ВРЕМЯ ЖИТЬ АКТИВНО!

АКТИВНУЮ, ИНТЕРЕСНУЮ И НАСЫЩЕННУЮ СОБЫТИЯМИ ЖИЗНЬ МОЖНО ВЕСТИ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ. ПРОГРАММ, РАЗРАБОТАННЫХ СПЕЦИАЛЬНО ДЛЯ МОСКВИЧЕЙ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА, СТАНОВИТСЯ ВСЕ БОЛЬШЕ. ОДИН ТОЛЬКО ПРОЕКТ «МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ» ЗА ДВА ГОДА РАБОТЫ ОБЪЕДИНИЛ БОЛЕЕ 300 ТЫС. ЖИТЕЛЕЙ СТОЛИЦЫ И СТАЛ НАСТОЯЩИМ ОБЩЕСТВЕННЫМ ДВИЖЕНИЕМ УСПЕШНЫХ И АКТИВНЫХ ЛЮДЕЙ! И У КАЖДОГО ИЗ СОТЕН ТЫСЯЧ УЧАСТНИКОВ ПРОЕКТА СВОЯ, УНИКАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ. АЛЕКСАНДРА МОРОЗОВА

НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ Проект «Московское долголетие» вырос настолько, что в нынешнем году даже провел свою премию «Человек года»: получилось масштабно — 11 номинаций, 300 заявок, 100 тыс. проголосовавших. Отдельно чествовали партнеров «Московского долголетия», которые проводят занятия для москвичей. Партнеров уже около 1,5 тыс., основной рост показали именно коммерческие компании. В 2018 году в проекте работали 59 коммерческих организаций, в 2019 году — 208. Почти на 40% увеличилось количество площадок для проведения занятий, в десятки раз выросло количество точек записи, в два раза стало больше групп, работающих в выходные дни, что делается для удобства работающих пенсионеров. Все больше организаций понимают, что проводить занятия для людей старшего возраста не только правильно с моральной точки зрения, но и экономически выгодно.

«Как показывает опыт, недостаточно просто иметь деньги и платить коммерческим студиям и фитнес-залам за каждого московского пенсионера. Главное развернуть бизнес лицом к этому сегменту рынка, который в нашем городе стабильно растет. Сегодня в Москве проживают около 3 млн пенсионеров. В течение десяти лет число пенсионеров достигнет 4 млн человек»,— отмечает заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимир Филиппов.

Среди партнеров «Московского долголетия» в текущем году можно отметить Сбербанк России, который провел более 150 лекций по финансовой грамотности. Компанию «Пятерочка», выступившую летним партнером проекта в московских парках. «Почту России», благодаря которой участники проекта отправили по всему миру 2,5 тыс. фирменных открыток «Московского долголетия». Благодаря сотрудничеству с Национальной палатой моды 12 участников проекта стали моделями в показах известных дизайнеров из России, Германии и Франции на Неделе моды Mercedes-Benz Fashion Week Russia-2019, а на фестивале «Спасская башня» в рамках дня «Московского долголетия» лучшие хоры старшего возраста получили возможность спеть на Красной площади вместе Центральным военным оркестром МО РФ. «Мы создали максимально прозрачную систему работы

ПРЕДОСТАВЛЕНО ДСЗН ГОРОДА МОСКВЫ

НА ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ МАРАФОН ПРОЕКТА «МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ» ПРИГЛАСИЛИ ЛЮДЕЙ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА СО ВСЕЙ РОССИИ

с бизнес-сообществом, благодаря которой мы не только уверенно побеждаем в конкурентной борьбе с диваном и телевизором, но еще и стимулируем рынок»,— отмечает господин Филиппов.

«ВЕК ЖИВИ — ВЕК УЧИСЬ» Кроме стандартных опций, доступных в каждом районе Москвы,— иностранный язык, информационные технологии, фитнес, танцы, пение, скандинавская ходьба, творчество и т. д., в «Московском долголетии» развиваются новые направления.

В номинации «Премьера года» на церемонии награждения «Человек года» победил клуб «Авиатор», члены которого — москвичи пенсионного возраста — изучают аэродинамику и управление самолетом, развивают координацию, память и вестибулярный аппарат, а также «летают» на специальных тренажерах. Причем конкуренцию победителю составили открывшиеся в нынешнем году в рамках «Московского долголетия» курсы по иппотерапии, скалолазанию и даже группа черлидинга.

Впервые в этом осенне-зимнем сезоне для старших москвичей открылись 240 групп по спортивным играм, таким как футбол, баскетбол, волейбол, большой теннис, керлинг и не только, а также занятия по лыжам и конькам в московских парках.

26 ведущих вузов, включая МГУ, Финансовый университет, РГСУ, Тимирязевский университет, открыли свои двери для «серебряных» студентов. Среди 225 учебных программ — иностранные языки, курсы по психологии, ландшафтному дизайну, пчеловодству, лекарственным травам, занятия по бизнесу и многое другое. Пословица «Век живи — век учись» точно про участников «Московского долголетия»: более 15 тыс. человек уже записались на занятия в вузы, чтобы снова почувствовать пульс студенческой жизни. Кроме того, в Год театра по просьбам участников и при поддержке профессионального театрального сообщества открылось новое театральное направление. Сейчас более 2 тыс. человек занимаются в 70 театральных студиях по всей Москве. Больше половины из них приняли участие в отборочных этапах первого театрального фестиваля «Московского долголетия» «Серебряная астра». Специалисты уже говорят, что театральный фестиваль «Серебряная астра» является одним из лучших социальных проектов в театре. «Мы наблюдаем настоящую культурную революцию пенсионеров, ведь благодаря „Московскому долголетию“ у них появились возможности, которых никогда раньше не было за всю историю города. Москва становится свободной от возрастных стереотипов»,— говорит Владимир Филиппов.

РАСКРЫТЬ ТАЛАНТ У каждого из сотен тысяч участников проекта своя, уникальная история. «Московское долголетие» буквально перевернуло жизнь многих участников. Победителю в номинации «За верность проекту» премии «Человек года» Галине Поляковой 93 года, с марта 2018 года она постоянно занимается гимнастикой и английским языком, пишет стихи, а в нынешнем году еще записалась в театральную студию. Среди достижений врача Галины Тоболич: первые полосы газет, победа в номинации «Бабушка, дай пять» Национальной телевизионной премии, подиум Международной недели моды и, наконец, замужество и полет на воздушном шаре. Кстати, в качестве свадебного подарка ее ученицы установили рекорд — самый массовый свадебный танцевальный флешмоб в фате.

В нынешнем году «Московское долголетие» впервые перешагнуло административные границы города и вышло на федеральный уровень. На танцевальный марафон проект пригласил людей старшего возраста со всей России. Восемь городов — Владимир, Тамбов, Воронеж, Курск, Ульяновск, Ижевск, Архангельск и Майкоп — присоединились к танцевальному флешмобу по Зумбе Голд в режиме телемоста. Почти 4 тыс. человек со всей страны одновременно станцевали зажигательный латиноамериканский танец. Еще десять городов от Магадана до Калининграда присоединились к флешмобу в офлайн-режиме.

В планах у проекта еще больше направлений, мероприятий и рекордов. И что самое важное, к тренду на активную жизнь в старшем возрасте подключается все больше москвичей. ■

В июне текущего года Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы на Форуме социальных инноваций регионов представил профессиональному сообществу новый проект «Мой социальный центр». Первый городской клуб в рамках проекта открылся на северо-востоке столицы в районе Марьина роща.

«Мой социальный центр» — это сеть новых городских комьюнити-центров для москвичей старшего поколения, где они могут организовать собственное сообщество единомышленников, вступить в уже существующий клуб по интересам, а также посещать регулярные занятия и мастер-классы или свободно проводить время в комфортных гостиных.

«Я занимаюсь вокалом два раза в неделю. Здесь хорошая аура, энергетика. В центре я познакомился с огромным количеством людей из разных уголков Москвы. Только у нас в секции занимаются около 20 человек. Потом меня привлекает сама структура этого центра: это совокупность мини-клубов по интересам. Мне вообще нравится встречаться с интересными людьми. С возрастом начинаешь получать удовольствие от неторопливой беседы. Основная фраза, которая меня сопровождает: „У всех людей есть одно общее — они все разные“. Это квинтэссенция общения: познание бесконечно»,— делится своим мнением посетитель клуба в Марьиной роще Сергей Мусеридзе.

Познавать в «Моем социальном центре» можно многое. Здесь есть «Медиагостиная» с компьютерным классом и «кинозалом», «Кулинарная студия» для совместных приготовлений любимых блюд, спортивный, тренажерный и актовый залы, «Творческая мастерская», тихая и шумная гостиные. В центре имеется своя библиотека в формате читального зала, а еще есть множество настольных игр для маленьких и больших компаний. Но самое интересное, что любую зону центра можно забронировать под собственное мероприятие.

Такая услуга активно пользуется спросом, ведь желающих вдохновить других и поделиться своим опытом среди гостей немало: на базе «Моего социального центра» в Марьиной роще уже проводят свои регулярные встречи около 30 клубов по интересам, организованных жителями района. По словам сотрудников центра, встречи районных сообществ уже занимают большую часть расписания центра.

«Летом народу было немного: и мы работали в тестовом режиме, и был дачный период. Сейчас у нас уже достаточно высокая посещаемость: в среднем 500 человек в день. Все локации расписаны по часам»,— рассказывает сотрудник «Моего социального центра» в Марьиной роще Виктория Кузьмина. Главная задача центра — предоставить москвичам, в первую очередь старшего поколения, возможность проводить досуг в комфорте, а главное — абсолютно бесплатно. Так, огромной популярностью среди посетителей пользуется «Киноклуб по четвергам», где участники смотрят фильмы разных жанров, а затем на примере сцен из фильма разбирают различные жизненные ситуации вместе с профессиональным психологом.

Центр в Марьиной роще долгое время был единственным в Москве, поэтому сюда приезжают и жители других районов города, и Подмосковья. Прописку на входе никто не спрашивает. Но что будет, если всех желающих центр просто не сможет вместить? Ответ на этот вопрос прост: Москва планирует открыть клубные пространства «Мой социальный центр» в каждом округе. Второй «Мой социальный центр», кстати, уже принимает гостей в Таганском районе. А до конца 2019 года подобные центры дополнительно откроются еще в трех районах города.

По задумке авторов проекта «Мой социальный центр» должен стать точкой притяжения районных сообществ, местом, способствующим развитию культуры добрососедства, где каждый сможет заняться хобби, о котором всегда мечтал, встретить людей со схожими ценностями. И это более чем реально. На примере Марьиной рощи уже видно, что люди, десятилетиями жившие в одном доме, в соседних подъездах, впервые увидели друг друга и познакомились лишь в центре.

С момента открытия первого «Моего социального центра» в Марьиной роще его посетили более 20 тыс. человек. Сейчас центр регулярно посещают 2,5 тыс. местных жителей, а проживают в районе более 15 тыс. москвичей старшего поколения. В следующем году руководство центра планирует выйти на среднесуточный показатель в 800 посетителей в день.

Расписание на каждый день, анонсы специальных мероприятий и встреч клубов по интересам уже сегодня можно посмотреть на сайте Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.

МАРИЯ РЫБАКОВА