



# **ВРЕМЯ МУДРОСТИ**

*Специальный проект*

**ЛАЙМА ВАЙКУЛЕ:  
«НЕ НУЖНО БОЯТЬСЯ  
ПРИБЛИЖЕНИЯ СТАРОСТИ»**

**ТЫСЯЧИ КЛУБОВ ПО ИНТЕРЕСАМ  
ЖДУТ ГОРОЖАН**

**СОЗДАН ЕДИНЫЙ ПРОЕКТ  
ДЛЯ ЦЕНТРОВ СОЦОБСЛУЖИВАНИЯ**

**ВЕЧЕРНЯЯ  
МОСКВА**



При поддержке  
Департамента  
социальной защиты  
населения  
г. Москвы



15

ТЫСЯЧ человек посетили фестиваль клубов по интересам и университетов для москвичей старшего возраста



ИРИНА САПРЫКИНА

### Самая насыщенная программа

По итогам работы фестиваля-конкурса клубов по интересам и университетов для москвичей старшего возраста победил клуб «50 плюс», представивший самую разнообразную программу на своих площадках. Посетители могли по-

участвовать в мастер-классах, увидеть показ мод, получить уроки визажиста, заняться йогой, научиться клубному латино, сыграть в шахматы и даже принять участие в конкурсе, главным призом которого стала поездка в Европу.

#### ПОЗДРАВЛЯЕМ!

### Наградили и признали

Кульминацией фестиваля-конкурса стало награждение победителей и лауреатов. Оно проходило по шести номинациям: «Активное долголетие», «Лучшие альтернативные программы для москвичей старшего возраста», «Лучший университет третьего возраста»,

«За лучшую досуговую программу и клубную работу с москвичами третьего возраста», «За новизну и инновации в реализации программ для москвичей старшего возраста». «Лучшие сценические коллективы и исполнители». Победители получили награды и признание.

# ПАРК ДОСУГА И ОТДЫХА ДЛЯ НЕСКУЧНЫХ ЛЮДЕЙ

СЕРГЕЙ ПОДОЛЬСКИЙ  
[edit@vm.ru](mailto:edit@vm.ru)

Несмотря на 30-градусную жару, 21–22 мая Екатерининский парк столицы был заполнен до отказа. Тысячи горожан пришли на фестиваль-конкурс клубов по интересам и университетов для москвичей старшего поколения, который для них организовал Департамент социальной защиты населения Москвы. Такого грандиозного праздника в столице еще действительно не было. Впервые на единой площадке было представлено все разнообразие лучших обучающих программ, клубов по интересам и университетов, которые работают при территориальных центрах социального обслуживания во всех 11 округах столицы. Два дня без перерыва на сценической площадке выступали десятки творческих коллективов. Под огромным шатром работали многочисленные мастер-классы. На площадке «Активное долголетие» проходили соревнования. В разных уголках парка были организованы конкурсы и викторины. И все это время в Екатерининском царил необыкновенная праздничная атмосфера. Пожилые люди пели, плясали, общались друг с другом. Любой желающий мог найти занятие по душе.

#### РАДОВАТЬСЯ ЖИЗНИ ВСЕГДА

Члена жюри, заслуженного артиста России Льва Прыгунова участники фестиваля встретили продолжительными аплодисментами. — Хочу всех поздравить с настоящей, живой, натуральной, красивой жизнью, которой мы начинаем жить после выхода на пенсию, — сказал любимый актер театра и кино. — В советское время женщина после 50

лет надевала платочек, сапоги «прощай, молодость» и фактически ставила на себе крест. А сейчас я вижу вокруг столько красивых, прекрасных женщин. Прошу вас, включайте ваши биологические часы на 150 лет и до последнего момента надевайте самые красивые платья, пользуйтесь косметикой, смотрите в зеркало, фотографируйтесь, гуляйте по паркам с внуками и правнуками, веселитесь

А в огромном шатре начали работу многочисленные мастер-классы. Наш корреспондент отправился своими глазами посмотреть, чем занимаются на досуге бабушки и дедушки. Один

УЧАСТНИКИ ФЕСТИВАЛЯ УВЕРЕНЫ, ЧТО ПОСЛЕ ВЫХОДА НА ПЕНСИЮ ЖИЗНЬ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ!

и радуйтесь. После выхода на пенсию мы начинаем жить нормальной, человеческой, свободной жизнью. И этот фестиваль, организованный не каким-то обкомом партии, а замечательной, чудной командой из Департамента социальной защиты населения Москвы — прекрасными людьми, по-настоящему думающими о вас, — может вам жить ярко, насыщенно и интересно.

#### МАСТЕРА НА ВСЕ РУКИ

Ровно в 11 часов на сценической площадке фестиваля стартовал флешмоб. Десятки пенсионеров из разных районов города пустились в пляс под зажигательные ритмы музыки.



1

1 На два дня Екатерининский парк превратился в огромную концертно-развлекательную площадку, на которой блистали своими талантами представители старшего поколения москвичей 2 Что за праздник без гармонии! 3 Танцам все возрасты покорны 4 На фестивале каждый мог найти себе занятие по душе



2

из самых популярных мастер-классов представил филиал «Филевский парк» ТЦСО «Можайский». Говорят, искусство карвинга в кулинарии, то есть фигурное вырезание из овощей и фруктов, появилось несколько столетий назад в перенаселенной Юго-Восточной Азии как способ украсить скудный, преимущественно растительный домашний стол. Сегодня у карвинга другое предназначение. — Украшения радуют взрослых и детей, помогают преобразить даже привычное блюдо, — говорит преподаватель мастер-класса по карвингу, заведующая дневным отделением филиала «Филевский парк» ТЦСО «Можайский» Марина Любимова. —

Сама я научилась вырезать из овощей украшения благодаря Интернету. Захотелось поделиться увлечением с другими. Кружок наш посещают в основном, конечно, пенсионеры. Бабушки хотят делать необычные и эффектные украшения, которыми они бы потом удивляли своих друзей, детей и внуков. Освоить карвинг можно за несколько занятий, главное — научиться правильно держать в руке нож. В качестве «основного материала» для резки выступают доступные для всех овощи и зелень: перец, китайская капуста, свекла, редька, лук-порей и, конечно же, морковь. Яркая, податливая, из нее можно сделать фантастические вещи. «Ученица» мастер-класса Галина Алексеевна Полянская буквально на глазах закарничивала вырезать симпатичную розочку из свеклы. — Я обожаю готовить, люблю кухню, чтобы стол был украшен, — говорит женщина. — Какие-то простые ве-



## Кремль соберет лучших

8 июня свой профессиональный праздник отметят представители самой благородной и нужной профессии - социальные работники. Праздник для людей, чей долг - оказывать помощь тем, кто в ней нуждается, появился в календаре относительно недавно - в 2000

году. Сегодня в системе социальной защиты населения Москвы занято почти 50 тысяч человек. Это социальные работники, психологи, юристы, врачи... Лучших из них пригласят в Кремль 6 июня, где пройдет праздничное мероприятие с поздравлениями и гала-концертом.

## ФАКТ

11 человек будут бороться за звание «Лучшего социального работника Москвы 2014 года». Финал конкурса пройдет 2 июня в ЦДК железнодорожников. Все номинанты победили в прошедших отборочных окружных турах. Подробности — в следующем выпуске «Время мудрости».



## Начало положил Петр Первый

8 июня для празднования «Дня социального работника Российской Федерации» было выбрано не случайно. Именно в этот день, 8 июня 1701 года Петр Первый издал царский указ «Об определении в домовых Святейше-

го Патриархата богадельни нищих, больных и престарелых». Согласно указу императора «для десяти человек больных — в богадельне должен быть один здоровый, который бы за теми больными ходил и всяким им вспоможение чинил».

## ДАТА



АНАТРИАЦОВА

щи умела делать и раньше. Например, когда сын был маленький, он плохо кушал, поэтому приходилось постоянно что-то выдумывать, например делать из яйца ежика. Обычное яйцо он не ел, а вот ежика — с удовольствием. Здесь захотелось освоить более сложные приемы. Вообще я человек довольно увлеченный. С выходом на пенсию появилось много свободного времени. Постоянно хожу в наш центр соцобслуживания «Можайский». Работаю с глиной, рисую, вышиваю, после поездки в Иорданию к внучке научилась там делать из шерсти игрушки.

А вот Татьяна Васильевна Володина из ТЦСО «Щербинский» представила на feste свой мастер-класс по изготовлению сумок из... пакетов.

— Вы принесли из магазина продукты в целлофановом пакете. Конечно, можно его выбросить, а если проявить фантазию и подойти творчески, можно дать ему вторую жизнь, — говорит женщина. — Нарезать из пакета веревочки и связать из них оригинальную сумку или кошелек. Вязать крючком из этого материала сложнее, чем из обычной пряжи, но вещи получаются красивые и, главное, эксклюзивные. На занятия ко мне в нашем ТЦСО ходят по 15–17 человек, и все довольны. Сделать такую сумочку можно за день.

Задача Галины Георгиевны Пшеничной из ТЦСО «Московский» — познакомиться. Бывший преподаватель английского языка, отработав 50 лет, сейчас продолжает учить языку всех желающих в своем центре соцобслуживания. А ведь Галине Георгиевне скоро 80!

— Можно ли выучить пожилому человеку язык? Еще как! — говорит она. — В нашей группе есть те, кому за 70. Язык — это отличная тренировка памяти. И я с удовольствием передаю свои знания всем желающим. У нас две группы: для начинающих и продвинутая. Изучаем международный вариант английского, распространенный в странах Евросоюза. Курс рассчитан на 82 урока.

Работаем и по учебникам и с Интернетом.

Пенсионерка Нина Семёновна Кузюткина — одна из учениц Галины Георгиевны. — У меня дочь и внучка живут в Англии. Часто бываю у них, и навыки устной речи у меня есть. Даже ходила на курсы в Лондоне. Но когда узнала, что у нас в городе Московский есть возможность в ТЦСО закрепить знания, сразу решила воспользоваться таким шансом, — говорит она.

## ДЕЛО — В ШЛЯПЕ

Чтобы перечислить все регалии Лидии Александровны Соколовой-Сербской, не хватит и газетной полосы. Художник-модельер, профессор, академик академии имиджологии, консультант Первого канала по имиджу и моде представила на фестивале свой мастер-класс: как создать имидж в пожилом возрасте.

— Когда ты молод, во всех ты, душенька, нарядах хороша, но когда мы уже перешагнули бальзаковский возраст, нужно более тщательно относиться к своему имиджу, — говорит правнучка известного психиатра Владимира Сербского. — Сегодня здесь я учу наших женщин, как правильно носить шляпки. Вот эта дама шляпу уже купила, она знает, как ее носить и с чем, но подходит немало бабешек, которые еще не освоили искусство ношения шляпы. Да, это тоже искусство.

Шляпа, как говорится, должна быть ко двору. С ее помощью мы можем подчеркнуть овал лица. Не у всех бабушек великолепная шевелюра, поэтому шляпа поможет

## ФЕСТИВАЛЬ



скрыть этот недостаток. Ну и я не говорю уж о том, что в 30-градусную жару, этот головной убор просто необходим.

По мнению Лидии Александровны, такие фестивали, как сегодня, просто необходимы.

— Не все бабушки сидят на скамейке. Среди нас очень много активных людей, — говорит она. — Я, например, хожу в бассейн, люблю поэзию, в нашем ТЦСО «Тверской» с мужем Игорем Мухиным мы устраиваем творческие вечера. Одним словом живем на все 100%.

## Старшее поколение должно жить ярко и интересно

КОНСТАНТИН СЕРГЕЕВ edit@vm.ru

Вы не представляете, как я рада вас видеть в замечательном Екатерининском

парке, — с таких слов начала свое выступление, открывая Фестиваль-конкурс клубов по интересам и университетов для москвичей старшего поколения первый

заместитель руководителя Департамента социальной защиты населения Москвы Ольга Грачева (на фото). — Фестиваль мы здесь решили провести не случайно, потому что это парк старшего поколения. Мероприятие проводим впервые и очень волнуемся. Но готовили мы его со всей искренностью, теплотой и сердечностью.

Как отметила Ольга Евгеньевна, время для проведения фестиваля-конкурса было выбрано удачно. Конец мая — практически лето, но на дачи москвичи массово еще не уехали.

По ее словам, в столице проводится огромная работа по поддержке ветеранов и пенсионеров, но сводится только к оказанию социальных услуг она не должна. Реализация программы «Активное долголетие» — вот одна из главных задач, которая стоит перед департаментом.

— Три года мы участвуем в фестивале «50 ПЛЮС», — сказала она. — Прошлый форум нас поразило, так как все мастер-классы с утра и до вечера были заполнены людьми, и мы пришли к выводу, что необходимо объединить всю информацию о кружках, клубах, различных программах для лиц старшего возраста, которые есть в городе, и представить их на единой большой площадке.

По словам Ольги Грачевой, сейчас в столице работает свыше 1000 кружков и университетов, в которых постоянно занимаются порядка

200 тысяч москвичей старшего возраста, а с учетом последних программ, которые начал реализовывать департамент, эта цифра достигает полумиллиона. И это для города, где треть населения —

люди старше 50 лет, конечно же, не предел!

— Очень много людей старшего возраста хотели бы увлечься чем-то новым, но просто они не знают, что для них пред-

лагает город. Наша цель — дать им информацию, — отметила Ольга Евгеньевна. — На этот фестиваль-конкурс мы отпечатали 12 тысяч приглашений, но уверены, что количество людей, которые посетят Екатерининский парк за два дня, будет больше. Все округа, центры соцобслуживания и филиалы представили здесь свои лучшие программы, все то,

что может быть полезно и интересно для нашего старшего поколения. Любой желающий может записаться в понравившийся клуб, кружок или просто оставить

свои координаты, чтобы затем его пригласили на конкретное мероприятие. Программа фестиваля-конкурса очень насыщенная, расписано все буквально по минутам, но заскучать эти два дня здесь точно мы никому не дадим. Кроме этого, мы хотим, чтобы не только пожилые люди, но и те, кто только собирается выходить на пенсию, узнали и увидели, что в будущем, может быть, станет их увлечением. Сейчас поколение, вступающее в ряды пенсионеров, совершенно другое. Каждый из них знает компьютер, умеет работать в соцсетях, у них масса собственных идей, и если сравнивать старшее поколение за рубежом и наше, то мы начинаем сближаться по направлению интереса к жизни, планированию собственного досуга, расширению увлечений, самореализации. Именно это дает человеку удовлетворение в жизни. Именно ради этого мы и работаем.



**В МОСКВЕ РАБОТАЕТ СВЫШЕ 1000 КРУЖКОВ И КЛУБОВ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ**





## Чай и вино помогут?

Экстракты, содержащиеся в зеленом чае и красном вине возможно помогут при создании лекарства от пока неизлечимой болезни Альцгеймера. Такое предположение сделали английские ученые после проведенных успешных исследований. По мнению ученых невер-

но считать, что это заболевание — часть биологического процесса старения. Они уверены, что болезнь можно полностью излечить, если найти способы производства новых лекарств. Правда, злоупотреблять красным вином и зеленым чаем все же не стоит.

62

процента москвичей пожилого возраста, согласно опросу ВЦИОМа, хотели бы продолжить работать и на пенсии.



## «Прохладные» комнаты ждут

Из-за аномальной 30-градусной жары, пришедшей в Москву в конце мая, во всех 34 территориальных центрах социального обслуживания и филиалах досрочно открылись так называемые «прохладные комнаты». В них все желаю-

щие, прежде всего пенсионеры, могут отдохнуть в кондиционируемых помещениях, попить воды или получить первую медицинскую помощь. Объявления с адресами ТЦСО размещены в подъездах и лифтах жилых домов.

**КОМФОРТ**

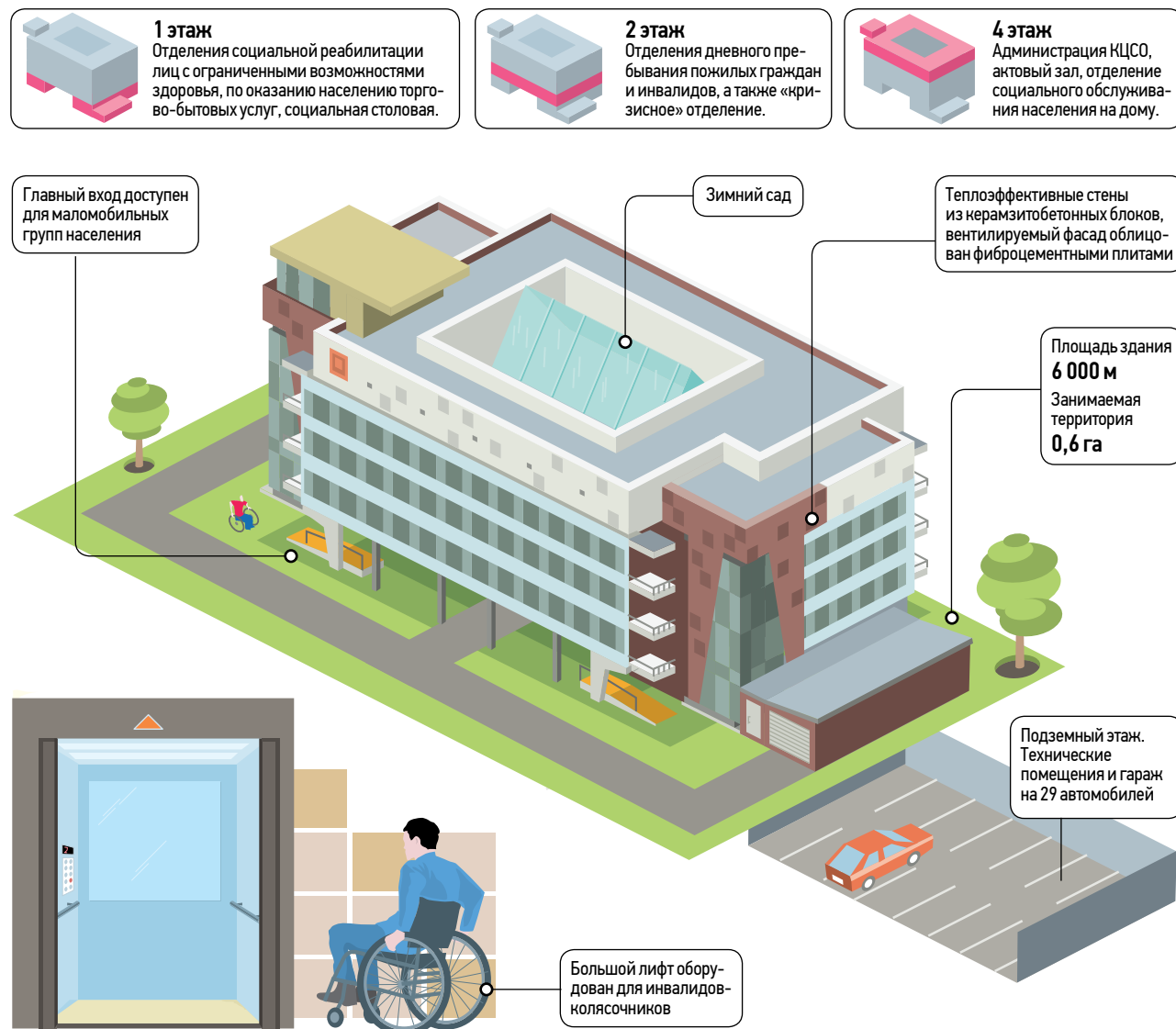
# ЦЕНТРЫ ПОСТРОЯТ ПО ЕДИНОМУ ПРОЕКТУ

**СЕРГЕЙ ПОДОЛЬСКИЙ**  
edit@vm.ru

## Как будут выглядеть новые центры социального обслуживания

Столичные архитекторы разработали проект комплексного центра социального обслуживания. Как известно, центры соцобслуживания предназначены для оказания психологической, социально-медицинской и правовой помощи пенсионерам, инвалидам, малообеспеченным семьям.

На сегодня в Москве открыто в каждом районе 34 ТЦСО и их филиалы, услугами которых пользуются десятки тысяч горожан. Как правило, центры размещены хоть и в хороших, но не особо подходящих помещениях. Поэтому современный единый проект для ЦСО был необходим. Инициатором его создания стали департаменты соцзащиты населения и градостроительной политики города. При разработке учтены все современные требования строительных норм и правил, противопожарной безопасности, энергоэффективности и доступности маломобильных групп населения. Несмотря на функциональную насыщенность здания, для его возведения необходим участок площадью всего 0,6 гектара, что особенно актуально в условиях плотной городской застройки.



### ЭКСПЕРТ

**СВЕТЛАНА ЯХКИНД**  
Заместитель начальника Управления научно-технической политики Департамента градостроительной политики

Проект комплексного центра социального обслуживания населения был выполнен в 2012–2013 годах ГУП МНИИ-ТЭП. Его разработка велась в тесном взаимодействии с Департаментом соцзащиты населения Москвы, который изложил свои пожелания по составу структурных отделений и помещениям в Технологическом задании к проекту. Буклет с проектом направили в департаменты строительства, социальной защиты населения Москвы и префектуру ТиНАО. По результатам рассмотрения Департамент соцзащиты населения рекомендовал его для реализации. Возведение первых новых комплексных центров соцобслуживания рекомендовано по адресу: ул. Кустанайская, вл. 6, корп. 2, и на территории Новой Москвы.

## Социальных услуг для жителей столицы станет еще больше, а их качество повысится

**ОЛЬГА ОРИЩИНА**  
o.orischina@vm.ru

В Институте переподготовки и повышения квалификации руководящих кадров и специалистов системы социальной защиты населения Москвы 21 мая прошел круглый стол, который собрал представителей соцсферы из разных регионов страны. Поводом для встречи стал новый закон, который касается предоставления услуг населению и контроля за их качеством. — Закон № 442 «Об основах социального обслуживания граждан в Российской

Федерации» был принят 28 декабря прошлого года, но вступает в силу с 1 января 2015 года, — пояснила депутат Госдумы России Надежда Герасимова. Директор Департамента демографической политики и социальной защиты населения Минтруда РФ Светлана Петрова подчеркнула, что ряд аспектов в сфере соцобслуживания по новому закону регионы должны определить сами. Например, критерии, которые позволяют получить человеку социальную помощь бесплатно, как и тарифы на платные услуги. А потому субъекты Федерации должны разработать



Бояться перемен в законодательстве москвичам, получающим социальные услуги, не стоит

и принять ряд законов сами. Что для этого планируется сделать в регионах или уже сделано, рассказали участники круглого стола.

— В Москве решено создать социальную инспекцию, которая будет выступать организатором проверки качества оказываемых го-

рожанам соцуслуг, — рассказал замглавы столичного Департамента социальной защиты населения Андрей Бесштанько. — Она будет контролировать качество их исполнения, а также рассматривать поступившие жалобы. Это будет орган государственной власти. Как пояснил Андрей Бесштанько, новый закон коснется около 2,5 миллиона жителей столицы. Это прежде всего пожилые люди, инвалиды и семьи с детьми, нуждающиеся в социальной помощи. Однако бояться каких-либо перемен москвичам, по его словам, не стоит. — Мы исходим из принци-

па, что все изменения, связанные с принятием нового закона, который направлен в том числе и на усиление конкуренции на рынке социальных услуг, должны служить главному правилу: повышению качества услуг в этой сфере. Причем при сохранении действующего сейчас объема социальных услуг, чтобы наши подопечные были довольны, — заверил Андрей Владимирович. — Работа в этом направлении еще ведется, но уже можно сказать, что перечень социальных услуг даже будет расширен, как и возможности их получения.



## Библиотеки ждут чтецов вслух

В 100 столичных библиотеках стартовал чемпионат по... чтению вслух. Соревнования пройдут в 3 этапа, финал состоится 12 июня. Для чтения участникам будут предоставлены как труды современных авторов, так и классика, причем какое именно произведение

предстоит прочитать, участники узнают только перед чтением. Каждый участник будет читать отрывок из произведения в течение минуты, после чего жюри выставит оценки. Принять участие в чемпионате может любой желающий от студентов до пенсионеров.

## ФАКТ

Всероссийскому выставочному центру официально вернули старое название — **Выставка достижений народного хозяйства**. Согласно опросу, эту инициативу мэра Сергея Собянина поддержали 90% горожан. В ближайшее время на ВДНХ начнется большая реконструкция.



## Ретромарафон танцев

Танцевальный ретромарафон прошел в парке Фили в минувшие выходные. В течение семи часов здесь звучал джаз, блюз, рок-н-ролл и кантри. Десять музыкальных коллективов, одетых по моде 1930–60-х годов, радовали своими но-

мерами гостей парка, среди которых было много пенсионеров, пришедших вспомнить свою молодость. Здесь же, в парке, можно было научиться танцевать буги-вуги, свинг, степ и латино на бесплатных мастер-классах.

## ОТДЫХ

# ПОСМОТРЕТЬ НА БРАТЬЕВ НАШИХ МЕНЬШИХ

СЕРГЕЙ ПОДОЛЬСКИЙ  
edit@vm.ru

Последний раз москвичка Надежда Николаевна Федотова была в зоопарке... 30 лет назад. — Новой территории тогда еще не было, — говорит пенсионерка. — Когда дети были маленькие, ходили сюда часто. А потом они выросли... Хотя я животных очень люблю. Зоопарк — место, где каждый из нас может почувствовать себя ребенком. Поэтому когда узнала в нашем центре соцобслуживания, что намечается сюда экскурсия, сразу же записалась.

## Выводим людей «в свет»

Вместе с Надеждой Николаевной в жаркий майский день посмотреть на жирафов-медведей-обезьян, массу других диких животных и птиц, из территориального центра социального обслуживания «Фили-Давыдково» приехала делегация в количестве 24 человек. Причем в составе группы были не только пенсионеры, но и молодые инвалиды.

— Дело в том, что в нашем центре реализуется программа «Связь времен», когда молодые учат пожилых и наоборот, — поясняет заместитель директора ТЦСО «Фили-Давыдково» Юлия Вейлко. — Например, у нас есть компьютерные курсы, на которых молодые инвалиды обучают дедушек и бабушек компьютерной грамотности. А те в свою очередь дают мастер-классы по вязанию ковриков, шарфов. На экскурсиях они тоже зачастую выезжают все вместе. Евгения Струкова приехала в зоопарк со своим 28-летним сыном Иваном, страдающим заболеванием ДЦП.

По ее словам, один-два раза в месяц благодаря центру социального обслуживания они обязательно выйдут «в свет». — Это не только возможность выйти из четырех стен, подвигаться, тем более когда на улице такая красота, все цветет и пахнет. Самое главное — поездки дают новые впечатления и общение, которое не заменит ни один компьютер, — говорит мама Ивана. — Смотрите, морские коттики, а давайте рядом с ними сфотографируемся, — просит он редакционного фотографа...

— А вот какая прелесть! Ленивец и броненосец. Интересно, а куда перенесли фламинго? (сейчас в зоопарке идет ремонт. — Ред.) И как пройти к жирафу Самсону? А белые медведи летом не спят? Вот бы и их увидеть! — наперебой делятся впечатлениями и эмоциями экскурсанты.

## ВСЕ — БЕСПЛАТНО!

— ТЦСО «Фили-Давыдково» обслуживает в Западном округе три района: Фили-Давыдково, Очаково-Матвеевское и Дорогомиловский, — продолжает рассказывать Юлия Вейлко. — Программа социального туризма направлена в основном на работу с людьми категории 55+. Программа полностью благотворительная. Всероссийское общество инвалидов предоставляет нам автобусы, практически все экскурсии для наших клиентов бесплатные. Лишь изредка требуется приобрести льготный входной билет. Поездки мы организовываем по разным направлени-



1 Нина Сергеевна и Геннадий Александрович Фаляховы с удовольствием пообщались с обитателями Московского зоопарка 2 Иван Струков не часто выбирается «в свет». Центр социального обслуживания дает ему такую возможность 3 Дружная команда социальных туристов из ТЦСО «Фили-Давыдково»

она. — Я сама лично знакома с ними друг с другом. Многие ведь к нам приходят после тяжелых психологических травм, и наша задача — не дать им замкнуться в себе.

## ВЕРНУЛИ К ЖИЗНИ

— Три года назад после смерти мужа у меня была такая депрессия, что не знала, куда себя деть, — рассказывает приехавшая на экскурсию в зоопарк Евгения Григорьевна Рогова. — Участковый врач посоветовал обратиться в ТЦСО, о существовании которого я и не подозревала. Для начала в отделении социальной реабилитации со мной поработал психолог, я прошла лечебную физкультуру, подышала «горным воздухом», потом начала знакомиться с людьми, ходить на концерты, участвовать в конкурсах, ездить на экскурсии, и, вы знаете, в свои 69 лет я просто заново ожила. Мир заиграл опять яркими красками. Вчера, например, ходила поболеть на окружной конкурс «А ну-ка дедушки!». Здесь появилось много новых друзей, с которыми мы постоянно созваниваемся и встречаемся. Все будние дни я провожу в ТЦСО, хожу туда как на ра-

боту. У меня есть дети и внуки, и они только рады, что их мама занята.

## ВОТ ЭТО ЗАБОТА!

Семейная чета Фаляховых в центре социального обслуживания — новички. Нина Сергеевна и Геннадий Александрович живут вместе уже 40 лет. Он — известный в прошлом спортсмен, заслуженный тренер страны по спортивной гимнастике, мастер спорта СССР. Она тоже отдала большую часть жизни спорту, впрочем, у них целая династия. В Бийске на Алтае работает специализированная детско-юношеская школа олимпийского резерва по спортивной гимнастике братьев Фаляховых.

— Выйдя на пенсию, мы переехали в Крым. 23 года прожили в Ялте, — говорит Нина Сергеевна. — Недавно вернулись в Москву и уже успели на себе ощутить ту заботу и внимание, которые оказы-

вает город по отношению к пенсионерам. На Украине такого и в помине не было. Кстати, после зоопарка следующий поход у нас запланирован в Большой театр. Билеты от ТЦСО уже на руках.

## ТУРИЗМ



ям. Паломнические — выезжаем за город, посещаем монастыри и храмы. Познавательные подразумевают походы в музеи, театры и на выставки. И спортивные, с выездом на природу, активными играми на свежем воздухе. Буквально 22 мая ездили на Истринское водохранилище. Вначале посмотрели культурные объекты в Малоярославце, потом была викторина, подвижные игры, рыбалка. Главное — чтобы людям было интересно. Естественно, после экскурсий проводим анкетирование, спрашиваем, что понравилось, а что нет, какие объекты и достопримечательности хотели бы посетить в будущем. Сопровождающая группу на

экскурсии в зоопарк специалист по социальной работе ТЦСО «Фили-Давыдково» Лира Новикова рассказывает о последних экскурсиях. — 12 мая мы были в храме Покрова Богородицы в Измайлове, 19-го в — монастыре в Звенигороде, скоро отправимся в Троице-Сергееву лавру, посетим музей-квартиру дирижера Голованова. На 18 и 24 июня в планах — Зачатьевский и Новодевичий монастыри, — перечисляет она. Для Леры Хайдаровны все клиенты ТЦСО — как родные. — Такие поездки дают людям возможность не только интересно провести свой досуг, получить впечатления, но и просто не чувствовать себя одинокими, — говорит



15

лет было Лайме Вайкуле, когда она стала солисткой Рижского оркестра радио и ТВ под руководством Р. Паулса

## Пела, чтобы всех рассмешить

Лайма Вайкуле родилась в простой семье: отец был рабочим, мать работала в торговле. Возможно, желание петь Лайма унаследовала от бабушки, которая пела в церковном хоре. Как вспоминает будущая знаменитость, в детстве она хотела стать врачом,

а не певицей. Хотя пела практически с пеленок. «В детском саду мне не нравилось спать в полдник, и я пела. Родители просили спеть, когда приходили гости. Причем пела я низким голосом, что было смешно, необычно, так чтобы я была Дивой», — говорит Вайкуле.



## Дом, который построила Лайма

Вот уже 36 лет Лайма Вайкуле живет в гражданском браке с музыкантом и бизнесменом Андреем Латковским. Причем все ее имущество записано на него, но певица по этому поводу абсолютно не переживает. Как говорит сама звезда:

«Я слишком дорожу своей свободой, чтобы позволить ее у меня отнять».

ОЧАГ

Кстати, звезда живет в собственном особняке в Юрмале, спроектированном по дизайну, придуманному самой Вайкуле (прозрачный дом в стиле хай-тек).

# ЗИГЗАГИ СУДЬБЫ ЛАЙМЫ ВАЙКУЛЕ

РАМАЗАН РАМАЗАНОВ  
[r.ramazanov@vm.ru](mailto:r.ramazanov@vm.ru)

По признанию Лаймы Вайкуле, она родилась с обостренным чувством свободы. До тех пор, пока не научилась обращаться с этим даром, страдала от одиночества и была не очень счастлива. Но с годами пришла мудрость, и теперь певица живет в полном согласии с собой и внешним миром. — Если мне предложат прожить жизнь еще раз, я не исключу из нее ни одного из выпавших на мою долю испытаний. Я рада, что изменилась благодаря жизненным урокам, — говорит певица.

**Одним из уроков, вероятно, вы считаете победу над раком, который поразил вас 20 лет назад?**

Да. Ведь раньше я была нахальной, всегда считала себя правой, думала, что земля вращается только вокруг меня. После болезни я стала любить людей. Кроме себя, стала замечать и других, да вообще все происходящее вокруг. Перестала быть эгоисткой. Для меня это очень большое достижение в жизни.

**Вы стали бережнее относиться к жизни?**

Нет, я стала всех кругом жалеть. Людей, цветы, деревья, обыкновенную траву. Я стала бережнее относиться к чужой жизни. Пренебрежной любви к себе больше нет. Есть точное понимание того, что завтра этого всего может не быть. Поэтому все надо любить сегодня.

**Говорят, характер закладывается в детстве. Каким вы были ребенком?**

Я из тяжелых детей, была свободолобивой и своенравной. Меня оставляли дома одну, поэтому я с утра и до вечера могла делать все, что захочу. Потом меня отдали в недельный детсад. Мама говорит, что в дет-

Я НЕ СОВЕРШАЛА ПОСТУПКОВ, ЗА КОТОРЫЕ МНЕ ПРИШЛОСЬ БЫ СТЫДИТЬСЯ

стве я была невыносима. Нарядить меня в новую одежду было делом непростым. А когда все же удавалось, я через некоторое время приходила домой в рванье, вся вымазанная в грязи. И с сестрами тоже вела себя как диктатор.

**Помнится, вы обещали издать книгу откровений. Она уже написана?**

Не до конца. В книге я предстану другой, настоящей. Ведь сегодня люди знают обо мне то, что я позволяю им знать. И тайна остается. Она раскроется лишь после моей смерти, когда будет издана книга. Но пока живы мои родители, мои близкие, делать этого не стану. Так случилось, что на меня навалилось слишком много испытаний, в них участвовали разные люди, но главной актрисой в моем драматическом театре являюсь, конечно же, я. Но близких надо щадить.

**Лайма, вы слывете бескомпромиссным человеком с чистой совестью...**

Совесть для меня — святое. Могу пожертвовать чем угодно, но останусь при этом принципиальной. Я не смогу жить дальше, если в угоду кому-то или чему-то пойду наговор с совестью. **Но ведь таким тяжело жить, особенно в шоу-бизнесе?** Согласна. Зато ты растешь в своих глазах и обретаешь уверенность в себе. Помню, еще девочкой я осуждала



1 С Андреем Латковским Лайма Вайкуле познакомилась еще в 1970 году. Уже 36 лет они живут вместе 2 Даже в свои 60 Лайма выглядит прекрасно, хотя уверяет, что никогда не прибегала к услугам пластических хирургов.

одну женщину, которая была внешне неопрятна. А потом узнала, что она только что нашла убитым своего сына. Мне было так стыдно перед ней! Для меня это был настоящий урок: никогда не оценивать и не осуждать никого.

**Какой, по-вашему, главный смысл жизни?**

Борьба с самим собой. Это большая, тяжелая работа. Чем лучше ты становишься, тем потом резче срываешься вниз, и опять надо карабкаться вверх. Я заметила, что чем больше над собой работаешь и кажется, что все знаешь, тем стремительнее падаешь лицом в лужу.

Впрочем, я не совершала поступков, за которых потом пришлось бы стыдиться. Они все были сознательные. И плохие, и хорошие. **Вы делали успешную карьеру в Америке. Но внезапно разорвали выгодный контракт, который сулил вам райскую жизнь, и уехали на родину. Почему?**

В тот момент я не могла пережить контракты и принадлежать кому-то. А райская жизнь? Каждый воспринимает ее по-разному. Для меня она была сложной, непривычной, не моей, не родной. У моих знакомых была морская свинка, которая все время жила в ванной. Однажды они решили взять ее на пикник и сделать ее жизнь прекрасной и разнообразной. Выпустили ее на травку, и у нее случился разрыв сердца. Так и у людей...

**Скажите, в каком возрасте человек перестает быть молодым?**

Думаю, нет такого возраста. Моя мама говорит, что если бы не смотрелась в зеркало, то никогда бы и не узнала, что она пожилой человек. Я давно выбросила из своего лексикона слово «старый», заменив его на «взрослый». Я считаю, что до 25–30 лет мы все равны, и лишь потом начинается сортировка — кто гений, а кто талантливый прохиндей. **Что может максимально сохранять в женщине красоту?**

## № ДОСЬЕ

Лайма Станиславовна Вайкуле родилась 31 марта 1954 в городе Цесис Латвийской ССР), Эстрадная певица и актриса. Кавалер российского ордена Дружбы (2011). В 12 лет Лайма впервые выступила на сцене, приняв участие в конкурсе юных вокалистов в Доме культуры рижского завода ВЭФ. Еще через три года пройдя конкурс, она стала солисткой Рижского оркестра радио и телевидения под руководством Раймонда Паулса. В мае 1987 года за песню «Вернисаж» получила приз «Золотая лира» на международном фестивале в Чехословакии. Весной 1996 года увидела свет ее новая программа «Я вышла на Пикадилли». Московская премьера собрала полный аншлаг. Лайма — один из организаторов-учредителей конкурса молодых исполнителей эстрадной песни «Юрмала». Записала несколько успешных музыкальных альбомов в России и Латвии, продала более 20 миллионов дисков. Активная защитница прав животных. Вегетарианка по этическим соображениям. Замужем за Андреем Латковским, детей нет.

Главное — не нужно становиться рабом собственной внешности. Есть несколько составляющих красоты в любом человеке. Это личная обувь, здоровые зубы, хороший маникюр и ухоженные волосы. А все остальное зависит от выражения глаз.

**Лайма, что может быть самым действенным для женщины в борьбе с количеством лет?**

Многое зависит от того, как женщина воспринимает себя в окружающем мире. Не нужно бояться приближения старости, надо дать ей достойный отпор, благо на то сегодня есть масса приемов. Нужно обязательно высыпаться, систематически делать массаж, пить чистую воду и есть натуральную пищу.

**Сейчас многие звезды, бросились в объятия экстрасенсов и колдунов, пытаются предугадать судьбу. А вы?** Нет, мне это не нужно. Я бы не хотела заглянуть в свое будущее. Мне кажется, что мои мечты несбыточны, а не увидеть то, чего хотелось бы — больно.



## Худеть никогда не поздно

Даже кратковременное похудение оказывает оздоровительное влияние на сердце и сосуды. Таковы итоги исследования, проведенного учеными из Великобритании, в котором приняли участие 1273 добровольца пожилого возраста. «Мы долго изучали лиц

в возрасте от 60 лет, что позволило оценить влияние скромных изменений в ожирении на здоровье. Результаты показали, что если вы потеряете вес даже на короткое время, ваш организм получит долгосрочное благотворное влияние», — отметили ученые.

## ФАКТ

Жительница Восточного округа Лидия Степановна Гордеева отметила свое 100-летие. Как признается долгожительница, она всегда вела здоровый образ жизни, любит природу и домашних животных. Сейчас у нее живут два котика, которые, по ее мнению, «оттягивают болезни».



## Японки живут дольше всех

В странах с высоким уровнем дохода средняя продолжительность жизни сейчас составляет 76 лет у мужчин и 82 года у женщин. Дольше всех (87 лет), по-прежнему живут японки. Следом идут Испания (85 лет) и Швейцария (85 лет).

Мужчинам больше всего повезло в Исландии (81 год), Швейцарии (80 лет) и Австралии (80 лет). В РФ продолжительность жизни за последние 20 лет, по данным ВОЗ, не выросла и составляет 63 года (у мужчин) и 75 лет (у женщин).

### СТАТИСТИКА

# ПОМОГАТЬ ДРУГИМ — ЛУЧШИЙ СПОСОБ СТАТЬ СЧАСТЛИВЫМ

КОНСТАНТИН СЕРГЕЕВ  
edit@vm.ru

Слово династия — «царское»: это семья, которая поколение за поколением правит страной. А чем правят трудовые династии? Облюбованной — от слова «любить»! — профессией. Врача, педагога, строителя, шахтера... А теперь еще и профессией социальных работников. Как Логачевы, сегодняшние наши героини — специалисты центра социального обслуживания Восточного округа.

Традицию заложила мама, Ирина Александровна. Заложилась смесь: ее первый рабочий день в отделе социального обеспечения пришелся на 1 апреля, который никогда не обходится без шуток. «Я удачно сострила — что-то о работе на всю оставшуюся жизнь... Как в воду глядела», — вспоминает она сейчас. А потом было не до шуток. И опыта не хватало, и времена установились непростые, на добро нещедрые... Но коллеги помогли. И муж поддержал — он работал там же, только по административно-хозяйственной части.

Это было 20 лет назад. Сейчас Ирина Александровна заведует отделением социального обслуживания филиала «Перовский» ТЦСО «Новогиреево» и говорит, что ее жизнь, по сути, определяют два главных списка. В первом — 131 фамилия. Это москвичи, которые нуждаются в услугах социальных работников. Во втором — 14. Это социальные работники, коллеги Ирины Александровны.

— Наши основные обязанности внешне просты: обеспечить подопечных лекар-

ствами, принести продукты, сопроводить в поликлинику, на почту, в банк... А вот все остальное чрезвычайно разнообразно и сложно. Новое время ставит и новые задачи — например анкетирование... А для меня — подбор кадров и доучивание новичков. Ведь в нашей работе мало быть отзывчивым, терпимым к слабостям других... Нужно уметь и хотеть делиться с ними добротой. Именно хотеть. Лично я верю: сколько отдашь, столько тебе непременно вернется. И часто повторяю: «Я всех люблю, всех слушаю...»

Людей, которых любишь, говорить «нет» нельзя! Если же вынужден отказать — так произнеси свое «нет», чтобы оно прозвучало как «да»... Любовь эта очень деятельна: Ирина Александровна — одна из тех, кто разрабатывал программу «Бумеранг». Если коротко, программа направлена на воспитание способности понимать чувства других — особенно людей пожилого возраста. А если подробно, то получится настоящее кредо Ирины Александровны. Ведь чувство достоинства — иногда единственное, на что может опереться человек в возрасте... И сколько же душевных сил и даже изворотливости требуется от социального работника, чтобы отвлекать своего подопечного от бесконечных размышлений о прошлом и непрерывного беспокойства о будущем... И от страхов. Даже самого банального — страха перед современной техникой...

Ирина Александровна принимала самое деятельное участие в разработке, а затем в реализации программы «Жить и быть счастливым». Несчастье стариков — в их одиночестве. Как



1 Ирина Александровна Логачева работает в социальной сфере уже двадцать лет и ничуть об этом не жалеет. 2 Для своих подопечных у нее всегда найдется доброе слово. 3 Дочь Мария пошла по стопам матери. Сейчас у нее на попечении 12 бабушек, которым очень нужна помощь и поддержка.



им помочь? Побудить что-то делать: «Действие — это самое сильное противоядие от отчаяния», — считает Ирина Александровна. Заставить о ком-то заботиться: самое страшное, с чем сталкивается овдовевший супруг, — это именно потеря необходимости заботиться о другом. Не давать им скучать: скука портит людей, делает их злыми, даже злобными... Когда-то Ирина Александровна написала для себя строки иранского мудреца Омара Хайяма: «Чем за общее счастье без толку страдать — лучше счастье кому-нибудь близкому дать...». Прагматизм и любовь «в одном флаконе» — видимо, такой подход в семье Логачевых передает-

ся по наследству. Дочь Ирины Александровны, Маша, начала работать в системе социальной защиты населения еще школьницей. Объясняет: хотела помочь семье материально... Но почему тогда осталась на этой службе и после вуза? Образование у нее серьезное — Московский государственный гуманитарный университет... Но вот осталась же.

— У меня на попечении 12 человек. В основном бабушки в возрасте 70–80 лет, — говорит Мария Владимировна. — Очень непростые и очень интересные женщины. Причем те, кому за восемьдесят, гораздо бодрее и бойчее. Встречают меня с улыбкой. «У челове-

ка три возраста: молодость, зрелость и «Вы сегодня чудесно выглядите!». Что скажете мне сегодня, Машенька, — что я чудесно выгляжу?» А другая хорохорится: «Чтобы узнать мой возраст, чужому человеку придется меня распилить и сосчитать слои...»

Конечно, есть и «проблемные» подопечные. Как удаётся ладить с ними? — Социальный работник — это не профессия, это характер. Понимаете, я росла в атмосфере соучастия... И для меня главное — сделать счастливыми тех, кто рядом. Помогать другим — это лучший способ и самому стать счастливым: недаром говорят о радости дающего. Конечно, у моих бабушек есть родные и близкие, но ритм жизни в мегаполисе

такой... безжалостный. На стариков не остается сил и времени. Им на помощь приходят такие, как я. И мне нравится, что мой день расплывается по часам и даже минутам. У всех моих клиентов есть мой мобильный. Я помню мудрость: «Вдвойне дает тот, кто дает быстро!»

Это работа, которую лучше всего характеризует одно слово: душевнозатратная. Хватает ли тепла на собственную семью, не обижаются ли близкие? — Ну что вы! — смеется Маша. — Мы же одним делом занимаемся. Дома и выслушают, и поддержат, и совет дадут. — По советам главный специалист пока я, — добавляет ее мама. Человек, с которого началась еще одна московская династия.

### ДИНАСТИЯ





6

лет — настолько увеличилась средняя продолжительность жизни людей в мире за последние 20 лет

### Интернет против депрессии

Интернет помогает пожилым людям бороться с депрессией. К такому выводу пришла международная группа ученых. В течение шести лет они изучали жизнь трех тысяч пенсионеров и пришли к выводу, что те из них, кто пользовался Всемирной сетью,

на 30 процентов меньше страдали депрессией. Специалисты подчеркивают, что интернет дает пожилым людям возможность быть в курсе происходящих событий, общаться, оставаться на связи со своими родными и друзьями, да и просто не чувствовать себя одинокими.



### Общество Нескучного сада

Клуб для старшего поколения «Общество Нескучного сада» работает в Парке Горького. В нем бабушки и дедушки смогут пообщаться с интересными людьми, позаниматься спортом и творчеством. Занятия будут проходить все лето

на площадке у Летнего домика графа Орлова и в ротонде 800-летия Москвы. В программе — гимнастика цигун, скандинавская ходьба, лекции от врачей, занятия танго, психологические консультации и, конечно же, концерты.

## Работа мобильных социальных приемных в первой половине июня

#### ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ



«Сухаревская»  
Ул. Гиляровского, 15  
5 июня  
10.00–12.00

«Выставочная»  
Ул. Мантулинская, 5  
10 июня  
11.00–14.00

«Красные ворота»  
Б. Козловский пер., 9, стр. 1  
(детская поликлиника № 34)  
10 июня  
11.30–13.00

#### СЕВЕРО-ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ



«Бабушкинская»  
Ул. Менжинского, 36  
3 июня  
11.00–13.00

«Отрадное»  
Ул. Денабристов, 39  
(поликлиника № 110)  
3 июня  
15.00–17.00

«Бибирево»  
Ул. Пришвина, 22  
10 июня  
12.00–14.00

«Бибирево»  
Ул. Инженерная, 5  
10 июня  
15.00–17.00

#### ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ



«Перово»  
Ул. Кусковская, 23, стр. 2  
(ТЦСО «Новогиреево»)  
3 июня  
14.00–18.00

«Щелковская»  
Щелковское шоссе, 24  
(ТЦСО «Северное Измайлово»)  
5 июня  
14.00–18.00

«Первомайская»  
Ул. Средняя Первомайская, 26  
(ТЦСО «Восточное Измайлово»)  
10 июня  
14.00–18.00

#### СЕВЕРО-ЗАПАДНЫЙ ОКРУГ



«Сходненская»  
Ул. Свободы, 37 (ДК «Салют»)  
5 июня  
15.00–17.00

#### СЕВЕРНЫЙ ОКРУГ



«Полежаевская»  
Ул. Куусинена, 2  
(площадь у метро)  
3 июня  
14.00–17.00

«Аэропорт»  
Ул. Усиевича, 12/14  
(у кинотеатра «Банк»)  
5 июня  
14.00–17.00

«Динамо»  
Ул. Марины Расковой, 14  
(у магазина «Пятерочка»)  
10 июня  
14.00–17.00

#### ЗАПАДНЫЙ ОКРУГ



«Славянский бульвар»  
Ул. Матвеевская, 2  
5 июня  
15.00–17.00

#### ЮГО-ЗАПАДНЫЙ ОКРУГ



«Теплый Стан»  
Ул. Профсоюзная, 154  
3 июня  
15.00–18.00

«Университет»  
Пл. Джавахарлала Неру  
5 июня  
15.00–18.00

«Нахимовский проспект»  
Ул. Азовская, 4  
10 июня  
15.00–18.00

#### ЮЖНЫЙ ОКРУГ



«Шаболовская»  
Ул. Шаболовка, 32  
3 июня  
15.30–17.00

«Орехово»  
Ул. Бирюлевская, 51, корп. 1  
(у магазина «Перекресток»)  
5 июня  
15.30–17.00

«Проспект Вернадского»  
Пр-т Вернадского, 14  
10 июня  
15.00–17.00

#### САД-ОГОРОД

### Калейдоскоп из салатов

Салаты — одна из основных овощных культур и неременный атрибут европейской кухни. Они могут не только разнообразить стол, но и украсить огород. Чтобы свежий салат был на столе с весны до осени, лучше сажать сорта разных групп — от листовых до кочанных. Как этого добиться? Подскажет наш эксперт.



**ЕЛЕНА ГОРБУНОВА**  
КАНДИДАТ  
БИОЛОГИЧЕСКИХ НАУК

Селекционеры создали многочисленные сорта различной скороспелости с эффектными листьями. Например, у сорта Ералаш зеленые сильно рассеченные волнистые листья образуют полусферу. Крупные, красноватые листья сорта Барбадос интересно смотрятся рядом со светлыми зелено-желтыми листьями сорта Домино. Дольше всех не переходят к цветению кочанные сорта (4 сезона, Ассоль и др.). Часть из них можно срезать целиком, а у других — регулярно обрывать листья. Для летнего посева следует выбирать медленно растущие или не склонные к стрелкованию сорта (Азарт, Канныон, Тарзан). Салаты с красными листьями особенно подержены нападению тли. Подходящие партнеры по грядке для салатов — это свекла, редька, редис. На растения не будет нападать тля, если вблизи них высевают укроп и кервель. Наиболее распространенная ошибка огородников — загущенные посевы. Чтобы салаты показали себя во всей красе, необходимо оставлять расстояние между растениями 25 см, а у кочанных сортов 30–35 см.

## Афиша

### С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ РОДИНА?

«Парк культуры»  
Зубовский бул., 2  
Музей Москвы  
До 8 июня

10:00 21:00 50 100



Участники национального фотографического проекта «С чего начинается Родина?» на языке фотографии, каждый по-своему, отвечают на этот вопрос. Их герои — люди разных профессий, национальностей и возрастов, живущие на огромной территории — от Калининграда до Курильских островов, но при этом объединенные общей историей, языком и культурой. В рамках выставки проходят мастер-классы по фотографии.

### ЛЕСНЫЕ ЭЛЬФЫ — ЭТО КОЛИБРИ!

«Академическая»  
Ул. Вавилова, 57  
Дарвиновский музей  
До 13 июля

10:00 18:00 30 250



Выставка «Колибри — лесные эльфы» расскажет о крохотных, прелестных и таинственных обитателях нашей планеты, способных никогда не опускаться на землю.

Кстати, по легенде, более ста лет назад первый директор Дарвиновского музея подарил своей невесте в день ее рождения три собственноручно изготовленные чучела драгоценных птичек. Они и стали первыми экспонатами коллекции, ныне

насчитывающей более 500 экземпляров и самой богатой в России. Часть этого редчайшего собрания стала доступна публике впервые. Интересные занятия музей подготовил и для малышей: игры и раскраски, раскрывающие особенности жизни колибри.

### МАСТЕР-КЛАССЫ В ИЗМАЙЛОВСКОМ КРЕМЛЕ

«Партизанская»  
Измайловское ш., 73  
Культурно-развлекательный комплекс «Кремль в Измайлово»  
до 1 июля

10:00 18:00 400 1000

### УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ

18:00 Начало 12:00 21:00 Время работы 400 Входной билет

На мастер-классах можно попробовать себя в гончарном деле, испечь баранки, вязать морские узлы, научиться делать старинную русскую куклу — «желанницу», расписать солдатики и создать собственное мини-войско и многое другое. Телефон для предварительной записи (499) 166-50-27

