

## **В ЮАО рассказали о призерах городского проекта «Лица района»**

23.12.2020

Проекты добрососедства, дружбы и взаимной поддержки, личностного развития и роста представили жители Южного округа на городском конкурсе «Лица района». Как дружить семьями, быть полезным соседом, правильно ставить цели и раскрыть свой потенциал – об этом рассказали авторы инициатив.

### **К соседям с любовью**

На творческом соревновании директор досугового центра «Маяк» района Зябликово Ирина Бородатова представила проект «Добрососедство». Его цель — объединить жителей района, помочь найти единомышленников и специалистов по различным бытовым, консультационным услугам.

«Я живу в Зябликове с детства, и мне всегда хотелось, чтобы в районе была своя особая атмосфера дружбы и взаимопомощи. Когда стала директором досугового центра, то увидела большие возможности исполнить мечту, объединить соседей по интересам, помочь им увидеть возможности и выгоду при взаимодействии друг с другом», — рассказала Бородатова.

Реализация проекта в районе проходила в несколько этапов. В начале организаторы приглашали жильцов на встречу «Праздник двора. Давайте знакомиться», на которой соседи обменивались контактами и рассказывали о своих интересах, увлечениях, работе. Такие теплые встречи сопровождались развлекательной программой, детской анимацией, баранками и чаем. «В скором времени мы могли рассказать, кто в доме поможет с услугами маникюра или груминга, кто сможет отвезти ребенка в школу, помочь с уборкой и прочее», — пояснила автор проекта.

Второй этап — «Праздник двора. Давайте дружить». Это уже более серьезные встречи: для жильцов проводились семинары по профилактике краж, терроризма, безопасности, с участием представителей управы района и «Жилищника» обсуждались вопросы благоустройства дворов.

«Мы наладили дружественные контакты с каждой стороной, и полагаю, что такие встречи дали свои плоды. Мы видим, что соседи эмоционально более уверены и защищены, они знают, что вопросы и задачи, которые появляются в их жизни, можно разрешить, им помогут и подскажут», — отметила глава досугового центра.

### **Большая семья**

Еще один проект, объединяющий жителей района, — «Образованная семья – Культурная Россия». Как рассказала автор инициативы Алия Харитоновна, это клуб, где многодетные семьи района становятся ближе друг другу, находят общие интересы и увлечения, делают совместные закупки продуктов, одежды, игрушек, выручают в сложной ситуации.

Клуб в Зябликове работает уже не первый год, и сегодня в нем уже более 100 семей. «Мы начинали с небольших встреч в районной библиотеке, приходили пообщаться мамами и поиграть с детьми. Потом решили, что можно не просто «чаевничать», но и устраивать полезные мастер-классы, решать какие-то проблемы сообща, ведь когда семья большая задачи по ее содержанию, уходу, да и просто досугу – это большой труд», — отметила Харитоновна.

На таких дружеских встречах родители и дети устраивают концерты, тренируют навыки публичных выступлений. В планах — создание тематических кружков для подростков. «Это молодое поколение заслуживает своего места, там, где они смогут развивать способности необходимые в дальнейшем, просто общаться, не на лавочках у подъезда, а, например, в библиотеках или досуговых центрах районов», — пояснила активистка. Кроме досуговой жизни в районе многодетные семьи организуют совместные туристические поездки.

Проект постоянно развивается: его участники находятся на связи, в том числе проводят встречи онлайн, обсуждают насущные вопросы и планируют следующий год. «Хотим, чтобы к нам могли присоединиться не только многодетные семьи, но и все родители, которые имеют активную жизненную позицию и хотят интересной коммуникации для себя и своих детей», — добавила Харитоновна.

### **Мотивация и успех**

Одним из призеров проекта «Лица района» стал бизнес-тренер Павел Вербняк с авторской программой, которая помогает разобраться в себе, поставить цели и вывести свою жизнь на качественно новый уровень.

«Моему проекту почти 10 лет. Воспоминаю себя тогда. Я решил достигать большего, сделать так, чтобы ставить и эффективно достигать своих целей в разных областях жизни, стать лучше. Изучал биографии и автобиографии высокорезультативных людей, спортсменов, лидеров, книги по психологии и бизнесу, тренеров по эмоциональному и личностному развитию, подбирал практики и

пробовал их на себе. Спустя несколько лет я собрал теоретическую и практическую базу, прошел обучение у коллег со всего мира и создал методику «УМ — Успешное мышление», — рассказал Вербняк.

В рамках своих курсов бизнес-тренер помогает правильно ставить цели в жизни и работе, раскрыть профессиональные и личные возможности учеников. «Я уверен, что каждый человек способен быть максимально эффективным и при этом получать удовольствие от жизни, не концентрироваться на чем-то одном, а успевать во всех интересующих сферах, нужно лишь правильно настроиться», — отметил он.

### **Правильные цели**

О мотивации на конкурсе говорила и Лилия Абраменко. Ее проект «Свое место в городе» получил награду «За волю к победе». Она представила цикл лекций о том, как правильно ставить цели в жизни, «не тушить пожары и разрешать конфликтные ситуации с самим собой и окружающими», а не допускать их.

Лекции условно можно разделить на теоретическую базу и практику с заданиями и примерами. «Пройдя большое количество психологических марафонов, курсов и тренингов, я поняла, что многие из них не дают практического решения вопроса: как же найти энергию и мотивацию, чтобы жить интересно и делать новое. Тогда я систематизировала свои знания и подкрепила реальными психологическими примерами. Так получилась эффективная программа», — рассказала Абраменко.

За год существования проекта на ее выступлениях побывало более 1000 человек, программа была представлена и в столице, и в 7 городах России. «Некоторые участники мастер-класса спустя какое-то время смогли сделать тот важный шаг, принять себя, поставить цели и, например, начать бизнес. Это прекрасно подтверждает мой девиз, что все получается у тех, кто этого действительно хочет», — добавила она.

В 2021 году конкурсантка планирует возобновить свою творческую работу — помогать людям понимать себя, развиваться и создавать новое.

### **О конкурсе**

На конкурс «Лица района» поступило более 1,2 тыс. заявок от активных горожан. Они представили свои проекты и инициативы по совершенствованию городской среды, развитию спорта, культуры, досуга.

Участники проходили тестирование, делали презентации собственных практик, демонстрировали знание основ программы «Мой район», которая нацелена на развитие жилых районов Москвы с учетом пожеланий жителей и при их активном участии. Победителями конкурса стали 30 человек, призерами – еще 86 человек.

---

Адрес страницы: <http://orehovo-borisovo-juzhnoe.mos.ru/presscenter/news/detail/9573591.html>

---

[Управа района Орехово-Борисово Южное города Москвы](#)