В каждом выпуске рубрики «Время мудрости» мы рассказываем о том, насколько ярко и интересно можно жить на пенсии. И возраст здесь ни при чем. Главное — очень захотеть. Ведь в Москве для этого созданы все условия. В городе работают сотни бесплатных кружков, которые посещают тысячи увлеченных пожилых людей. Многим из них хобби помогает поддерживать активное долголетие и высокий жизненный тонус.

Ретрокафе стало местом семейных и дружеских встреч

свой круг

В рамках проекта «Активное долголетие» в Москве работают ретрокафе. Этот формат заведений, рассчитанный прежде всего на пожилых горожан, появился благодаря идеям, собранным на краудсорсинговой площадке правительства столицы.

9 марта **11:24** Посетители ретрокафе в Марьиной Роще дегустируют различные сорта чая в ходе лекции по истории чайных традиций разных стран

«ВМ» отправилась в одно из первых в городе ретрокафе, которое находится в Марьиной Роще при районном филиале Территориального центра социального обслуживания «Алексеевский». Филиал «Марьина Роща» занимает несколько помещений на первом этаже дома №15 по улице Советской армии. Внутри кафе — по-домашнему уютно. Заведение, по словам заместителя директора Центра по социальной работе Натальи Манаевой, довольно быстро набрало популярность: появились завсегдатаи, которые не только отмечают здесь дни рождения и другие праздники со своими близкими и друзьями, но и просто заходят побаловать за чашкой чая.

— Сегодня такие кафе действуют во всех пяти филиалах нашего центра. Для нас идея ретрокафе не имела какой-то коммерческой составляющей. Мы хотели, чтобы у пенсионеров и получателей социальных услуг, проживающих в Марьиной Роще и других районах, было место, где можно посидеть, отдохнуть, пообщаться в дружеской обстановке, — говорит Наталья Манаева. — Иногда мы по просьбам людей в том же помещении проводим лекции на различные темы. Например, сегодня — занимательная лекция по истории чая и чайным церемониям разных стран.

В числе слушателей оказались и пенсионеры, и представители общественных организаций, и участницы хора, который уже более 10 лет собирается в стенах центра. Посетители кафе с интересом послушали о том, как в разных странах относятся к чаю и чаепитию в целом, и получили еще больше удовольствия от дегустации сортов чая: от синего до красного и бамбукового. Кружки, лекции, мастер-классы — большая и важная для старшего поколения часть общественной жизни. Но возможность собраться и поговорить по душам — едва ли не важнее знаний и расширения кругозора.

Посетители в кафе не просто знакомятся, а становятся настоящей семьей

— Здесь мы можем понять, что наш возраст — это не время, которое надо доживать, а время, в которое нужно жить, — считает участница хора Валентина Шашлова. — Хорошо, есть ради чего выйти из дома и привести себя в порядок.

Идея ретрокафе поступила от самих москвичей в рамках обсуждения проекта «Активное долголетие» на краудсорсинговой площадке правительства Москвы. Главной целью обсуждения программы, предложенной мэром столицы Сергеем Собяниным, стали как раз новые идеи для работ по поддержанию и сохранению активного образа жизни старшего поколения с помощью районных центров социального обслуживания. Более десяти тысяч идей были вынесены на голосование, а часть из них — принята. Идеи москвичи могли предлагать по направлениям: «Образовательные программы», «Досуговые и развлекательные мероприятия», «Экскурсионные и туристические программы», «Здоровый образ жизни», «Платные услуги». Среди предложений — курсы по борьбе со старческой деменцией, организация экскурсий и многое другое. Всего в обсуждении приняли участие 5087 горожан.

— По-моему, старость — это прекрасное время, когда у тебя есть возможность узнавать что-то новое. Сейчас и внукам есть возможность помочь, и своими увлечениями заняться, — отмечает одна из участниц проекта «Активное долголетие» Елена Днепровская.

МИХАИЛ АБРАМЫЧЕВ
m.abramychev@vm.ru

Помощь приходит адресно

Сегодня в Москве мерами социальной поддержки пользуются более 4 миллионов человек. Доплаты к пенсиям, льготы на проезд, на оплату жилищно-коммунальных услуг, обеспечение лекарствами — сотни тысяч москвичей получили адресную помощь в прошлом году. Мы продолжаем эту работу, для чего в 2016 году приняли целый ряд мер, направленных на улучшение жизни горожан. Так, социальный стандарт минимальных доходов неработающих пенсионеров был увеличен на 20 процентов и составил 14,5 тысячи рублей. Это повышение коснулось почти 600 тысяч московских пенсионеров. В полтора раза вырос размер ежемесячной компенсационной выплаты участникам обороны Москвы. Увеличен размер единовременных выплат к праздникам и памятным дням — ко Дню Победы, в связи с 75-летием начала контрнаступления советских войск в битве под Москвой.

Всегда была и остается приоритетным направлением политики правительства Москвы поддержка старшего поколения. На сегодняшний день в Москве проживают 94 296 ветеранов Великой Отечественной войны. Возраст ветеранов — старше 90 лет, и для них самое главное сейчас — качественное социальное обслуживание и уход. Мы видим, как Москва постепенно становится городом долгожителей. Всего в мегаполисе проживают порядка 360 тысяч человек старше 80 лет и свыше 570 человек, перешагнувших 100-летний рубеж.

ВЛАДИМИР ПЕТРОСЯН
РУКОВОДИТЕЛЬ ДЕПАРТАМЕНТА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

поддержка

Продолжает развиваться городской проект — программа «Активное долголетие», новые идеи для которой в прошлом году подали более 10 тысяч человек.

Особое внимание уделяем людям с инвалидностью. В Москве проживает 1,1 миллиона инвалидов. Совсем недавно, в 2015 году, эта цифра составляла 1,2 миллиона человек, но благодаря развитию оказанных реабилитационных услуг мы смогли почти на 100 тысяч сократить число инвалидов. Впервые за последние 25 лет эта цифра уменьшилась. В 2016 году техническими средствами реабилитации были обеспечены 270 тысяч человек, это 95 процентов от общего числа обратившихся.

Свыше 55 тысяч человек получили необходимые реабилитационные услуги, а еще порядка 130 тысяч человек — санаторно-курортное лечение.

Учитывая потребности москвичей, ряд государственных услуг в сфере социальной защиты предоставляются в электронном виде. В 2016 году через портал государственных услуг поступило 243 тысячи обращений, что в 5,5 раза больше, чем в 2015 году. В настоящее время в электронном виде можно получить 27 государственных услуг, из которых 9 переведены исключительно в электронный вид.

В условиях экономического кризиса большая работа проводилась по содействию занятости населения. Москва смогла не только стабилизировать уровень безработицы, но и снизить его. На начало года этот показатель составил 0,51 процента. На сегодняшний день в базе вакансий 115 тысяч вариантов для трудоустройства москвичей. И эта работа будет продолжена.

АННА НИКУЛЬНИКОВА
edit@vm.ru

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

ЕЛЕНА ЛЕЛИКОВА
ДИРЕКТОР ГБУ ТЦСО «ЧЕРТАНОВО»

В здании учтены условия для посетителей с ограниченными возможностями здоровья. Есть пандусы и адаптированные для удобства инвалидов-колясочников санузлы. Сейчас идет набор в четвертую смену (с 12 апреля по 16 мая 2017 года) дневного пребывания. Для посетителей продуманы тематические программы. Например, прошлый год был посвящен Году российского кино, и они смотрели любимые фильмы, ставили спектакли и слушали песни из кинолент. Этот год будет посвящен экологии, и весной мы планируем разбить красивый цветник во дворе центра.

Творчество дает силы развиваться и дарит ощущение молодости

Активная творческая деятельность — ключ к долголетию и успешной самореализации. В этом убедился корреспондент «ВМ», побывав на мюзикле «Три богатыря» — последней постановке клуба «Театрал», действующего в филиале «Очаково-Матвеевское» Государственного бюджетного учреждения Территориальный центр социального обслуживания «Фили-Давыдково» (ГБУ ТЦСО «Фили-Давыдково»).

7 марта **17:30** Актеры клуба «Театрал» (слева направо) Сергей Нажмутдинов, Наталья Коршунова и Игорь Ковржижкин

Эта музыкальная комедия с непредсказуемыми поворотами сюжета и неожиданными героями с успехом идет уже третий месяц (премьера «Трех богатырей» состоялась в конце декабря 2016 года).

— Театральные кружки существуют во многих центрах социального обслуживания, но мне кажется, что подобные музыкальные постановки — это особенность именно нашего учреждения, — отмечает заведующий филиалом «Очаково-Матвеевское» Елена Шмелева. Постановка стала достойным творческим вызовом как для актеров труппы, так и для участников работающей при филиале артстудии «Цветная палитра», силами которых были созданы декорации для спектакля. — Работать с актерами очень приятно. Подобрались замечательные люди, которые чувствуют атмосферу и знают, как правильно сыграть. Они открыто верят себя на сцене, — говорит культорганизатор отделения дневного пребывания, художественный руководитель клуба «Театрал» Олеся Амельченко. Сюжет «Трех богатырей» повествует о приключениях героев русских былин Ильи Муромца, Добрыни Никитича и Алеши Поповича. Примечательно, что младшего из богатырской тройки играет… женщина! — Мне очень нравится играть. Если честно, страха сцены у меня никогда не было, наоборот, я всегда с радостью выступаю перед зрителями, — рассказывает Наталья Коршунова, актриса клуба «Театрал» и исполнительница роли Алеши Поповича. Игорь Ковржижкин (на же — Добрыня) на театральных подмостках тоже не новичок. — Мне не впервой, — усмехается богатырь, — по молодости имел опыт участия в самодеятельности. По мнению Сергея Нажмутдинова, играющего роль Ильи Муромца, репетиции и выступления дают всем артистам труппы творчески реализоваться и, невзирая на возраст, найти себя. — Сейчас у нас период самой главной молодости. Мы развиваемся, ведем активный образ жизни и играем на сцене. Играем для людей, — поясняет Сергей. — Для нас самое главное — зритель. Мы дарим радость и получаем ее в ответ.

Как шутят артисты «Театрала», среди перспективных планов у них и выступление на сцене Государственного Кремлевского дворца, и получение премии «Золотая маска». А в ближайшем будущем — новая постановка «Серпантин», премьера которой назначена на 6 апреля.

— В новый спектакль-мюзикл мы планируем добавить больше эмоций, больше реплик и диалогов, что, соответственно, потребует еще большего напряжения актерских способностей, — отмечает Олеся Амельченко.

Актеры кружка «Театрал» — это особое собрание людей, которые в своей игре передают весь жизненный опыт. Самому молодому участнику — 56 лет, а самому старшему — 80.

ДАМИР ХУСЯИНОВ
d.husyainov@vm.ru

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

ПАВЕЛ КЕЛЛЕР
ЗАМЕСТИТЕЛЬ РУКОВОДИТЕЛЯ ДЕПАРТАМЕНТА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

Благодаря краудсорсинг-проекту, который состоялся на специальной площадке города осенью 2016 года, мы отобрали более тысячи перспективных идей. Уже есть специальная программа работы, с помощью которой мы будем эти идеи воплощать.

В ближайшее время программа будет согласована. Безусловно, все отобранные идеи можно реализовать.

справка

Краудсорсинг — информационная технология, позволяющая всем желающим предлагать свои идеи на заданную тему, обсуждать их, дорабатывать и выбирать лучшие. Одна из задач проекта «Активное долголетие», проходившего на площадке краудсорсинга правительства Москвы (crowd.mos.ru), — улучшить работу столичных центров социального обслуживания населения, где людям старшего поколения кроме помощи в решении бытовых вопросов предлагают услуги, которые дают пожилым горожанам возможность активнее участвовать в жизни столицы.

справка

По всем вопросам, касающимся порядка получения социальных услуг, жители района Фили-Давыдково могут обращаться в ТЦСО «Фили-Давыдково» по телефону (495) 440-68-74 или направить письмо на электронную почту tsco-fili-davydkovo@mos.ru, tsco-fili-davydkovo@dszn.ru

социальные новости

Уроки жизни для старшего поколения
Неработающие пенсионеры Северного округа столицы могут получить дополнительное образование на бесплатных развивающих курсах при Московском городском педагогическом университете. В проведении практических занятий участвуют как преподаватели, так и волонтеры — студенты учебного заведения. С марта по май проводятся занятия по курсам «Познай себя и будь здоров», «Уроки жизни в театре кошек Куклачева (занятия ведет Юрий Куклачев), «Осваиваем мобильную связь», «Разговорный английский», «Разговорный немецкий», «Рукоделие и творчество» и другие. Познакомиться с расписанием занятий и зарегистрироваться можно на сайте института дополнительного образования www.mgpu.ru.

■

Флешмоб в честь Международного дня социальной работы
21 марта будет отмечаться Международный день социальной работы. В этом году он пройдет под лозунгом «Содействуем устойчивому развитию населения и окружающей среды». Сотрудники ГАУ города Москвы «Институт дополнительного профессионального образования работников социальной сферы» инициировали проведение флешмоба «Поделись видео». Суть акции проста: в этот день выложить видеоролик, рассказывающий о работе любимого вами социального учреждения столицы.

■

Лучший праздник весны отметили поэтическим вечером и бардовскими песнями
Вечер встречи поэтов и бардов прошел в поэтическом салоне ТЦСО «Можайский». Перед гостями выступили поэты и члены Союза писателей, поэты, проживающие в Можайском районе. Порадовали своим творчеством собравшихся представители клуба бардовской песни «Изгиб гитары желтой» Николай Соколов и и Игорь Особлевец, а также приглашенный в гости семейный дуэт Ирины и Сергея Хрусталевых из клуба «Ново-Переделкино». Мероприятие было организовано в канун 8 Марта и приурочено к самому красивому празднику весны. Кстати, концерты и творческие вечера, посвященные Международному женскому дню, прошли во всех социальных учреждениях столицы.

■

Врачи встретились с пенсионерами
В филиале «Кунцевский» ТЦСО Можайский состоялась встреча пенсионеров и ветеранов района с представителями медицинских учреждений района. В ходе встречи медики рассказали о работе подведомственных им медучреждений, в частности об оборудовании входных групп, о записи на прием к врачам в электронном виде.

■

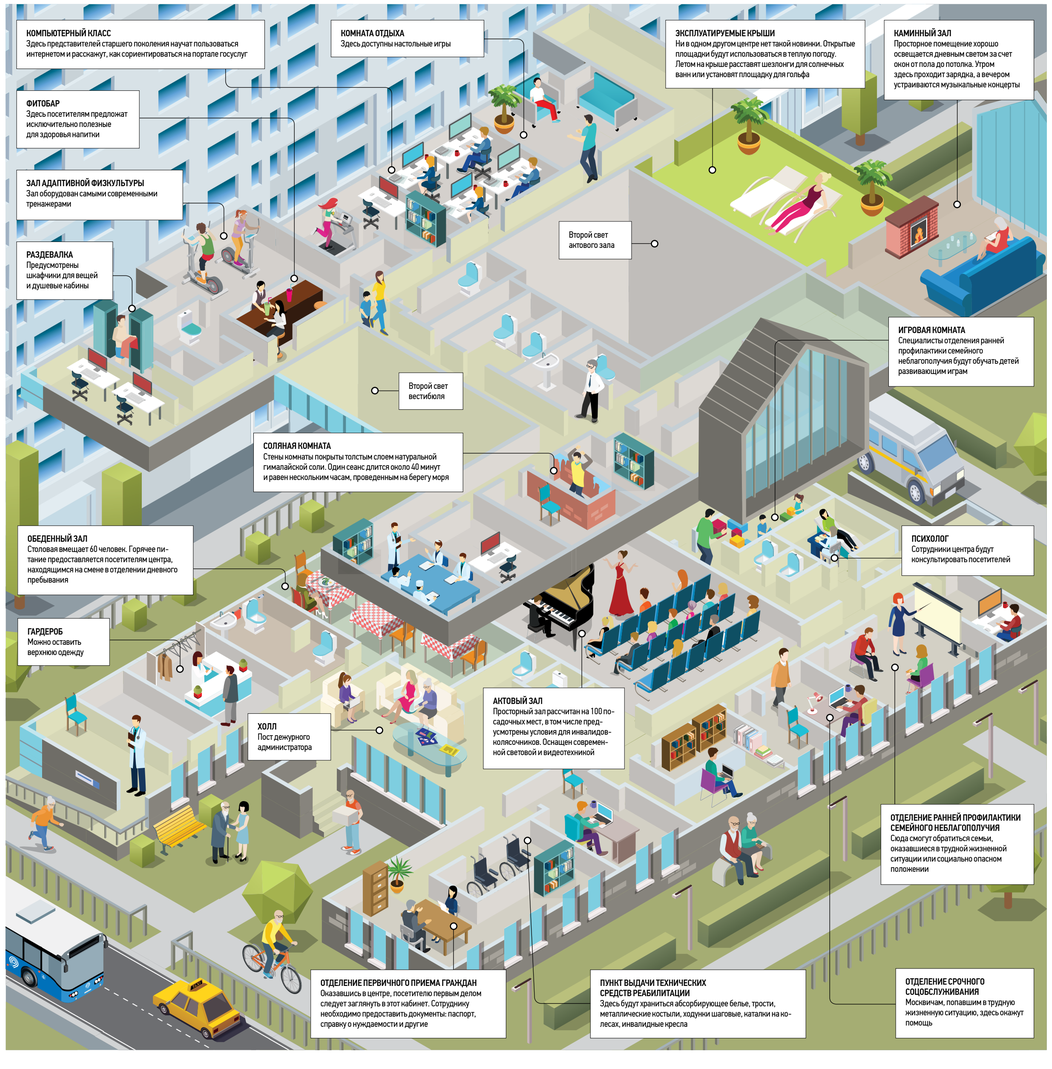
«СуперБабушки» помогут подготовиться к балу
В Гостином Дворе в рамках Недели моды в Москве 22 марта откроется IX Общегородская благотворительная акция «Поможем подготовиться к школьному балу!».
В качестве волонтеров на мероприятии будут работать участницы клуба «Московские СуперБабушки».
За прошедшие годы более восьми тысяч выпускников из малообеспеченных семей со скромным достатком, детей-сирот получили в подарок платья, костюмы, обувь и аксессуары.

Центр соцобслуживания нового формата: танцпол, кинозал и мини-гольф

новый формат

Весна вступает в свои права, москвичам хочется взбодриться после пасмурных дней и восстановить силы. В этом помогут получателям социальных услуг специалисты ТЦСО «Чертаново».

Центр социального обслуживания в Бирюлеве Западном



ПРЯМАЯ РЕЧЬ

ПАВЕЛ КЕЛЛЕР
ЗАМЕСТИТЕЛЬ РУКОВОДИТЕЛЯ ДЕПАРТАМЕНТА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

Всего в Москве на базе 37 центров социального обслуживания и 94 их филиалов созданы порядка 1300 кружков и клубов, которые посещают около 139 тысяч человек. Большой популярностью у старшего поколения пользуются клубы по изучению иностранных языков, обучению навыкам работы на компьютере и в сети интернет, а также другие мероприятия программы «Лучшая половина жизни».

Изучаем новые весенние маршруты

На улице — весна, а это значит, что в Москве обновляются экскурсионные маршруты. В последние годы они становятся все более интересны столичным пенсионерам. Корреспондент «ВМ» посетил популярные экскурсии и выяснил, как стать постоянным участником программы «Социальный туризм».

Посещение лучших театров и музеев города, экскурсии в монастыри и центры народного промысла, знакомство с работой промышленных предприятий Москвы и Подмосковья — все это дело рук работников Территориальных центров социального обслуживания. Бесплатные экскурсии проходят в рамках программы «Социальный туризм», главная цель которой — интересный и полезный досуг людей пожилого возраста и расширение их кругозора. А когда же много как следует попутешествовать, если не в золотом возрасте!

Получатели социальных услуг ТЦСО «Вешняки» вернулись с экскурсии в Оружейную палату Московского Кремля. Счастливые, довольные, они делятся впечатлениями и эмоциями. Многие из них не просто слушали рассказ экскурсовода, а даже записывали что-то в предусмотрительно прихваченных с собой блокнотах. Видимо, чтобы потом, когда будут рассказывать о посещении музея родным и друзьям, не упустить ни одной детали. А в середине февраля, накануне Дня памяти воинов-интернационалистов, экскурсанты из ТЦСО «Вешняки» побывали в Государственном выставочном зале истории войны в Афганистане.

Столичные любители экскурсий создают свои клубы по интересам

Посетители отделения дневного пребывания ТЦСО «Фили-Давыдково» недавно вернулись полные впечатлений от автобусной экскурсии «Москва Булгаковская». Они проехали по тем местам, где жил и работал писатель, погуляли по Патриаршим прудам, увидели дом с легендарной «нехорошей квартирой» и посетили музей на Большой Садовой.

В ближайшие дни получателей социальных услуг из ТЦСО «Сокольники» ждет поездка в Музей МХАТ, затем в Николо-Берлюковскую пустынь. Потом социальные работники центра организуют экскурсию в художественный салон, где их подопечные познакомятся с творчеством русского живописца Василия Тропинина. А вот получателям услуг ТЦСО «Бабушкинское» на этой неделе предстоит визит в исторический парк «Россия — моя история» с посещением интерактивной выставочной зале истории войны в Афганистане.

Главная цель — сделать жизнь людей активной и насыщенной. Экскурсии у нас бывают как пешеходные, так и автобусные, в том числе и с выездом за пределы столицы.

Популярны среди пользователей социальных услуг и экскурсии на производства города. Например, часто организуются мероприятия с выездом на легендарную косметическую фабрику «Свобода», Гжельский керамический завод, на оленью ферму в Орехово-Зуевском районе.

Но наиболее популярные экскурсионные маршруты у московских пенсионеров — это поездки по святым местам: мужской Данилов и женский Зачатьевский монастыри, Николо-Берлюковская пустынь и многие другие достопримечательности, связанные с православной традицией.

Кстати, экскурсии настолько популярны, что их поклонники теперь объединяются в клубы путешественников. Например, в прошлом месяце такой клуб «Одиссей» был создан в ТЦСО «Северное Измайлово».

ПАВЕЛ ЕФИМОВ
edit@vm.ru

куда пойти

Донской монастырь
Донской мужской монастырь, построенный 1593 году на окраине столицы, со временем оказался почти в одном из самых престижных районов столицы. Здесь можно по-настоящему почувствовать историю, ощутить груз веков.

■

Музей-заповедник «Коломенское»
На обширных угодьях вдоль Москвы-реки находятся памятники русской архитектуры, а также уникальные памятники природы, представляющие научную, культурную и экологическую ценность.

■

Государственная Третьяковская галерея
Музей, содержащий одну из самых крупных в мире коллекций произведений русского изобразительного искусства. Любимое место классичей, и гостей столицы.

кстати

Чтобы стать участником программы «Социальный туризм» столичным пенсионерам нужно всего лишь обратиться в территориальный центр социального обслуживания населения (ТЦСО) или его филиал по месту жительства. Участие в программе — бесплатно.

Специальная ярмарка вакансий для женщин

20 марта в ГБУ «Женский деловой центр» (Каширское шоссе, 148, корп. 2) с 12 до 15 часов пройдет мини-ярмарка вакансий.

Соискательницам предложат множество вакансий: специалист по продажам, финансовый менеджер, секретарь, контролер, специалист по уходу, санитарка, риелтор и другие. Причем эти вакансии подходят женщинам любого возраста, а также тем, у кого ограничены возможности здоровья. Вход на мини-ярмарку вакансий бесплатный и не требует предварительной записи.

Женский деловой центр — подведомственное учреждение Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы. Центр был создан как специализированная профильная структура для социальной поддержки и помощи женщинам. Здесь можно узнать, как правильно организовать свой бизнес. Только в прошлом году в ЖДЦ более 1600 человек получили бесплатные консультации по разработке бизнес-плана и юридической помощь при открытии собственного дела. В центре также помогут найти подходящую работу москвичкам любого возраста. Сегодня в банке вакансий центра — свыше тысячи предложений.

— Для нас особенно важно, чтобы каждая женщина, у которой есть желание создавать и развивать свой проект, могла получить консультацию и поддержку, — говорит директор ГБУ «Женский деловой центр» Наталья Карпович. — А опытные, сильные, состоявшиеся женщины могут поделиться опытом с начинающими. Таким образом, перспективные проекты будут тиражироваться и помогут нашим женщинам стать еще успешнее.

Кстати, 2 марта 60 представительниц делового сообщества Москвы пришли на встречу «Деловые женщины — предприниматели столицы». Среди проектов, которые в этот день отметили организаторы мероприятия, был и проект для пожилых людей «Дом у парка», разработанный предпринимательницей Натальей Перезевой.

ЕЛЕНА ОЛЕСИК
edit@vm.ru