

Делай как мы, делай лучше нас!

В 2018 году Ярославскому отделению Союза пенсионеров России исполнилось 20 лет



Рождественский бал.

Не сидите дома!

Союз пенсионеров был создан в 1998 году. Основной его целью стала помощь в решении проблем пожилых людей.

Сейчас в Ярославском отделении Союза пенсионеров много активных людей, и основной задачей, которую сегодня ставит перед собой правление, стало вовлечение пенсионеров в занятия самыми разными видами спорта и творчества.

— Нередко, выйдя на пенсию, человек не знает, чем занять освободившееся время, — считает председатель Ярославского регионального отделения общероссийской общественной организации «Союз пенсионеров России» Валентина Быкова. — Мы создали клубы по интересам, и занимаются в них люди от 55 до 80 лет. И даже старше!

В здоровом теле - здоровый дух

Одно из направлений деятельности Ярославского отделения Союза пенсионеров — спор-

тивное. Это заслуга Валентины Быковой. Чемпионка СССР и России по многоборью не только сама увлечена спортом, но и вовлекает в занятия физической культурой своих сверстников.

— Начали мы со скандинавской ходьбы, — рассказывает она. — Учимся не «выгуливать палки», а ходить правильно, так, чтобы работал плечевой пояс, нормализовалось дыхание.

В 2018 году ярославские пенсионеры поэтапно прошли 100-километровую дистанцию, посвятив этот спортивный подвиг 100-летию революции и 100-летию комсомола. Каждый год в августе команда от Ярославля отправляется на Спартакиаду пенсионеров России в Новосибирск. Перед этим отборочные соревнования проводятся в районах области и города. Пожилые люди состязаются в плавании и настольном теннисе, в стрельбе, дартсе и сдаче норм ГТО.

По Золотому кольцу

Те, кому интересно познавать мир и изучать родной край,

занимаются краеведением. При чем не только в библиотеке, слушая лекции и читая книги. В год 50-летия Золотого кольца России пенсионеры побывали во всех городах популярного туристического маршрута. А в День мышцы в Мышкине они дали двухчасовой концерт, покоров сердца не только жителей провинции, но и гостей города. Прошлись по мышкинским пригоркам скандинавской ходьбой и даже приз завоевали — полголовки сыра!

В Сергиевом Посаде участвовали во Всероссийском поединке хоров, а в Суздале выступили с танцевальной программой на площадке фестиваля «Медовуха-Fest».

И, конечно же, в городах Золотого кольца посетили все музеи.

Я танцевать хочу...

Любители поэзии и те, кто пишет стихи или прозу сам, собираются в «Литературной гостиной». Хоровые коллективы выступают на концертах и фестивалях, устраивают праздники



Буги-вуги на Советской площади.

в домах престарелых. Танцоры выступают в ДК и на открытых площадках. Впервые Союз пенсионеров поразил горожан своей неисчерпаемой танцевальной энергией в марте 2013 года, когда вместе с молодыми танцорами на Советской площади полторы сотни человек в течение часа лихо отплясывали буги-вуги. Танцевали на различных мероприятиях и в костюмах Дедов Морозов. А сейчас увлеклись танцами историческими, и вылилось это в самый настоящий бал. Под руководством Нины Федоровны Красильниковой разучили танцы 19-го века, сами сшили бальные платья.

Бал прошел 7 января в Доме культуры ВОС. К тем, кому «за», присоединились и молодые танцоры, участники студии социально-исторических танцев «Тайный век». На балу выбрали короля и королеву вальса. Ими стали ярославские пенсионеры Алла Захарычева и Павел Смирнов.

— Я с молодости люблю танцевать, — рассказала Алла Захарычева. — Для меня танцы — это жизнь и вдохновение. У нас два танцевальных коллектива — «Вдохновение» и «Гармония». За три года мы выучили 16 танцев. А специально к балу подготовили еще десять!

Павлу Смирнову больше по душе спортивные танцы: самба и ча-ча-ча, румба и танго. Он танцует уже 8 лет, занимаясь во Дворце культуры «Магистраль».

Наши руки не для скуки

Декоративно-прикладное направление дает толчок к твор-

ческому развитию в любом возрасте. Мастерицы шьют, вяжут, вышивают, создают настоящие шедевры в технике лоскутного шитья.

— Мы проводим выставки «Вторая жизнь старых вещей», — рассказала известная ярославская мастерица Нинель Паршина. — Ведь из старых вещей можно создать шикарные изделия, которые прослужат еще долго. Я провожу по два занятия в неделю, некоторые приходят, совсем не умея шить, и начинают учиться. Для этого мы купили швейные машинки.

Планов громадье

Планов у Ярославского отделения Союза пенсионеров великое множество.

— Мы хотим проводить утренние зарядки на свежем воздухе во всех районах города круглый год, — поделилась Валентина Быкова. — «ЯрЗарядка» проходит только летом и в центре, куда из отдаленных районов пожилым людям добраться проблематично. Еще мы хотим выступить с историческими бальными танцами в День города. Это можно сделать в одном из городских парков. В муниципалитете наши идеи поддержали.

Есть у членов Ярославского отделения Союза пенсионеров и еще одна мечта: они хотят, чтобы в нашем городе помимо ДК был еще и дом пенсионеров. Тогда будет где и танцами заниматься, и хоры готовить, и швейному делу учиться, и компьютерную грамотность осваивать.

Ирина ШТОЛЬБА
Фото автора



Зимний карнавал на Даманском.



День снега в Юбилейном парке.