

# ДАВАЙТЕ ДРУЖИТЬ ГОРОДАМИ

ДАРЬЯ БОНДАРЧУК

Более 300 участников проекта «Активное долголетие» из 12 городов Подмосковья посетили фестиваль «Золотой возраст», который проводился в Королёве.

В среду, 11 декабря, Деловой и культурный центр «Костино» радушно распахнул двери перед участниками программы «Активное долголетие» из ближайших городов Подмосковья: Мытищ, Щёлкова, Ивантеевки, Пушкино, Сергиева Посада, Балашихи, Реутова, Ногинска, Лосино-Петровского, Черноголовки, Фрязина и Королёва. В холле первого этажа гостей фестиваля ждали творческие мастер-классы, своими руками можно было сделать ёлочную игрушку или украсить новогодний пряник. Для тех, кто не любит сидеть на месте, на втором этаже организовали танцплощадку: звуки вальса, музыкальные хиты советских фильмов и современные латиноамериканские мелодии сменяли друг друга и не давали скучать никому. Галина Ялина пришла в клуб «Активное долголетие» недавно и очень рада разнообразию возможных занятий. Однако призналась, что никогда не пропускает именно танцы: «Для меня танец это в первую очередь атрибут здорового отношения к жизни: и физическая нагрузка, и эмоциональная разгрузка. Я всю жизнь много работала и только сейчас начала особенно ценить каждое её мгновение. В молодости не всегда правильно использовала свободное время, а благодаря такой программе могу занять себя чем-то интересным и полезным. А главное, что я получаю в клубе, – это конечно же общение. И сегодня этот фестиваль объединил ещё больше пенсионеров из разных городов».

Праздник продолжился в актовом зале. Участники королёвского клуба «Активное долголетие» продемонстрировали свои таланты: исполнили на сцене зажигательную фитнес-зумбу, всем залом сделали дыхательную гимнастику и научили приглашённых Деда Мороза и Снегурочку правильно пользоваться экипировкой для скандинавской ходьбы. Зрителям особенно тепло принимали хор ветеранов Королёва, вместе с которыми песни пел весь зал, и детские творческие коллективы.

Заместитель Главы администрации Виктория Королева, обратившаяся с приветственным словом к гостям фестиваля «Золотой возраст», сказала, что гордится такими активными жителями Подмосковья старшего возраста и именно их целеустремлённость и позитив вдохновили организаторов на создание такого масштабного мероприятия: «Мы могли бы сделать что-то подобное только для жителей города Королёв. Но ведь самое главное, чего мы хотим, это чтобы вы были счастливы, думали о себе, жили в своё



удовольствие, творили и делились друг с другом. И конечно, надо дружить, дружить городами. Поэтому сразу было принято решение сделать этот фестиваль открытым и пригласить гостей из соседних муниципалитетов. И нам бы очень хотелось, чтобы в каждом из них тоже организовали такое мероприятие, чтобы у нас в итоге было 12 фестивалей в году и мы бы ездили друг к другу в гости». На такое предложение Виктории Королевой зал отреагировал бурными овациями.

Приятным сюрпризом для королёвцев стала новость о том, что уже в начале весны планируется открыть второй клуб «Активное долголетие». Он расположится на улице Дзержинского и займёт площадь 500 квадратных метров.

Среди почётных гостей на фестивале присутствовала депутат Мособлдумы Алла Полякова. Она рассказала, что такая работа с людьми старшего возраста проводится не просто для поддержания здорового образа жизни, а с целью сформировать у них именно новый образ жизни – более активный, позитивный.

«Пусть у пенсионеров будут дела помимо семейных – интересы, хобби, пусть они собираются и общаются вместе. А мы будем всячески этому способствовать, организуя праздники, фестивали, экскурсии, обустроявая специальные площадки для обмена мнениями и идеями», – сказала Алла Полякова.

ФОТО ДАРЬИ БОНДАРЧУК  
И АЛЕКСЕЯ КАРТЫШОВА



В результате голосования на портале «Добродел» сформировали список самых популярных занятий: скандинавская ходьба, йога и дыхательная гимнастика, танцы, пение, курсы компьютерной грамотности, физическая культура, бассейн, творчество, туристические поездки по Подмосковью.

Все мероприятия в рамках проекта «Активное долголетие» бесплатные.

Получить подробную информацию и записаться можно по телефону 8-495-516-6190, на сайте <http://dolgoletie.mosreg.ru/> и с помощью мобильного приложения «Соцслужги».