

КАНДИДАТ В ДЕПУТАТЫ
ОКРУГ № 4

Константин БЕЛКИН

Сегодня, благодаря встречам и общению с вами, жителями нашего микрорайона, благодаря вашим обращениям в общественную приемную, стали очевидны проблемы, мешающие повысить благоустройство и качество жизни нашей части старого города. Слушая вас, я наметил пять шагов, способных помочь распутать клубок застарелых проблем, воссоздать новые алгоритмы благоустройства округа и помочь жителям родного микрорайона возродить достойные условия жизни.



**СЛУШАТЬ ЛЮДЕЙ,
ПОМОГАТЬ ЛЮДЯМ**

ПЯТЬ ШАГОВ КОНСТАНТИНА БЕЛКИНА

Программа «Пять шагов» родилась из ваших пожеланий и обращений. Как кандидат в депутаты Волгодонской городской Думы, я принимаю их в качестве ориентира для работы.

Дорогу осилит идущий, а любая дорога — начинается с первого шага. Мы сделаем первые пять шагов вместе!

ШАГ ПЕРВЫЙ: ШКОЛА — ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ

Школа № 9 имени Игоря Учаева, где я учился, была в свое время центром жизни в микрорайоне. После уроков мы шли на школьный стадион, гоняли в футбол и в баскетбол, ходили на школьные вечера с девочками.

Сегодня школа окружена забором, а спортивный городок стал проходным двором. Чиновники обещают начать реконструкцию уже три года. Но разговоры о безопасности детей остаются разговорами. На школьной территории установлен антивандальный тренажерный комплекс. Но на нем никто не занимается.



Что можно сделать?

- Восстановить забор, отремонтировать тротуары вокруг школы. Восстановить покрытие, отремонтировать игровые площадки и тренажеры. Вернуть детей и подростков в школьный спортгородок. Организовать программу регулярных спортивных мероприятий.

Что мы получим?

- В шаговой доступности — крупный спортивный комплекс, подходящий для всей семьи. Центром интереса станет школа, а не улица.
- Три благоустроенных объекта: школьный стадион с игровыми площадками и беговой дорожкой, антивандальный тренажерный комплекс и большой детский комплекс.

ШАГ ВТОРОЙ: ПАРКОВКИ — ЛЮДЯМ!

В Волгодонске около 140 тыс. машин, и число их растет. Но парковок нет: автомобилями забиты внутриквартальные дороги, газоны и придомовые территории. Особенно остро эта проблема стоит в старом городе.

Город не «резиновый», и расширить его усилием воли не получится. Но есть решения, которые помогут навести порядок.



- Формирование досугового центра на открытом воздухе рядом со школой № 9. Так как он объединит три крупных объекта, то в остальных дворах нужны будут лишь площадки для самых маленьких. Остальные участки могут быть реорганизованы, в том числе для парковок. Решение примут жители общим голосованием.
- Упрощение разрешений на обустройство парковок во дворах для тех, кто решил это сделать за свой счет. В некоторых дворах — дополнительное бюджетное финансирование.
- Депутатская работа по выделению бюджетных средств на создание парковок возле малоквартирных домов, где жильцы не могут позволить себе строительство.

ШАГ ТРЕТИЙ: ВЕРНУТЬ ПОСТРОЕННОЕ ОТЦОМ — ЛЮДЯМ

Вторую жизнь — зданию бывшего детского сада «Лесовичок», которое строил еще мой отец в 1981 году. Сегодня здесь собираются любители выпить и покурить, ищут «острых ощущений» школьники.

Городская администрация не первый год рассказывает о планах капитального ремонта здания и разработке проектно-сметной документации на «скромную» сумму в 136 миллионов рублей. Чиновники делают упор на возврат садика в сеть дошкольных учреждений Волгодонска. Но давайте посмотрим на проблему критично:

- Нуждается ли район в еще одном дошкольном учреждении? Нет, не нуждается. В Волгодонске малыши от трех до семи лет обеспечены дошкольными

учреждениями. В округе есть садик «Голубые дорожки». Еще два детских сада в шаговой доступности — «Буратино» и «Космос».

- Чего хотят люди, живущие в районе, на этом месте? Считаю, что новый проект должен быть утвержден с учетом мнения и пожеланий жителей, под контролем депутата и инициативной группы граждан.
- Реконструкция «Лесовичка» должна пройти не ради освоения бюджетных средств, а на пользу микрорайону.

ШАГ ЧЕТВЕРТЫЙ: ПЕНСИОНЕРАМ — ДОСТОЙНЫЙ ДОСУГ



Еще одно «бельмо на глазу» — помещение бывшей женской консультации в многоквартирном доме. Принадлежит управлению здравоохранения Волгодонска, по назначению не используется больше пяти лет. Ветшает и разрушается.

- Почему администрация хочет сдать объект в аренду за неподъемную сумму в 72 тыс. рублей в месяц? Почему не хочет получить через одну из федеральных программ средства на восстановление и перепрофилировать его в социальный объект?
- Я вижу в этом месте возможность создания Центра досуга пенсионеров. Это вызов и достойный повод для приложения сил депутата Волгодонской городской Думы.

ШАГ ПЯТЫЙ: РАЗРАБОТКА 5-ЛЕТНЕЙ ПРОГРАММЫ РАЗВИТИЯ

Благодаря вашим обращениям в общественную приемную, я много узнал о том, чем живут люди в нашем округе. Для решения всех проблем нужна отдельная программа. Я рассчитываю создать ее с вашей помощью. Спасибо за неравнодушие, вместе мы обязательно справимся!

ТЕЛЕФОН ОБЩЕСТВЕННОЙ
ПРИЕМНОЙ
КАНДИДАТА В ДЕПУТАТЫ
КОНСТАНТИНА БЕЛКИНА
+7 918-893-76-30

СТАРСТЬ В РАДОСТЬ

*Хорошее правительство
распознается благодаря тому,
как оно относится к детям, старикам,
больным и нуждающимся.*

Гораций (65–8 до н. э.)

ЖИВОЕ ОБЩЕНИЕ

Э то та ценность, которая в таком мизерном количестве доступна нашим пенсионерам и людям старшей возрастной группы. Вот и вынуждены они добирать эмоциональные контакты в поликлиниках, на почте, в общественном транспорте. Вместо того, чтобы за чашечкой чая с вареньем вести неспешные разговоры. За вниманием и возможностью завести новые знакомства приходят в такие центры люди.

Идею открытия досугового центра для жителей своего микрорайона давно вынашивает кандидат в депутаты городской Думы Константин Белкин:

— Мне действительно близка эта идея. И чем чаще я вижу, в каком состоянии находится пустующее помещение бывшей женской консультации, тем больше мне хочется решить этот вопрос. Ну посмотрите сами: «Активное долголетие» в Подмосковье и Москве. Я считаю, это вообще одна из лучших социальных программ новейшего времени! Люди счастливы. Они каждый день просыпаются ради того, чтобы жить. Не ждать деменции, не угасать. Ездят на экскурсии, в парках занимаются йогой, ходят на выставки. Заводят знакомства, даже романы — да-да, романтические отношения! Они нужны друг другу, нужны обществу, в котором живут.

И не нужно говорить, что бюджеты несравнимы — столичный и наш. Это не вопрос денег. Это вопрос воли. Была бы воля — деньги найдутся. Поддержат крупные компании, область поддержит. У нас есть база — помещение. А в городе есть энтузиасты, у которых за плечами опыт. Центр адаптивного спорта, который развивается за счет гранта. Есть школа «Золотого возраста», ее тоже развивали волонтеры и те, кому не всё равно. Я хочу, чтобы такой центр появился и в нашем районе.

Социализация и улучшение качества жизни пенсионеров — основной смысл создания подобных центров. В Волгодонске работает немало детских студий и центров досуга молодежи, но жители старшей возрастной группы, к сожалению, вынуждены решать вопрос социальной изоляции в меру собственных сил и возможностей.

РАБОТА ОБЩЕСТВЕННОЙ ПРИЕМНОЙ

Под окнами дома разрушенный детсад «Лесовичок», в его развалинах играют дети. Проблема с парковкой, возможно ее размещение в торце бывшего детсада. Наличие аварийного дерева над газовой трубой. Плохое состояние скамеек у подъездов. Просел фундамент, необходим ремонт 1-го подъезда.

Жители д. 78 по ул. Ленина

Аварийная дорога к школе № 9: большая лужа, ямы, выбоины, пройти невозможно. Просела отмостка за домом. Недостаточно внутридомового освещения. Аварийное дерево у подъезда № 1, необходима обрезка верхних веток (уже был несчастный случай со смертельным исходом). Старые скамейки у подъездов.

Жители д.76 по ул. Ленина

Благоустройство общей детской площадки для домов 1,3 и 5 — место позволяет установить поле для мини-футбола.

*Коллективное обращение
жителей ул. 50 лет СССР*

Сзади дома строительный мусор, не вывозится после капитального ремонта. Имеются аварийные деревья. Аварийное состояние бывшей агитплощадки — торчат трубы срезанных лавочек.

Жители д. 91 по ул. Горького



Если вы устали от того, чем занимались первую половину жизни, то начните ее вторую половину с того, чего хочется вам! Старая, мы боимся выйти из дома в страхе потерять что-то важное. Так давайте выходить, чтобы что-то важное найти.

Если в двух словах попытаться объяснить главный смысл работы досугового центра для людей старшей возрастной группы, то, скорее всего, он прозвучит так: чтобы старость была в радость...

Относительно новое движение в социальной жизни России — активное долголетие — стремительно набирает популярность не только в Первопрестольной. В регионах национальный проект «Демография», включающий направление «Старшее поколение», тоже набирает обороты.

Более того, оценив эффективность, востребованность и привлекательность этой социальной формы работы, интерес к созданию досуговых центров проявили и предприниматели. Там, где есть живой интерес и живые люди, возможна и коммерческая эффективность.

ДОМ ПИОНЕРОВ НАБОРОТ

Что же представляет собой досуговый центр? Это место, куда несколько раз в неделю приходят люди старшей возрастной группы. Они занимаются в студиях по интересам и учатся чему-то новому.

Интернет, социальные сети, приложения к смартфону — пенсия пенсией, но жизнь продолжается! Один грамотный и терпеливый инструктор за день-другой может обучить азам информационной грамотности целую группу пенсионеров.

Одним интересны сайты, другим — тренер, чтобы освоить безопасную скандинавскую ходьбу, йогу или ЛФК. Кто-то хочет выучить английский, а кто-то — узнать о правильном питании как основе долголетия и здорового образа жизни.

Пение и танцы, изучение иностранных языков, рисование и художественно-прикладное творчество, шашки и шахматы, организация совместных экскурсий, изучение основ фотографии: список направлений и расписание занятий может быть бесконечным... Вопрос лишь в технических возможностях здания и количестве инструкторов-преподавателей.

МИФЫ О ПИТАНИИ: КАКАЯ ЕДА ВРЕДНАЯ, А КАКАЯ ПОЛЕЗНАЯ НА САМОМ ДЕЛЕ

САХАР СЧИТАЕТСЯ БЕЛОЙ СМЕРТЬЮ. ИЛИ ЭТО ПРО СОЛЬ? НЕ ВАЖНО, ВЕДЬ САМОЕ ГЛАВНОЕ – УБРАТЬ ИЗ РАЦИОНА ВСЕ ЖИРЫ, А ТО СОСУДЫ ЗАПОЛНЯТ АТЕРОСКЛЕРОТИЧЕСКИЕ БЛЯШКИ. ХОТЯ ВЕДЬ ЕСТЬ И ПОЛЕЗНЫЕ ЖИРЫ. А ЕСЛИ ХОТИТЕ ПОХУДЕТЬ, ТО ОТКАЖИТЕСЬ ОТ КАРТОШКИ, МАКАРОН И ШОКОЛАДА! НО УГЛЕВОДЫ НУЖНЫ ОРГАНИЗМУ... ЗАПУТАЛИСЬ?

Среди указаний о том, как питаться вкусно и полезно, бытует множество мифов. Слепое следование советам диетологов может нанести реальный вред здоровью. Или как минимум испортить настроение вынужденным отказом от любимых блюд. Людям с хроническими заболеваниями стоит следовать той диете, которую прописал врач. Всем остальным нужно с умом подходить к составлению рациона. И не верить всему, что утверждают безымянные эксперты.

ВОТ САМЫЕ РАСПРОСТРАНЕННЫЕ МИФЫ О ЗДОРОВОМ ПИТАНИИ:



1. Коричневый сахар полезнее белого. На самом деле речь идет о степени очистки сладости. Коричневый сахар не подвергается такой глубокой переработке, как белый. И потому сохраняет небольшое количество полезных микроэлементов. Но калорийность одинаковая. Так что нет особой разницы. Чаще всего это лишь уловка маркетологов, ведь коричневый сахар стоит дороже.

2. Белый хлеб намного вреднее, чем черный. По сути, любой хлеб вызывает подъем уровня сахара в крови. Лучше смотрите, из муки какого помола выпечена буханка и что в нее добавлено: мука грубого помола и отруби не вызывают резкого скачка сахара в крови. А значит, в целом полезнее. Но все равно не стоит съедать больше двух кусочков в день.



3. Ананас, грейпфрут и петрушка помогают похудеть. Никакие продукты не помогут сбросить вес, если ежедневно съедать в два раза больше калорий, чем нужно. Веществ, расщепляющих жиры и белки, в ананасе и грейпфруте содержится не так много. Так что, если увлечься, можно скорее испортить себе желудок, чем похудеть.



4. Нельзя есть после 18:00. Это правило актуально, только для тех, кто ложится спать в 9–10 вечера. Тем, кто привык укладываться в районе полуночи, стоит перекусить творогом или куриной грудкой около девяти часов вечера. Потому что долгие перерывы между ужином и завтраком вредят желудку и замедляют скорость обмена веществ.

5. Жир вреден. Смотря какой. В авокадо, нерафинированном растительном масле и некоторых сортах рыбы содержатся ненасыщенные жирные кислоты, необходимые для красоты и здоровья.



По большому счету можно есть всё что угодно. Разумеется, кроме чипсов, фаст-фуда и прочих совершенно ненатуральных продуктов. Главное – во всем соблюдать умеренность. И не навредить здоровью.

