГРАДОВА
руководитель клуба «Московская супербабушка»

Участницы нашего клуба — пример для подражания, который показывает, что после 55 лет жизнь продолжается, что ее можно сделать яркой, насыщенной, радостной. Занятия в академии клуба дают возможность идти в ногу со временем, полнее раскрыть и показать свои способности, встремляясь, решить психолого-лические проблемы, просто попасть в кругу близких по духу людей. Программа, как и задумывалась в Департаменте труда и социальной защиты населения Москвы, оказалась очень насыщенной. Она включала обучающие и оздоровительные занятия, тренинги, мастер-классы и завершилась блестящим выступлением прекрасных женщин на палубе теплохода.

зять, преподнести, — подчеркнула она. — Мне очень приятно оказаться в таком коллективе, где можно найти что-то новое для себя, получить свежие впечатления.

Сней согласились все участники замечательного круиза, которому, казалось, радовалась сама природа, ночью подарившая полную луну, оставлявшую дорожку на воде, а днем пославшая радугу, украсившую небосвод во время концерта, подготовленного супербабушками. Они танцевали, читали стихи, пели. Примечательно, что гимном клуба стала легендарная и любимая поколениями песня «Я люблю тебя, жизнь!» — эти слова очень точно передали мироощущение замечательных женщин, объединившихся в нем.

СОЦИАЛЬНАЯ СФЕРА

Как город поддерживает пенсионеров

Свыше 200 миллиардов рублей в год город направляет на соцподдержку (включая городские доплаты к пенсии)

Свыше 15 миллиардов рублей за последние пять лет город вложил в модернизацию системы социальной защиты населения

Устройства «Тревожная кнопка» получили свыше 23 тысяч участников войны, инвалидов и тружеников тыла

Действуют 117 компьютерных кружков, в которых прошли обучение около 10 тысяч человек

230 рублей ежемесячно город компенсирует однокомандникам за пользование телефоном (460 рублей — инвалидам и участникам войны)



ЦИФРА



5

тысяч

ветеранов войны и труда, пенсионеров российской столицы приглашены на торжественный вечер и большой праздничный концерт, посвященный Дню старшего поколения, которые пройдут 1 октября в 17 часов в Государственном центральном концертном зале «Россия» (Дворец спорта «Лужники»).