

СТРАНА *и* МЫ *вместе*

0+ Социальный информационно-аналитический журнал



ВЫГЛЯДЕТЬ НА «ОТЛИЧНО»

ЖЕНСКОЕ ЛИЦО СИЛЬНОЙ РОССИИ

ХОРЕОГРАФИЯ ЛОМАНЫХ ЛИНИЙ

ТУРИЗМ, НЕ ЗНАЮЩИЙ ПРЕГРАД

A scenic autumn landscape featuring a dirt path that leads into a forest. The trees are in various stages of autumn, with some showing vibrant red and orange foliage, while others are still green. A street lamp is visible on the left side of the path. The overall atmosphere is warm and peaceful, with soft lighting suggesting a late afternoon or early morning setting.

РАВНЫЕ ПРАВА —
РАВНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ

СОДЕРЖАНИЕ

ИНКЛЮЗИЯ	
Выглядеть на «отлично»	2
ОБРАЗОВАНИЕ	
Профессию — каждому	6
ВАЖНАЯ ТЕМА	
Женское лицо сильной России	10
ИННОВАЦИИ	
«Катаржина»: движение жизни	14
Экскурсия в темноте	42
МОЯ СЕМЬЯ	
«Я love тебя», или незаурядная семейная история	20
МОСКОВСКИЙ ЭКСПЕРИМЕНТ	
Уверенные шаги пилотного проекта	26
ДОСТУПНАЯ СРЕДА	
Первая тактильная икона в Подмосковье	28
СПОРТ	
Туризм, не знающий преград	30
СУДЬБЫ ЛЮДСКИЕ	
Ежедневное счастье Виктора Пискунова	36
ИНТЕГРАЦИЯ	
Хореография ломаных линий	44
ЖИЗНЬ ВОПРЕКИ	
Несломленная	52
МИЛОСЕРДИЕ	
Ромашковый праздник для особенных детей	56
КАК У НИХ	
Быть или не быть всероссийскому Дню отца?	64
ЭКОЛОГИЯ ДУШИ	
На консультации у психолога	66
ЛИТЕРАТУРНАЯ ГОСТИНАЯ	
Радио «Зазеркалье»	70
ЧУДОТВОРНАЯ	
Икона Божией Матери «Споручница грешных»	74
СВЯТЫНИ РОССИИ	
Храм святых бессребреников и чудотворцев Космы и Дамиана на Маросейке	76
ОКНО В МИР	
Город мечты	78
ДЛЯ ЛЮБОЗНАТЕЛЬНЫХ	
Гоя: испытания судьбы и вечность таланта	80
ЗДОРОВЬЕ	
Осторожно, головная боль!	82
ХОЗЯЮШКА	
Овощ долголетия	84



14



36



44



56



ВЫГЛЯДЕТЬ НА «ОТЛИЧНО»

Необычный «открытый урок» прошел накануне нового учебного года в международном мультимедийном пресс-центре МИА «Россия сегодня». Он состоял из двух частей: показа модной коллекции одежды для школьников с инвалидностью и пресс-конференции на тему школьной формы для особых ребят.

День знаний в этом году отмечен важным событием: вступили в силу Федеральные государственные образовательные стандарты для учеников с ограниченными возможностями здоровья и интеллектуальными нарушениями. По замыслу разработчика документов, Министерства образования и науки России, это повысит доступность и качество образования для детей со специальными образовательными нуждами. По новым стандартам школы, где учатся ребята с инвалидностью, должны будут соответствовать определенным требованиям. Это и доступная архитектурная среда, и адаптированная программа, и специальное психолого-педагогическое сопровождение.

Двигаясь по пути инклюзивного образования, необходимо учитывать потребности особых учеников и в специальной школьной форме — адаптивной, каче-

ственной и стильной. Эту тему обсудили участники пресс-конференции «Открытый урок: школьная мода равных возможностей». Главными героями «урока» стали сами дети. Они продемонстрировали уникальные модели школьной формы, разработанные специально для детей с инвалидностью.

ПЛИССИРОВАННЫЕ ЮБКИ И КУРТКИ ЛЕТЧИКОВ

Авторы школьной коллекции — российские дизайнеры: генеральный директор компании «Ортомода» Галина Волкова и Максим Долинин. Они разработали целую линейку моделей, чтобы дать возможность выбора школьникам с особенными потребностями. Каждый предмет гардероба был выполнен индивидуально.

— Модели изготовлены под каждого ребенка, с учетом его анатомических и функциональных особенностей. Визуально они не отличаются от обычной формы, но в них много скрытых, незаметных деталей. Это и внутренние застежки, потайные молнии, специальная обувь с ортопедической стелькой. Одежда выполнена по специальному ГОСТу и имеет регистрационное удостоверение Росздравнадзора, — рассказала Галина Волкова.

Школьная коллекция выполнена из трикотажных полотен «джерси» классических цветов: синего, серого и зеленого, также использовалась полушерсть в клетку. В моделях присутствуют популярные у детей «плиссе», детали из экокожи и велюра.

Девочки продемонстрировали традиционные сарафаны с разной величиной проймы, которые легко одевать и снимать детям с ДЦП и нарушениями функций верхних конечностей. Трикотажные пиджаки с потайными молниями в боковых швах и не фиксированным объемом низа удобны для тех ребят, которые пользуются инвалидными колясками. Платья также имеют боковые потайные молнии для легкого снятия и одевания. Для детей с выраженным сколиозом и тех, кто носит корсеты, разработаны мягкие куртки «бомберы». Юбки и брюки снабжены специальной эластичной резинкой на талии.

Все модели разработаны с участием самих детей и с учетом их пожеланий. Так, в коллекцию по просьбе ребят были дополнительно включены длинная плиссированная юбка, куртка с капюшоном, клетчатое платье-трапеция.

«НИЧЕГО ДЛЯ НАС БЕЗ НАС»

Одна из участниц модного показа Соня предпочитает «девчачьи» цвета в одежде, розовый и фиолетовый, и считает, что школьная форма для девочек должна быть женственной. Вместо предложенных брюк Соня выбрала комплект из плиссированной клетчатой юбки, белой блузы с оборками и темного жакета.

— Школьная форма нужна, потому что она стильная и удобная, ее легко самому надевать и снимать, и материал приятный, — поделился другой участник показа Иван в модной и легкой куртке «бомбер». Ване, который передвигается на инвалидной коляске, важно чувствовать себя комфортно и выглядеть хорошо. Он мечтает поступить во ВГИК и стать кинорежиссером. Сейчас юноша учится в общеобразовательной школе и считает, что инклюзивное образование поможет ему осуществить профессиональную мечту.

Дженнет Базарова, девочка-колясочница с диагнозом «хрупкость костей», тоже мечтает в будущем





работать телеведущей. Она недавно получила карту «Юный корреспондент» от телецентра. У Дженнет, несомненно, хороший вкус: для школьной формы она выбрала деловое серое клетчатое платье. Елена Ханга, ведущая пресс-конференции, пообещала девочке в будущем обязательно посетить ее телепередачу в качестве гостя. Елена также вспомнила, что у нее была школьная форма мрачного серого цвета, которая все десять лет навевала чувство безысходности.

Еще одна участница модного показа юная Настя тоже уверена, что одежда играет важную роль в жизни человека. Девочка убеждена: красивая и стильная школьная форма поможет ей поверить в себя и научиться ходить после сложных хирургических операций.

— Однажды у классика спросили: как надо писать для детей? Он ответил: так же, как для взрослых, только лучше. Так же надо и шить для наших детей: как для элегантных женщин и модных мужчин, только лучше. Отраднo, что в этом проекте был реализован посыл: «ничего для нас без нас», и ребята сами подсказывали дизайнерам, какие модели они хотят носить, — подчеркнул Николай Малофеев, вице-президент Российской академии образования, директор Института коррекционной педагогики РАО.

А Татьяна Потяева, Уполномоченный по правам человека в городе Москве, добавила:

— Это не просто нужный и красивый показ. Это и демонстрация толерантности, равных возможностей, которые обязательно должны быть во всех школах, реализующих программы инклюзивного образования. Школьная форма организует, придает деловой вид ребенку и помогает сгладить социальное неравенство в обществе.

ПОДДЕРЖАТЬ ПРОЕКТ ШКОЛЬНОЙ ФОРМЫ

После модного показа участники пресс-конференции обсудили проблемы развития инклюзивного образования, в частности необходимость бесплатно получать специальную школьную форму для особенных учеников. Был поднят вопрос о внесении формы для детей с инвалидностью в список средств технической реабилитации.

— Несколько специализированных изделий одежды для инвалидов внесены в федеральный перечень технических средств реабилитации, — отметила Галина Волкова. — Столичный Департамент труда и социальной защиты населения также этому активно содействует, все желающие в Москве обеспечиваются брюками, специальной ортопедической обувью. Много возможностей для научных разработок в этом направлении предоставляет Минпромторг. Однако школьная форма еще не получила поддержки ведомства, и это следующий вопрос, который мы вынесем на обсуждение.

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Ирина Терехина, заместитель директора Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей Министерства образования и науки РФ:

— 1 сентября более 750 тысяч детей с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья пошли в школы. Большая часть этих детей будут обучаться в условиях инклюзии, они созданы в более чем девяти тысячах школ. Таким образом, каждая пятая школа Российской Федерации готова работать с особенными детьми.

Людмила Бокова, заместитель председателя Комитета Совета Федерации по конституционному законодательству и государственному строительству, также подчеркнула необходимость развития проекта школьной моды и пообещала «поднять вопрос на должный уровень».

Проект школьной модной формы пришли поддержать знаменитые деятели российского кино, народные



артисты России Алла Сурикова, Светлана Дружинина, Анатолий Мукасей. По словам Светланы Дружининой, у людей с ограниченными возможностями здоровья есть особая миссия на земле, высший долг — «они должны показать, что ничем не хуже, а лучше многих»:

— У вас есть сердце, способное сострадать, понимать, чувствовать, и голова, и нужно использовать все возможности, которые даны свыше, чтобы развиваться, стремиться к целям, вдохновлять, радовать и дарить добро.

В завершение мероприятия артисты пожелали всем ребятам душевных и физических сил и успехов в новом учебном году. А авторы модной коллекции подарили детям представленные образцы школьной формы.





ПРОФЕССИЮ — КАЖДОМУ

В августе 2016 года в Госдуму внесен законопроект, по которому дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, смогут получить профессиональное образование бесплатно независимо от формы обучения. Пока законодатели совершенствуют нормативно-правовую базу, воспитанники центров содействия семейному воспитанию города Москвы уже активно поступают в средние и высшие учебные заведения.

Этот законопроект был внесен в Госдуму на рассмотрение Законодательным собранием Санкт-Петербурга. Если закон будет принят, дети-сироты смогут рассчитывать на полное государственное обеспечение при получении профессионального образования независимо от формы обучения. Стоит отметить, что речь идет как о детях-сиротах, так и о детях, оставшихся без попечения родителей.

До 2014 года льготы при поступлении в высшие учебные заведения детям-сиротам предполагались только при поступлении на подготовительное отделение многих вузов. После внесения в 2015 году Государственной думой ряда поправок в законодательство Российской Федерации об образовании ситуация изменилась. Напомним, что согласно закону «Об образовании в Российской Федерации» дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, имеют право на льготное поступление вне конкурса в государственные образовательные учреждения среднего профессиональ-

ного образования и в высшие учебные заведения при условии успешной сдачи экзаменов. Они также имеют право на обучение на подготовительных отделениях образовательных организаций высшего образования за счет бюджетных средств.

НЕЛЕГКИЙ ВЫБОР ПРОФЕССИЙ

Несмотря на то, что для многих сирот ситуация выбора профессии оказывается стрессовой, в Москве к концу прошлого учебного года более 400 воспитанников организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, обучались в высших и средних учебных заведениях города и области. По предварительным данным, в этом году количество определившихся с жизненным путем детей сохраняет положительную динамику.

Анализируя ситуацию среди абитуриентов 2016 года, специалисты зафиксировали значительный рост спроса

на технические специальности — электрогазосварщик, автомеханик, столяр, машинист, облицовщик, маляр и другие. Другие дети, наоборот, остановили свой выбор на художественно-эстетической области: флористика, ландшафтный дизайн, народные промыслы, моделирование и технология швейных изделий.

Востребованными у детей-сирот остаются специальности сферы обслуживания. Индустрия услуг продолжает развиваться так же стремительно, как и торговля, а потому постоянно нуждается в притоке новых кадров. Самыми востребованными сегодня являются сотрудники индустрии развлечений, в том числе в ресторанном и туристическом сегментах. В перечне профессий, которые выбирают столичные дети-сироты, лидерами являются продавец-консультант, специалисты гостиничного сервиса, туризма, а также коммерции.

С ростом популярности индустрии красоты значительно возросла потребность в профильных специалистах — парикмахерах, мастерах маникюра, косметологах и стилистах. Многие выпускники выбрали эти профессии.

Потребности рынка труда напрямую зависят от процессов, происходящих в социально-экономической жизни общества: глобальных — на мировом уровне, и локальных — на уровне местном. Именно под них подстраивается рынок труда. Например, с развитием информационных технологий часть абитуриентов планируют связать свою жизнь с этой инновационной областью.

Большинство ребят, как и прежде, избрали для себя рабочие профессии. Так, почти 100 воспитанников получают образование по специальности «повар-кондитер». Актуально и психолого-педагогическое направление — дошкольная педагогика и психология, физическая культура, психолог служебной деятельности. Небольшой процент ребят выбрали товароведение, экспертизу качества потребительских товаров, право и организацию социального обеспечения, почтовую связь и сестринское дело.

Городским научно-практическим центром по защите прав детей «Детство», курирующим деятельность организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, проводится комплекс мер по профориентационной работе с воспитанниками. 26 Центров содействия семейному воспитанию, имеющие соответствующую лицензию, самостоятельно реализуют программы дополнительного образования детей, в том числе направленные на расширение представлений о профессиях, развитие практических навыков для их получения, повышение мотивации подростков на получение профессионального образования и социально активной деятельности.

С сентября 2016 года при поддержке Центра «Детство» стартовал городской проект «В мире профессий».

Цель проекта — расширение представлений детей-сирот о существующих на современном рынке труда профессиях и выработка индивидуального маршрута получения профессионального образования и трудовой карьеры.

Все льготы при поступлении детям-сиротам будут действовать до 2017 года. По итогам данного эксперимента планируется в дальнейшем в законодательном порядке продлить льготное поступление для детей-сирот на более длительный срок.

ТРИ СУДЬБЫ — ТРИ СВЕТЛЫХ ПОВЕСТИ

Выбор профессии — ответственный момент в жизни молодых людей, поскольку от правильности этого выбора зависит их будущее. Да и сама пора поступления в условиях столичного мегаполиса — довольно трудный период. Но все уходит на второй план, когда ребята видят свою фамилию в списке поступивших в учебное заведение.

ПАВЕЛ ФИЛАТОВ

Воспитанник Центра содействия семейному воспитанию «Радуга» Павел Филатов находился в учреждениях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с 1999 года, практически



Павел Филатов



Елизавета Галкина

с рождения. Мама Павла умерла, а отец был лишен родительских прав.

Как вспоминают воспитатели, сначала у мальчика проявлялись спортивные способности. Он участвовал в футбольных турнирах среди организаций для детей-сирот города Москвы, неоднократно был признан лучшим игроком-бомбардиром этих турниров. Чуть позже у Павла раскрылись и творческие задатки. В связи с этим подросток стал посещать творческое объединение студии художественного слова «Эхо». Он очень артистично, эмоционально, грамотно и профессионально стал читать стихотворения поэтов золотого и серебряного веков. Павел — неоднократный лауреат и дипломант конкурсов чтецов на районном уровне «Далекому мужеству верность храня», на окружном уровне «России верные сыны».

Несколько лет назад у Павла появилась мечта стать диджеем, радиоведущим, в связи с этим он занимался в течение года с ActionDJacademy и стремился к своей цели. А в 11-м классе воспитанник ЦССВ «Радуга» поставил перед собой амбициозную цель — поступить на факультет журналистики Московского государственного университета (МГУ). Год выдался для Павла очень сложным, но он ответственно подошел к учебе, выпускным экзаменам и благополучно сдал ЕГЭ.

С 1 сентября Павел переступил порог заветного МГУ как студент одного из старейших и крупнейших классических университетов России, одного из центров отечественной науки и культуры.

ЕЛИЗАВЕТА ГАЛКИНА

В Центре содействия семейному воспитанию «Школа циркового искусства имени Ю.В. Никулина» с марта 2006 года начала свое обучение Елизавета Галкина. За эти десять лет она в совершенстве освоила основные цирковые дисциплины: акробатику, жонглирование, хореографию. Лиза принимала участие в групповых номерах, подготовленных режиссерами и педагогами дополнительного образования ЦССВ. Самыми известными из них стали «Эквилибристы на моноциклах», цирковая сюита «Танец с саблями», хореографическая композиция «Танец под дождем», танцевально-акробатическая композиция «Вот это цирк!».

Творческие номера с участием Лизы в разные годы завоевывали Гран-при городских и всероссийских детских цирковых фестивалей и конкурсов молодых артистов цирка, таких как «Юные таланты Московии», «Мир детства», 5-й всемирный цирковой фестиваль в

Москве, фестиваль-конкурс молодых артистов эстрады и цирка имени Бориса Брунова, дельфийские игры России в Саратове, Москве, Самаре и Твери.

Лиза всегда принимала участие во всех благотворительных акциях Школы циркового искусства имени Ю.В. Никулина в пансионатах ветеранов Великой Отечественной войны и труда Москвы и Тверской области, Доме ветеранов сцены имени А.А. Яблочкиной, в действующих воинских соединениях, различных программах для инвалидов, многодетных и малообеспеченных семей.

Кроме того, талантливая воспитанница участвовала в церемонии открытия Всемирных игр победителей, организованной благотворительным фондом «Подари жизнь». А также блистала на открытом фестивале детского и юношеского творчества «Никулинская весна в Кузьминках».

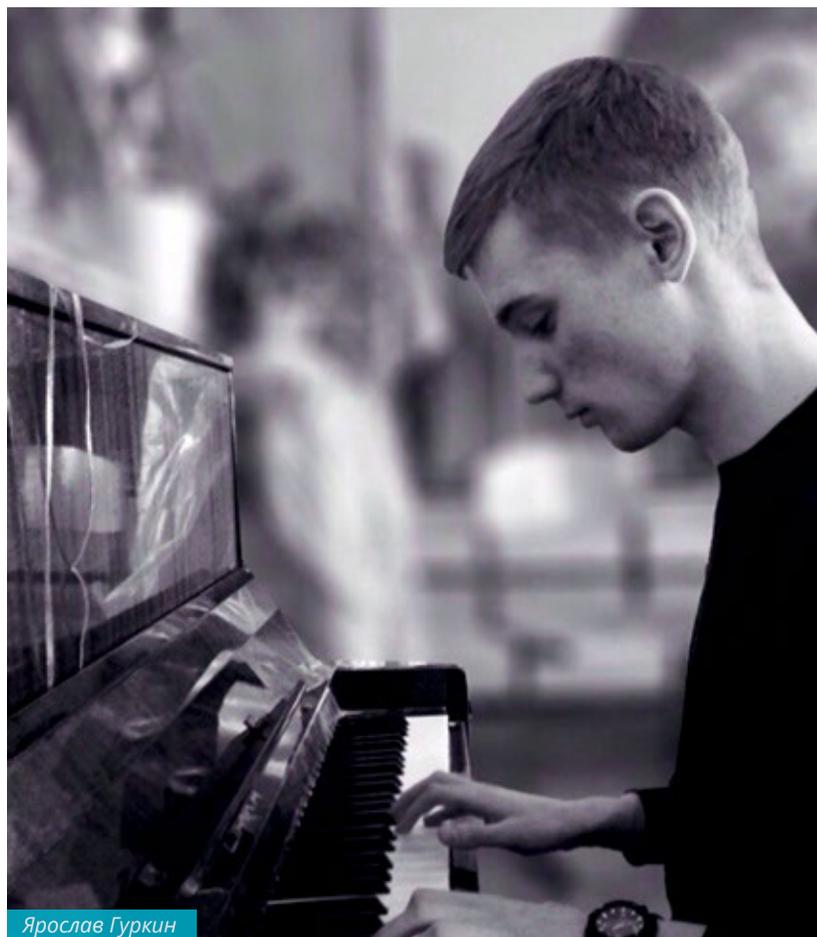
Цирковые композиции с участием Лизы радовали зрителей на концертах в ГЦКЗ «Россия» в Лужниках, Государственном Кремлевском дворце, Цирке Никулина на Цветном бульваре.

Наибольших успехов Лиза достигла в жанре «Эквилибр на катушках» под руководством педагога дополнительного образования Станислава Черныха. В сольном номере в образе клоунессы девушка исполняет сложнейшие трюки, балансируя на трех катушках и одновременно жонглируя тремя, затем пятью булавами; бросает в пол семь отбивочных мячей при балансе на трех катушках. В финале номера Лиза исполняет исключительно сложный трюк — стоит на пяти балансирующих катушках и удерживает равновесие на протяжении 40 секунд. В июне 2015 года этот номер завоевал Гран-при Всероссийского фестиваля «Веселая арена», в котором приняли участие более 80 детских коллективов и солистов из двадцати субъектов Российской Федерации.

В этом году Елизавета поступила в Московский государственный институт культуры и стала продолжателем творческих традиций Школы циркового искусства имени Ю.В. Никулина. В 2008 году факультет режиссуры МГИК закончил выпускник школы-интерната № 15 Виталий Никитин.

ЯРОСЛАВ ГУРКИН

Ярослав Гуркин — выпускник, которого с особой гордостью вспоминают в ГБУ Центр содействия семейному воспитанию «Солнечный круг». Доброжелательный, серьёзный, обстоятельный и очень целеустремлённый, Ярослав всегда хорошо учился. В ЦССВ «Солнечный круг» Ярослав воспитывался с 2005 по 2015 год. С самого детства он хотел стать переводчиком с иностранных языков.



В старшем возрасте Ярослав был председателем Совета актива детей детского дома, принимал активное участие в творческой деятельности Центра, в выездных региональных тренингах по социализации воспитанников детских домов в рамках проекта благотворительного фонда «Новая Евразия» в качестве волонтера.

Ежегодно с 2005 года Ярослав выезжал на летний отдых в Италию по приглашению Белого Креста города Рапалло. С самого начала мальчик проявлял интерес к истории Италии, культуре и итальянскому языку, принимал активное участие в конкурсах, концертах и выставках, посвященных истории, культуре и архитектуре Италии.

В 2015 году Ярослав окончил ГБПОУ города Москвы «Образовательный комплекс дизайнера и технологий», зарекомендовал себя как ученик, заинтересованный в результатах обучения. Юноша практически самостоятельно сформировал образовательный маршрут и сделал свой профессиональный выбор. В сентябре 2015 года Ярослав Гуркин поступил в ГБОУ ВО «Московский городской педагогический университет» на юридический факультет на очную форму обучения. Учебную летнюю практику Ярослав проходил в своем родном ГБУ ЦССВ «Солнечный круг» в рамках программы «Московская смена-2016».



ЖЕНСКОЕ ЛИЦО СИЛЬНОЙ РОССИИ



В следующем году свой двадцатилетний юбилей отметит единственный в стране «Женский деловой Центр». Уникальное учреждение было создано в тяжелейших экономических условиях конца прошлого века по инициативе Людмилы Ивановны Швецовой. Основными задачами Центра являлись помощь женщинам в трудоустройстве, открытии собственного дела, социальной адаптации. Вместе со страной Центр за годы своего существования пережил многие экономические и социальные потрясения и преобразования. В 2015 году, в связи с реорганизацией некоторых столичных структур, остро встал вопрос о его ликвидации. Однако личным решением министра Правительства Москвы, руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимира Петросяна «Женский деловой Центр» был сохранен. Новым директором с декабря прошлого года стала председатель Объединения многодетных семей города Москвы Наталья Карпович. Мы попросили Наталью Николаевну рассказать, что уже удалось сделать, и какие планы по возрождению Центра разработаны.

НАША СПРАВКА

Государственное бюджетное учреждение города Москвы «Женский деловой Центр» было учреждено в 1997 году как специализированная профильная структура, направленная на осуществление социальной поддержки и помощи женщинам в рамках государственной политики занятости. В настоящее время учредителем Центра является Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы.

— Наталья Николаевна, что такое «Женский деловой Центр» сегодня?

— Это уникальное учреждение, имеющее огромный опыт работы, профильных специалистов и программы, направленные на решение острых вопросов в сфере социальной политики и трудовых отношений. Для жительниц столицы наш Центр является территорией возможностей в области информирования, консультирования, профориентации и обучения, где каждая женщина, имея конкретные вопросы, получит на них развернутые ответы и ознакомится с механизмами их реализации.

Благодаря решению руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимира Аршаковича Петросяна в конце прошлого года Центр был выведен из процесса ликвидации, получил новый вектор и стимул для развития. Уникальность нашего учреждения в том, что мы работаем не только с женщинами, которые нуждаются в трудоустройстве, но и с женщинами, открывшими свое дело или решившими заняться бизнесом.

Но главное — наш «Женский деловой Центр», в конечном счете, создан для семьи, потому что женщина — это в первую очередь семья. Если пришедшая к нам москвичка находит для себя что-то новое и интересное, она приводит к нам всю семью. Поэтому наша задача — создать такие программы, которые будут интересны и мужьям, и детям, и бабушкам с дедушками. Большинство проводимых Центром мероприятий нацелены на то, чтобы через женщину повлиять на семейное благополучие. Мы стараемся сделать так, чтобы детям было чем развлечься в детских комнатах под присмотром опытных воспитателей и аниматоров, а мужчинам, например, ознакомиться с интересными предложениями работодателей. Это одна из важнейших наших задач — у нас должно быть интересно всем.



ЛИЧНОЕ ДЕЛО

Наталья Николаевна Карпович

- Председатель РОО «Объединение многодетных семей города Москвы».
- Родилась в Ленинграде.
- В 1990 году с красным дипломом окончила Индустриально-педагогический техникум, в 1994 году — Государственный педагогический университет имени А.И. Герцена, в 1997 году — юридический факультет Санкт-Петербургского университета, в 2010-м — Российскую Академию государственной службы при Президенте РФ в Москве (кафедра национальной безопасности).
- В 1989 году работала в школе, с 1990 года занималась бизнесом и охранной деятельностью. С 1998 года — юрист в общественной организации «Союз «Чернобыль» в Санкт-Петербурге. В 2002 году создала некоммерческий Фонд развития женского бокса. В 2006 году стала заведующей отделом Балтийского информационного агентства.
- С 2007 по 2011 год — депутат Государственной думы V созыва, первый заместитель председателя Комитета по вопросам семьи, женщин и детей.
- С 2010-го — президент фонда «Защита детства».
- В 2013–2014 гг. — телеведущая программы «Отражение» на «100 ТВ» в Санкт-Петербурге. В 2014 году была доверенным лицом на выборах губернатора Санкт-Петербурга. С 2014 года — председатель региональной общественной организации «Объединение многодетных семей города Москвы».
- Наталья Карпович профессионально занималась спортом: она мастер спорта по боксу, участник двух чемпионатов мира (14 медалей российского и международного уровня), мастер спорта по лыжным гонкам, чемпион мира среди мастеров по биатлону. Организовала и провела ряд международных соревнований, в том числе «Россия — США», «Россия — Швеция», международный турнир среди 14 стран-участников, международный турнир по женскому боксу в Санкт-Петербурге в 2010 году, регулярно проводит показательные выступления в подростковых клубах, школах, детских домах, привлекая подростков к здоровому образу жизни.
- Автор книг «Чернобыль. Страницы жизни и любви», «Бокс глазами женщины» и других.
- Замужем, мать шестерых детей.



— Какие мероприятия Центра могут заинтересовать современных женщин?

— Самые разные. Во-первых, это классические ярмарки вакансий, на которых основной акцент делается на презентацию работодателей и нашу собственную наработанную базу вакансий. Сейчас у Центра около 360 вакансий, и мы постоянно взаимодействуем с разными работодателями в целях расширения этой базы. Более того, Центр берет на себя задачу соединить женщин с работодателями. Это подразумевает бесплатное обучение или переобучение под конкретные требования работодателей для женщин, признанных безработными. Другие категории могут получить подобные услуги платно, но поскольку мы государственное бюджетное учреждение, то у нас они стоят значительно дешевле, чем в частных коммерческих организациях. Кроме того, мы даем гарантию, что полученные у нас знания и навыки будут точно отвечать необходимым требованиям. Прошедшие обучение в Центре получают наш сертификат или сертификат того учебного заведения, которое станет вести занятия по договору с нами. Это самые серьезные, проверенные и престижные московские вузы.

Во-вторых, мы изучаем анкеты и резюме женщин, ищущих работу, и можем под конкретный заказ собрать группу обучающихся, которые заинтересованы в той или иной специализации. А у работодателей мы, в свою очередь, выясняем их запросы и требования.

— Каковы основные особенности женского трудоустройства?

— В большинстве своем мы имеем дело с мамами. Основные их условия — это дистанционная форма работы, почасовой труд и гибкий график. Задача Центра найти работодателя, согласного на такие условия, или убедить его в том, что это выгодно, поскольку возможна экономия на офисных помещениях и коммунальных платежах.

Мне кажется, работодателю интересно сотрудничать с Центром потому, что наши специалисты могут сделать грамотный, качественный отбор потенциальных работников, провести первичное собеседование, психологическое тестирование, разработать дорожную карту каждой женщины, которая сегодня хочет найти работу. Кадровый отдел работодателя получит полный портрет работника, составленный профессионалами. В результате человек приходит на работу не с улицы: Центр является своеобразным гарантом того, что этот соискатель соответствует всем предъявляемым ему требованиям.

Еще одно направление — профориентация. В ее рамках мы проводим профэкскурсии. Иногда к нам приходят женщины с конкретным запросом и восприятием себя как специалиста в определенной профессии. Например, я буду парикмахером. И мы ведем ее в салон красоты, где она целый день работает рядом с профессиональным парикмахером как стажер, а к концу дня понимает, что у нее аллергия на лак, что она не может стоять целый день на ногах, и вообще все это не так хорошо, как ей казалось. То есть дома, когда она делала прическу подруге, она получала удовольствие, а каждодневная работа в салоне — это совсем другое.

В выборе будущей профессии важную роль играет профессиональное тестирование, которое раскрывает человеку его реальные возможности и способности. На наши мероприятия мы приглашаем специалистов, которые по почерку, отпечаткам пальцев, по нумерологии могут протестировать способности человека, определить его предрасположенность к той или иной профессии.

— А как Центр работает с бизнесвумен?

— Традиционно Центр помогает женщинам создавать собственный бизнес, но теперь мы собираемся пойти дальше — содействовать не только в открытии бизнеса, но и в поиске инвесторов. Мы оказываем юридическое и бухгалтерское сопровождение женских бизнес-проектов, в том числе при их участии в конкурсах на гранты.

Я убеждена, что при Центре необходим клуб, который даст возможность женщинам в дружеской обстановке не только делиться своими проблемами, но и увидеть, как другие решали аналогичные проблемы. На фестивалях, проводимых Центром, мы показываем примеры успеха женщин в бизнесе, в частности, когда вчерашнее хобби становится доходной работой. Например, пришел человек заниматься флористикой для своего удовольствия, а стал известным флористом, таких примеров много в разных направлениях.

Сегодня на своих занятиях мы стараемся соединить людей, которые только начали свое движение в бизнесе, с людьми, которые уже давно в нем существуют.

ЦИФРЫ И ФАКТЫ

Результаты деятельности «Женского делового Центра» с 1 января по 1 августа 2016 года

Профессиональную ориентацию прошли более 700 человек.

Консультации по самозанятости и трудоустройству получили более 1000 человек, консультации по организации собственного дела — более 400 человек.

Проведено 8 круглых столов и 3 семинара, в которых были задействованы более 100 экспертов и 1057 участников.

Проведено 27 выездов мобильных групп Центра — 392 человека из маломобильных групп граждан получили консультации.

Когда женщина видит другую, такую же, как она, с таким же количеством детей — равную себе, но уже успешную, она может узнать ее «дорожную карту» к успеху и перенять опыт.

— Как, на ваш взгляд, трудоустройство женщины или начало ею собственного дела влияет на семейные отношения?

— Только положительно. С трудоустройством женщины все понятно, так как в результате напрямую повышается благосостояние семьи. В открытии женщиной собственного, особенно семейного бизнеса я вижу огромный стратегический потенциал, и не только для отдельной семьи, но и для государства в целом. Поясню. Когда мы говорим о былых экономических успехах России, мы вспоминаем знаменитые династии промышленников и заводчиков: Демидовых, Морозовых, Путиловых, заложивших фундамент в создание великой державы. Семейный бизнес — это начало трудовой династии, а династия — это основа благосостояния государства. Любой, даже самый малый семейный бизнес сегодня — это камень в фундамент будущего процветания.

Надо перестать жить советскими мерками, когда каждое последующее поколение начинало свою деятельность с нуля. Очень хорошо, если наши дети не будут вынуждены начинать с нуля, а смогут продолжать дело, начатое их родителями. Тогда появится стабильность в производстве, промышленности, сельском хозяйстве, и это будет долгожданная экономическая стабильность. Преемственность поколений, семейная династия — это сильная экономика, сильная Россия. В этом я вижу главную задачу и основную перспективу нашего «Женского делового Центра».



«КАТАРЖИНА»: ДВИЖЕНИЕ ЖИЗНИ

В звучании польского имени Катаржина слышится выжигание искры или зажигание двигателя. Считается, что человек с таким именем склонен к непрерывному движению. В Москве имя Катаржина носит не женщина — так называется организация по производству инвалидных колясок активного типа. Это уникальное предприятие, где многие сотрудники — сами на колясках. «Катаржина» не первый раз становится объектом внимания нашей редакции. Более десяти лет мы наблюдаем за развитием этого производства, а в 2015 году на страницах журнала мы поздравляли «Катаржину» с новосельем. Спустя год наш корреспондент снова отправился на предприятие уже по адресу: улица Коненкова, 14 и выяснил: производство в новой «точке сборки» налажено, мастера по-прежнему удивляют технологичными разработками. Сохранена и константа производства: в каждое изделие вмонтирована философия активной жизни и непрерывного движения.

ДОЛОЙ ДЕСЯТКИ КИЛОГРАММОВ!

«Катаржине» 21 год. К своему совершеннолетию она прошла тернистый путь, но каждая кочка на ее дороге лишь укрепляла хрупкие крылья мечты — сделать жизнь инвалидов в России комфортной, а инвалидные коляски легкими и удобными, не хуже европейских. Это сейчас «Катаржина» задает высокую ноту в развитии производства. А если отмотать жизнь на двадцатилетие назад и оказаться в нестабильном 1995-м... Убытки и крах терпят многолетние предприятия, а команда энтузиастов-единомышленников на инвалидных колясках во главе с Андреем Елагиным решаете организовать новое производство. С «нуля». С отчаянной смелостью. С благородной целью.

В те годы инвалидные коляски были громоздкие, неповоротливые, тяжелые: весили от 30 до 50 килограммов. Их производством занимался только Став-



ровский завод-монополист, который выпускал всего несколько моделей. Колясок активного типа не было вообще. Грузные и неповоротливые устройства делали невозможным самостоятельное и активное перемещение инвалидов. Забегая вперед, скажем, что сейчас самая легкая, танцевальная коляска «Катаржины» весит всего 6 килограммов!

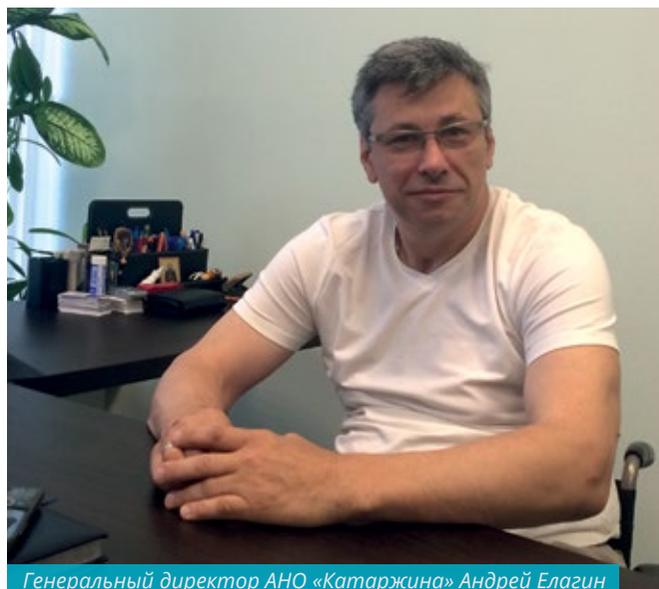
Коляски разрабатывали Владимир Кочермин и Александр Евдокимов, они изучали зарубежные аналоги, адаптировали их под российский климатический ландшафт. Комплекующие для первых колясок «Катаржины» собирали с миру по нитке, а работали в подвальном помещении. На выходе получилась первая партия колясок активного типа: титановые — долговечные и надежные, легкие — весом не более десяти килограммов. Новые коляски стоили в несколько раз дешевле европейских аналогов. И были приспособлены для самостоятельной езды, включая преодоление неровностей на дороге, крутых пандусов, трамвайных путей и даже лестничных маршей.

Оптимистические интонации появились, когда государство заинтересовалось выпуском колясок активного типа и стало закупать их для обеспечения инвалидов-льготников. А «Катаржина», уже автономная некоммерческая организация, постепенно наращивала объемы производства и расширяла линейку продукции. Наряду с первыми базовыми моделями «Крошка Ру» и «Пикник», стали появляться спортивные коляски для баскетбола, большого тенниса, танцев, фехтования, каратэ, сани для следж хоккея, особые коляски для экстремальных путешествий. Теперь коляски «Катаржины» участвуют в покорении горных вершин, сплавах по рекам, а среди постоянных клиентов — Федерация паралимпийского фехтования, чемпионы мира по бальным танцам на колясках, спортсмены-паралимпийцы.

НЕ ЧЕЛОВЕК ДЛЯ КОЛЯСКИ, А КОЛЯСКА ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА

«Соль» проекта «Катаржина» в том, что каждую коляску здесь собирают под конкретного человека. «Делать коляски для пользователя, а не заставлять его приспособливаться к коляске» — такой принцип исповедуют специалисты, которые не понаслышке знают о проблемах людей с инвалидностью. Из 25 сотрудников «Катаржины» почти половина — люди с ограниченными возможностями здоровья, восемь человек пользуются колясками. Поэтому здесь подходят к каждому клиенту с искренним пониманием его потребностей.

— Инвалидная коляска как обувь или одежда для человека. Если у клиента нестандартный размер, он идет в ателье и перешивает ее под себя, — рассказывает генеральный директор АНО «Катаржина» Андрей Елагин. — Мы действуем по такому же принципу, «под-



Генеральный директор АНО «Катаржина» Андрей Елагин

СПРАВКА

В 90-е годы с гуманитарной миссией помощи российским инвалидам приехала реабилитационная группа из Швейцарии. Ее возглавляла Катаржина Трок. Они привезли несколько десятков облегченных колясок со съемными колесами. Зарубежные инструкторы обучали наших инвалидов пользоваться колясками и вести активный образ жизни. «Когда эта программа закончилась, мы вдохновились и решили сами организовать свой центр реабилитации инвалидов на колясках. Дали ему имя «Катаржина», — рассказывает Андрей Елагин.



Коляска «Патриот»



Электроколяска



Спортивная коляска для баскетбола

гоняем» коляску под параметры пользователя, учитываем антропометрические данные и физиологические особенности. Например, если у человека высокая двойная ампутация, у него нарушается весовой баланс и требуется коляска с определенным наклоном, чтобы он не перевернулся назад. Людей с травмами позвоночника, шеи и слабыми руками мы должны обеспечить максимально легкими колясками для удобства управления.

Каждый год в «Катаржину» обращаются около 600 клиентов, которые хотят заказать коляску по индивидуальному образцу. Еще две тысячи инвалидных колясок в год у предприятия выкупает Фонд социального страхования по распоряжению Правительства РФ. Среди получателей — жители более 70 регионов страны.

Благодаря высокопрочным титановым и алюминиевым сплавам, широкому диапазону настроек, надежности и индивидуальным интонациям в производстве «Катаржина» стала заслуженным цеховым авторитетом. Все годы своего существования предприятие крепко держит планку качества и выпустило в свет уже более 15 тысяч инвалидных колясок, приучая людей к новому образу жизни и легкому движению. В «Катаржине» занимаются и ремонтом, сюда часто обращаются клиенты с просьбой подлатать их транспортные средства. Андрей Елагин сетует:

— Китайские коляски заполнили российский рынок. Они относительно недорогие, 15-20 тысяч рублей. И срок службы у них непредсказуемый. К нам в ремонт недавно поступила китайская коляска, которая была в эксплуатации всего пару часов, а сломались такие узлы, что замене подлежит половина устройства.

Коляски «Катаржины» стоят дороже, около 80-90 тысяч. Но сотрудники с удивлением подмечают, что клиенты приезжают на колясках, которые приобрели у них 15 лет назад и просят заменить расходные материалы: заржавели болты, подшипники, износились покрышки. Такой ремонт — дело нехитрое, и можно снова в путь!

— Помните историю, как Репин подарил Третьякову картины, а потом художник стал слишком часто появляться в галерее? Приходил и все время что-то подправлял, дописывал, не мог удовлетвориться внешним видом. Так и мы, — улыбается Андрей Елагин, — сделали коляску и все время хочется что-то дополнить, улучшить, все предусмотреть. Лучше все сделать идеально в самом начале, чем потом ремонтировать. Многие наши клиенты говорят: если в коляске «Катаржина» что-то сломается, всегда можно починить подручными средствами, будь то гвоздь или болт. С зарубежными колясками это не пройдет.

В колясках «Катаржины», признаются специалисты, есть один существенный недостаток: дизайн. И сейчас внешнему виду транспортных средств стали уделять

особое внимание. Среди новых дизайнерских находок — коляска «Патриот» в военной стилистике. Модель недавно презентовали на сайте, и она уже нашла много откликов, пользователи одобряют и ставят «лайки».

ТРУДНОСТИ МАЛЕНЬКОГО ПРОИЗВОДСТВА

2015 год стал для «Катаржины» не только юбилейным, но и знаковым в ее судьбе. Правительство Москвы выделило автономной некоммерческой организации помещение в тысячу квадратных метров в безвозмездное пользование на десять лет. Теперь мощностей компании, по словам руководителя, хватит на шесть тысяч колясок в год. Главное, чтобы были заказы!

Кстати, производство на «Катаржине» раздельное. В Москве происходит только сборка коляски. Основная часть: сварка, гибка, резка, покраска — на предприятиях в Ростове-на-Дону и Нижнем Новгороде. Они отправляют готовые рамы в столицу, и здесь их уже соединяют с комплектующими.

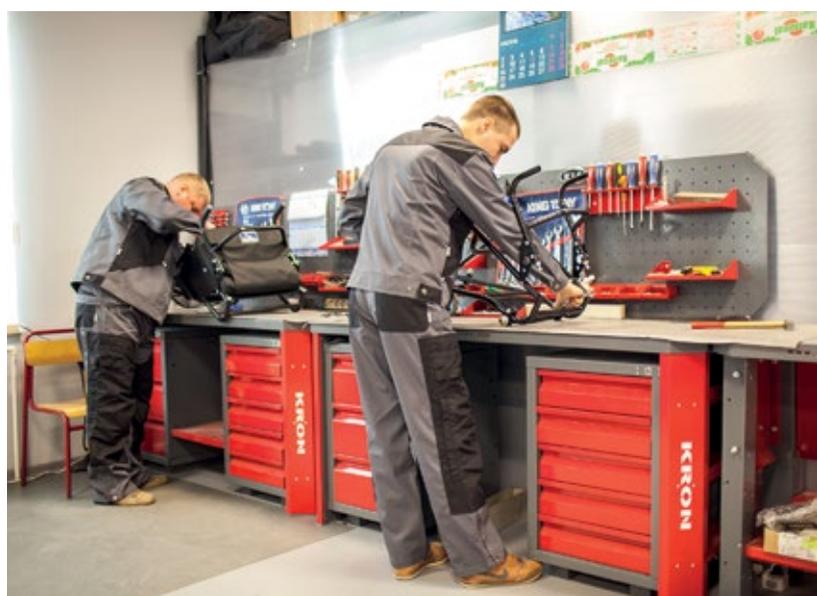
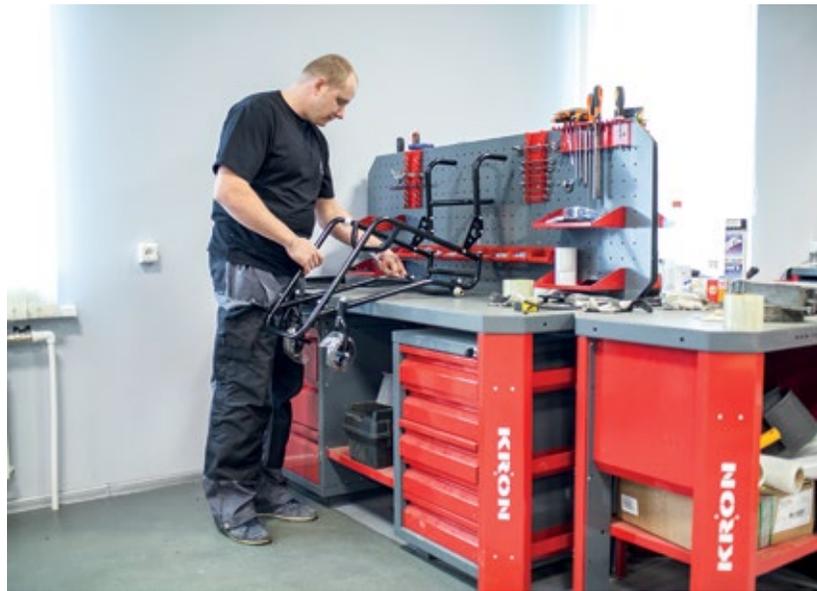
— Это сложные и дорогостоящие технологические изделия, часть комплектующих нам приходится закупать за рубежом, — объясняет Андрей Елагин. — И тут мы попадаем в неравные условия с поставщиками готовых зарубежных изделий. За комплектующие для колясок приходится платить НДС и таможенную пошлину.

Эту проблему дополняет и низкий профессионализм изготовителей запчастей в России. За последние полтора года «Катаржина» поменяла восемь партнеров по изготовлению комплектующих. Организации обладают хорошим парком оборудования, а вот сотрудники даже чертежи читать не умеют, говорит Андрей Елагин: поставщик может привезти до 60 % бракованных изделий, а после переделки остается 40 % брака.

Пул проблем, с которыми сталкивается небольшое производство, дополняет и налог на прибыль, который вынуждены платить автономные некоммерческие организации. Хватает сложностей и с трудоустройством инвалидов. По законодательству им полагается семи-часовой рабочий день, частые перерывы, больничные, а ведь это убытки для предпринимателя, который не получает льгот за трудоустройство человека с ограниченными возможностями здоровья.

ПОДАРКИ ДЛЯ КУБИНЦЕВ

Часть прибыли «Катаржина» направляет на благотворительные цели. Так, недавно предприятие пожертвовало Московской Патриархии 16 инвалидных колясок, которые в ходе пастырского визита на Кубу были переданы детям реабилитационного центра «Солидарность с Панамой». Также в рамках благотворительной





Коляски «Катаржины» покоряют горные вершины



Спортивные коляски для каратэ



«Катаржина» на Камчатке



Танцы на колясках



Фехтование на колясках «Катаржины»

программы АНО «Катаржина» безвозмездно выдает инвалидные коляски людям, получившим ранения в результате участия в боевых действиях в Афганистане, Чечне, Югославии.

— Вспоминаю историю: молодой парнишка после Чечни вернулся без ног и одной руки. Своей тяжелой коляской он не мог управлять самостоятельно, сил руки не хватало. И его везде возила жена, за десять лет она стала с ним неразлучна, — рассказывает Андрей Елагин. — Мы подарили ему легкую и маневренную коляску, научили пользоваться одной рукой. И он стал все делать сам, едет так быстро, что жена еле за ним успевает! А она уже привыкла, что он без нее никуда, стала плакать, мол, разлюбил, я тебе больше не нужна. Он смеется: хочу, чтобы ты отдохнула, занялась своими делами.

Другой трогательный случай произошел с Ваней Канунниковым, который приехал из Ростова-на-Дону на лечение в Москву. У него тяжелый «хрустальный» диагноз: несовершенное костеобразование, когда любое столкновение грозит опасным переломом. Мальчик передвигался только у мамы на руках. В «Катаржине» ему через полтора месяца изготовили специальную коляску. Видеокамера запечатлела счастливые мгновения: маленький Ваня крепко, по-мужски жмет руку Андрею Елагину: «Огромное вам спасибо, вы буквально изменили мою жизнь».

— То счастье, которое дарят такие моменты, ни с чем не сравнить. Это дает силы в жизни, желание двигаться дальше, — признается Андрей.



Коляска для каратэ

леры, двигатели, моторы колес в России не производят. Чтобы выпустить такую модель на рынок,

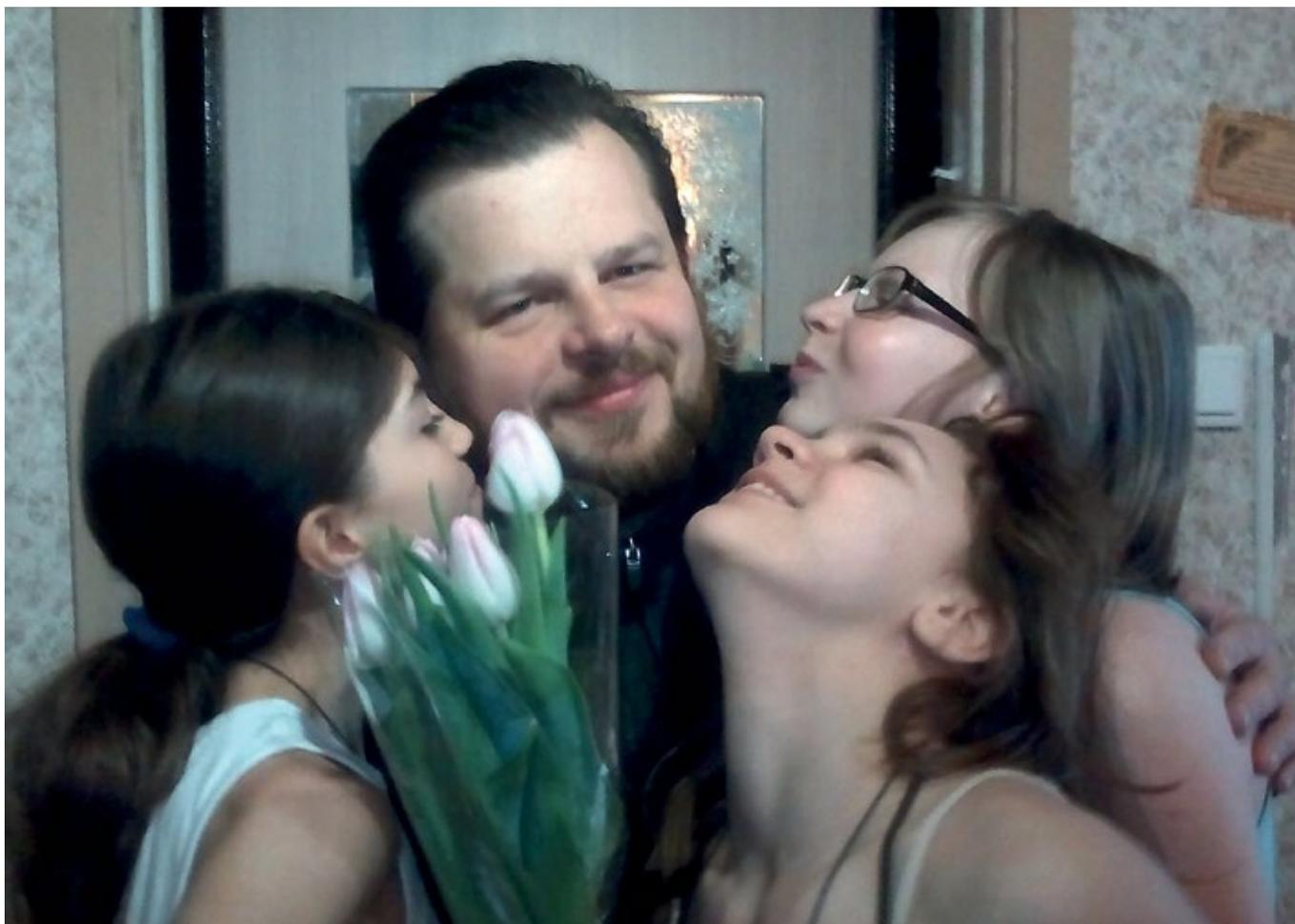
Коляски «Катаржины» участвуют в покорении горных вершин, сплавах по рекам, в соревнованиях по баскетболу, большому теннису, танцам, фехтованию, каратэ.

ПРОТОТИПЫ БУДУЩЕГО

«Катаржина» и не думает останавливаться в своем развитии, ведь движение уже заложено в ее названии. Среди последних разработок — второе «переиздание» коляски для каратэ по заказу Федерации боевых искусств для людей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Коляски изготавливали по усредненным параметрам, но по индивидуальной подгонке, чтобы можно было «настроить» под конкретного человека. Один из спортсменов «примерил» и признался: «Такое впечатление, что это мои ноги, я в нее сажусь и она... идеально по мне!»

На сегодняшний день также готовы два варианта электроколясок. Необходимая электроника приобретается за рубежом: джойстики, контрол-

нужно получить регистрационное удостоверение на медицинское изделие, которое для российских производителей стоит в два раза дороже, чем для импортных поставщиков. Поэтому сейчас сотрудники «Катаржины» проводят экспериментальные разработки — создают прототип первой коляски, в качестве электропривода к которой будет использован гироскутер! Они задумали присоединить гироскутер к коляске, чтобы передвигаться без помощи рук. Приехав в парк, человек достанет из машины коляску, присоединит гироскутер и поедет на прогулку. Нужно понять жизнеспособность этой идеи, говорит Андрей Елагин, а потом займемся деталями. Вот так в «Катаржине» конвертируют жизнь в новые форматы — из четырех стен в скоростные режимы с собственным управлением.



«Я LOVE ТЕБЯ», ИЛИ НЕЗАУРЯДНАЯ СЕМЕЙНАЯ ИСТОРИЯ

Семью с двойной фамилией Ковалевы-Панфилушкины можно называть по-разному: большая, патриархальная, интеллигентная, неординарная, творческая. И только уже напоследок — приемная. Это слово здесь не столько определяющее, сколько протокольное.

— **Н**едавно мы отдыхали всем составом на Азовском побережье, — рассказывает глава семейства Сергей Ковалев. — Там никто у нас не спрашивал, наши это дети или приемные. Спрашивали другое: это все? Или еще есть?

Пока все. Одиннадцать. «Старшему научному сотруднику», как зовут в семье первую дочку Александру, двадцать два. Она недавно вышла замуж и скоро пода-

рит внука Сергею Ковалеву и Ольге Панфилушкиной, которым только исполнилось по сорок лет.

Супруги живут вместе с десятью младшими детьми в просторной квартире в Солнцево. 125 квадратных метров вмещают родительскую спальню, комнаты трех старших сестер, трех братьев, младших детей, спортивный зал и столовую. Все это соединяет «колидор искусств» — настенная выставка рисунков, стихов и

открыток. Название с тремя ошибками не случайно: в этой семье каждый может творчески выражать свои эмоции и мысли, отходить от шаблонов, здесь приветствуют проявление уникальности ребенка с ранних лет. Одна из ярких надписей: «Папа, я love тебя!» — тому подтверждение.

Ковалевы-Панфилушкины переехали в эту квартиру в прошлом году, с той поры как стали участниками пилотного проекта Правительства Москвы по имущественной поддержке приемных семей, принявших на воспитание пятерых подростков или детей с инвалидностью.

В семье Ковалевых-Панфилушкиных появились сразу семеро детей. На время воспитания семья получила квартиру, родителям назначили ежемесячные выплаты на содержание детей и заработную плату. А Сергей и Ольга признаются: это вовсе не работа, это их призвание. В воспитании детей они нашли свое предназначение и обрели счастье. До образования семьи в большом составе супружеская пара уже имела четверых детей, родных и приемных, да и карьера обоих супругов складывалась очень успешно. Сергей с двумя высшими образованиями работал начальником ремонтных мастерских машин «скорой

помощи». Ольга — социальный работник с красным дипломом, трудилась педагогом в детском доме, а позже — заведующей отделением в центре социального обслуживания.

— Я всегда работала с детьми, и мне это нравилось, но пришлось уволиться, ведь нельзя объять необъятное, — признается Ольга. Сергей тоже ушел из автомобильного бизнеса, но этому только рад, признается, что в родительстве обнаружил свое призвание:

— Я учился не на тех факультетах, а сейчас нашел себя.

До того как супруги узнали о новой программе, они и сами подумывали об устройстве семейного дома. Хотели построить коттедж в Калужской области, где у них уже есть участок, принять в семью 4-5 детей и заниматься их воспитанием. Осуществлению плана помешал жилищный вопрос. И тогда в опеке им предложили принять участие в проекте по имущественной поддержке приемных семей.

— Самой большой трудностью на первых порах была неизвестность, как принять одновременно несколько детей одного возраста? — делятся супруги. — У нас уже была выстроена своя система, определенный жизненный уклад, список обязанностей, распорядок. А тут





еще предстоял переезд, смена обстановки. Но поняли: сложно организовать троих детей, а дальше количество уже не имеет значения.

Когда супруги осознали, что могут и хотят воспитывать пятерых приемных детей, начался сбор документов, которые были представлены в Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы. Родители прошли психологическую диагностику в Городском научно-практическом центре по защите прав детей «Детство». После положительного заключения Городской межведомственной комиссии по решению жилищных вопросов детей-сирот супруги стали знакомиться с базой данных детей. На первую встречу с детьми, признается Сергей, ехали как на экзамен в ГИБДД, очень волновались.

Но, как оказалось, напрасно. Все пятеро ребят, три девочки и два мальчика, проживали в одном детском доме, знали друг друга и уже дружили. Они быстро нашли контакт с четырьмя детьми Ольги и Сергея. А распорядок и дисциплина в доме выстроились так же быстро.

— Когда мы забрали из детского дома детей, которые недавно попали туда из неблагополучной семьи, нас поразило, что они не имели каких-то базовых навыков, не были приучены к гигиене, — рассказывают родители. — Например, не знали, что ногти нужно стричь, а не грызть, что нужно пользоваться



постельным бельем. Они боялись брать чистую одежду, не верили, что именно для них она постирана и выглажена. Совсем недавно ребята научились путешествовать налегке, брать с собой только самое необходимое. Раньше было невозможно уговорить детей оставить дома свои вещи, даже в небольшую поездку они отправлялись под девизом: «все свое ношу с собой».

Вскоре супруги узнали: мама восьмилетнего Сережи, которого они только что приняли в семью, сдала в детский дом его сестричек: трехлетнюю Галю и годовалую Настю. Ковалевы-Панфилушкины, не раздумывая, приняли решение забрать девочек, и в их большой семье появилось приращение.

После принятия семерых детей приемные родители, конечно, не остались без поддержки. Все семьи проекта находятся на сопровождении в Центре «Детство» — это уполномоченная организация Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы по сопровождению приемных семей. Центр оказывает родителям консультативную и психологическую помощь, коррекционно-логопедическое консультирование, проводит консилиумы, встречи, совместные досуговые мероприятия, а также социально-психологическую помощь на дому.

— От «Детства» идет реальная помощь, мы в постоянном контакте с опытными специалистами, — рас-



ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Приемная мама Ольга Панфилушкина:

— Если опыта воспитания приемных детей нет, то не следует принимать сразу более одного ребенка. А свои возможности сразу стоит разделить на два. Ну и, конечно, необходима безграничная любовь, не требующая взаимности.

Приемный отец Сергей Ковалев:

— Для меня все стало неожиданностью, да и до сих пор таким остается: никогда не знаешь, каким будет завтрашний день. Это весело! И очень интересно наблюдать за тем, как ребята меняются в лучшую сторону.

сказывает Сергей. — Достаточно позвонить в любой момент, обозначить проблему, и они помогают найти решение, при необходимости приезжают. Нам очень повезло с сопровождающей организацией.

За год, который прошел с момента образования семьи, ребята постепенно оттаяли. Почти все за год вымахали на десять сантиметров, девочки расцвели, научились готовить, помогать по хозяйству, ухаживать за двумя собаками, занялись моделированием одежды и шляпок. Мальчишки помогают по дому, теперь им можно доверить шуруповерты, пилы и другие инструменты для мелкого ремонта. Почти все дети в семье занимаются спортивными бальными танцами, играют на фортепиано или гитаре.

Основные проблемы сейчас у ребят с учебной, отмечают родители, потому что в детском доме они не были приучены готовить уроки. Но теперь у них появился стимул: им есть для кого стараться! И ребята делают успехи, у каждого из них свои достижения. 13-летняя Катя, начав учить английский с нуля, за год вытянула его на «четверку». Для десятилетнего Виталика лучшей книгой стала энциклопедия. Владик в свои шесть лет запросто цитирует Пушкина и Лермонтова. В этой творческой семье многие свое предпочтение отдают классике.

— Прозу я не понимаю, я поэзию больше люблю, Пушкина, особенно пятую песнь «Руслана и Люд-





С любимым папой

милы». Почему? Она самая лирическая, — рассуждает 13-летний Артемий. — А недавно папа дал мне Джека Лондона почитать, но это не мое, я даже уснул, не выдержал.

Тем не менее Артемий славится в семье выдержкой и силой воли. Мальчик с непростым диагнозом — миелодисплазией пояснично-крестцового отдела позвоночника, при котором даже тяжело ходить, — занимается в спортивной бальной школе, учится музыке. Хочет стать музыкантом или врачом. Его младший брат тоже мужественно боролся с гепатитом С, каждый день в течение года ребенок терпел болезненные уколы. Дни до окончания курса считала вся семья. Такая поддержка не могла не принести положительный результат лечения.

Самый большой успех, по словам мамы Ольги, это когда у детей снимают диагнозы, когда они побеждают болезни, меняются, становятся активными, увлеченными, избавляются от комплексов и страхов, словно пробуждаются от сна. В таких переменных в жизни ребенка, конечно, ключевую роль играет семья, поддержка близких людей. А приемная она или родная — совершенно неважно. Главное, что это союз любящих людей, способный творить чудеса.



Мама Оля с младшей дочерью

УВЕРЕННЫЕ ШАГИ ПИЛОТНОГО ПРОЕКТА

В целях реализации приоритетного направления государственной политики по устройству в замещающие семьи детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в 2014 году в Москве стартовал пилотный проект по имущественной поддержке семей, принявших на воспитание по договорам о приемной семье детей старшего возраста и (или) детей-инвалидов. Прокомментировать ход реализации этого московского пилотного проекта мы попросили заместителя руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Аллу Зауровну Дзугаеву.



— Если говорить о целях и задачах пилотного проекта по имущественной поддержке семей, принявших на воспитание по договорам о приемной семье детей старшего возраста или детей-инвалидов, это, в первую очередь, сокращение числа детей-сирот и детей, оставшихся без

попечения родителей, в московских организациях и учреждениях, и создание для них условий семейного воспитания. Во-вторых, повышение уровня социальной защищенности и материальной поддержки таких приемных семей и, конечно же, улучшение жилищных условий как самих детей, так и их приемных родителей.

Этот проект стал частью нового подхода к профилактике сиротства и семейному устройству детей-сирот, обусловленного московской спецификой.

Реализация этого московского эксперимента была возложена на Городской научно-практический центр по защите прав детей «Детство», на базе которого была создана рабочая группа по проведению психологической диагностики приемных родителей. Работа с претендентами проводится в несколько этапов: знакомство с документами соискателей, оформление заявителями автобиографической справки, заполнение необходимых документов; проведение диагностического интервью и компьютерного тестирования заявителей, а также психологической диагностики семейной системы, включая всех членов семьи, для диагностики межличностных отношений.

После завершения тестирования рабочая группа анализирует и систематизирует полученные результаты, на основании которых делается вывод о целесообразности или нецелесообразности участия в пилотном проекте каждой семейной пары.

Семьи — участники проекта находятся в постоянном контакте со специалистами центра «Детство»: им помогают и при подборе, и при знакомстве с детьми.

Конечно же, после подписания соглашения юрист-консульт центра совместно со специалистами уполномоченного органа в сфере опеки, попечительства и патронажа отдела социальной защиты населения

осуществляют систематический контроль над соблюдением всех условий пилотного проекта.

Участники проекта обязательно ежегодно отчитываются на заседании Городской межведомственной комиссии по решению жилищных вопросов детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

За 2,5 года реализации пилотного проекта было проведено 94 психологических диагностик граждан, в результате чего от участия в нем отказались только 15 семейных пар. Основными причинами отказа супруги, как правило, называли отсутствие опыта воспитания ребенка-сироты, разногласия супругов, проявившиеся в ходе проведения психологической диагностики и уточнения заявителями условий участия в этом проекте.

С самого начала проект был рассчитан на граждан из любого региона Российской Федерации, при этом дети-сироты передаются в семьи участников пилотного проекта из московских организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Так, в проекте уже приняли участие семьи из Республики Башкортостан, Удмуртской Республики, Республики Адыгея, Тверской, Волгоградской, Тульской, Ростовской, Саратовской, Нижегородской и Московской областей, Краснодарского и Пермского краев и города Пензы.

Если обратиться к статистике по годам, то в 2014 году диагностику прошли 29 семей. Заключение о

ЦИФРЫ И ФАКТЫ

В настоящее время в семьях, участвующих в пилотном проекте, воспитывается 284 ребенка, из них 242 приемных, 200 детей приняты в рамках пилотного проекта (99 старше 10 лет, 64 ребенка-инвалида).

целесообразности участия в пилотном проекте было выдано 20 семьям, в том числе 7 семьям из регионов. В 2015 году диагностику прошли 37 семей. Целесообразность участия в проекте была подтверждена 11 семьям (впоследствии 2 семьи отказались от участия в проекте), в том числе двум семьям из регионов. В 2016 году диагностировалось 28 семей. Заключение о целесообразности участия в пилотном проекте было выдано 9 семьям, включая 2 семьи из регионов.

Ход и текущие результаты реализации пилотного проекта по имущественной поддержке семей, принявших на воспитание по договорам о приемной семье детей старшего возраста и (или) детей-инвалидов, позволяют с уверенностью говорить об успехе проекта, его социальной значимости и актуальности в современных условиях. Полагаю, что дальнейшая его реализация позволит в полной мере осуществить цели и задачи, поставленные перед пилотным проектом.



Семья Ковалевы-Панфилюшкины — участники пилотного проекта



ПЕРВАЯ ТАКТИЛЬНАЯ ИКОНА В ПОДМОСКОВЬЕ

В рамках реализации муниципальной программы «Доступная среда» администрация городского округа Химки передала Богоявленскому храму уникальную резную икону святой блаженной Матроны Московской для верующих с инвалидностью по зрению. В России всего 17 тактильных икон, в Подмосковье резной образ появился впервые.

Икона выполнена в технике высокого рельефа и позволяет слепым, слабовидящим и людям с особенностями развития «увидеть» икону руками. Резная икона — это древний и сложный вид искусства. Первые изображения символов христианства были рельефными. Резьба традиционно использовалась в убранстве церквей. В России работали знаменитые резчики и столярные мастерские. Но в XX веке эта техника стала редким видом декоративно-прикладного творчества.

— Мы с благодарностью восприняли инициативу передачи Богоявленскому храму резной иконы святой блаженной Матроны Московской. В храме Богоявления уже установлен специальный подъемник для инвалидов-колясочников, теперь посещать храм смогут и люди с нарушениями зрения, — рассказал протоиерей Артемий Гранкин.

Руководитель администрации Химок Владимир Слепцов передал в дар уникальную икону и вместе с представителями Химкинского общества инвалидов и Всероссийского общества слепых принял участие в торжественном богослужении, посвященном дню памяти преподобного Сергия Радонежского.

— Сегодня светлый день для всех верующих округа. Химки стали первым муниципалитетом Подмосковья, где появилась рельефная икона. Образ Матроны Московской выбран не случайно, еще при жизни святая исцелила многих людей. Теперь слабовидящие прихожане в буквальном смысле могут прикоснуться и «увидеть» святыню, — прокомментировал Владимир Слепцов.



Резная икона создана скульптором Олегом Зоном, автором работ проекта «Увидеть Икону».

— Наш проект позволяет расширять границы для людей с ограниченными возможностями по зрению, а также вносит революционное введение — иконы можно трогать, а это нужно людям с особенностями развития, а также детям, — отметила руководитель проекта «Увидеть Икону» Виктория Зон.

Для тонкой и точной передачи изображения скульптор использовал древесину липы. Этот материал один из самых мягких, однако, высохнув, он становится прочным и долговечным. Икона Матроны Московской — образец исконно русской традиции резьбы по дереву в изображении святых. К образу прилагается описание шрифтом Брайля.

— Это значимое событие для всех слабовидящих и слепых прихожан. Вера помогает нам жить дальше, мы рады, что теперь есть возможность «увидеть» образ и помолиться возле уникальной иконы. В последние годы округ значительно преобразился и стал доступнее для инвалидов, — рассказал председатель Химкинского отделения Всероссийского общества слепых Артур Утарбаев.



ТУРИЗМ, НЕ ЗНАЮЩИЙ ПРЕГРАД

Фестиваль по спортивному туризму среди инвалидов Туриада «Юрюзань-2016» собрал под своими флагами более 150 человек из самых разных уголков России.

В Салаватском районе Республики Башкортостан, расположенном по берегам реки Юрюзань, знаменитом своими сказочными пейзажами, недалеко от поселка Новые Каратавлы, буквально за один день вырос яркий палаточный городок. Здесь стартовала «Юрюзань-2016».

Эффективность реабилитации инвалидов с помощью туризма доказана временем, и Туриада каждый раз подтверждает этот неоспоримый факт. У истоков этого вида реабилитации когда-то стояла именно Башкирия.

Фестиваль на башкирской земле проходит пятый раз и для многих стал уже традиционным и долгожданным. Его организаторами выступили Общероссийская общественная организация «Всероссийское общество инвалидов» (ВОИ) и Общероссийская общественная организация «Российский спортивный союз инвалидов» (РССИ) при содействии Министерства спорта РФ и Федерации спортивного туризма России.

Команды испытывали себя на воде, на суше и в горах.

Впервые в России в этом году на трассе соревнований «на средствах передвижения», помимо традиционных этапов, таких как «круг», «восьмерка», «змейка», «колея», «качели», «слалом», были установлены новые этапы — «горка» и «переправа на колясках». Трасса не простая, и ее смело можно причислить к пятому классу сложности, что требовало от спортсменов хорошей физической подготовки.

Были опробованы новые виды снаряжения, входящие в практику спортивного туризма для людей с инвалидностью: приспособления для подъема на скалы, катамараны, специальные инвалидные коляски.

На трассах, созданных альпинистами, ребята проходили соревнования как поодиночке, так и в связке. Очень зрелищным и впечатляющим стало преодоление участков по вертикальным перилам: с высоты 25 метров спортсмены на коляске с помощью судей спустились с отвесной скалы.

В Туриаде «Юрюзань-2016» приняли участие однанадцать команд из разных регионов страны: «Уральская братва» (Магнитогорск, Челябинская область), «Бродяги» (Московская область), «Горизонт» (Оренбургская область), «Салаватцы» (Салаватский район Республики Башкортостан), «Миллениум» (Республика Татарстан), «Сто» (Тюменская область), «Два Ильича» (Ульяновская область), «Метеорит» (Челябинская область), «Бригантина» (Усть-Катав, Челябинская область), «Крымские Грифоны» (Республика Крым), «Салават Юлаев» (Уфа, Республика Башкортостан).



За дни, проведенные на Туриаде, команды приобрели бесценный опыт и новых друзей. На церемонии закрытия царила удивительная атмосфера — дух единства, ощущение удовлетворения от хорошо сделанного дела и радость.

Вечером всех участников фестиваля по спортивному туризму среди инвалидов Туриада «Юрюзань-2016» ждал костер дружбы. Языки пламени взвивались высоко вверх, унося с собой грусть расставания, а тепло костра дарило всем возможность поделиться своими чувствами друг с другом, ведь ребята расстанутся на год, и так много теплых слов хочется сказать на прощание!

Уже в следующем 2017-м году Туриада вновь соберет на гостеприимной земле Башкортостана туристов из всех уголков нашей страны.

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

**Михаил Борисович Терентьев,
председатель Всероссийского
общества инвалидов:**



— Цель всех мероприятий Всероссийского общества инвалидов, которые направлены на массовое привлечение людей с инвалидностью к спорту, – помочь снять психологические барьеры, вытащить этих людей из четырех стен, чтобы они поняли, насколько жизнь удивительна, что ко всему можно приспособиться и жить полноценной жизнью. Приехать в прекрасное место и не просто приехать, а заниматься спортом, подниматься в горы, идти на катамаране, преодолевать препятствия, и не просто преодолевать, а преодолевать на время, когда работает секундомер! Именно когда работает секундомер, начинается спорт высших достижений. Спорт высших достижений нужно развивать, пополнять кадровые резервы, и именно такие мероприятия помогают людям проявить себя, почувствовать вкус и радость победы. Помимо всероссийской Туриады, турслеты проходят в каждом регионе, по всей России. Наша страна очень многообразна, и в этом многообразии сила и страны, и организации, в каждом регионе свой местный колорит, который способствует большему охвату направлений, где человек может самореализоваться. И я хочу пожелать всем участникам соревнований получить как можно больше эмоций, заразить этими эмоциями других, чтобы на следующий год на Туриаду приехало как можно больше команд!









ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Оксана Бодлевская (Республика Крым):

— Супер! Я впервые села в лодку, и меня переполняют эмоции. Столько адреналина и радости, что хочется прыгнуть в воду и поплыть! Усталость приятная такая, но если бы было нужно, я еще раз прошла бы эту дистанцию!

Виктор (Усть-Катав, Челябинская область):

— На турслет я приехал второй раз, и если первый раз мне было интересно как да что, познакомиться с ребятами, то в этот раз я хотел результатов, очень хотелось победить! Для меня Туриада – это отдых от повседневности, от работы, от будней, эти эмоции и воспоминания поддерживают меня потом весь год!

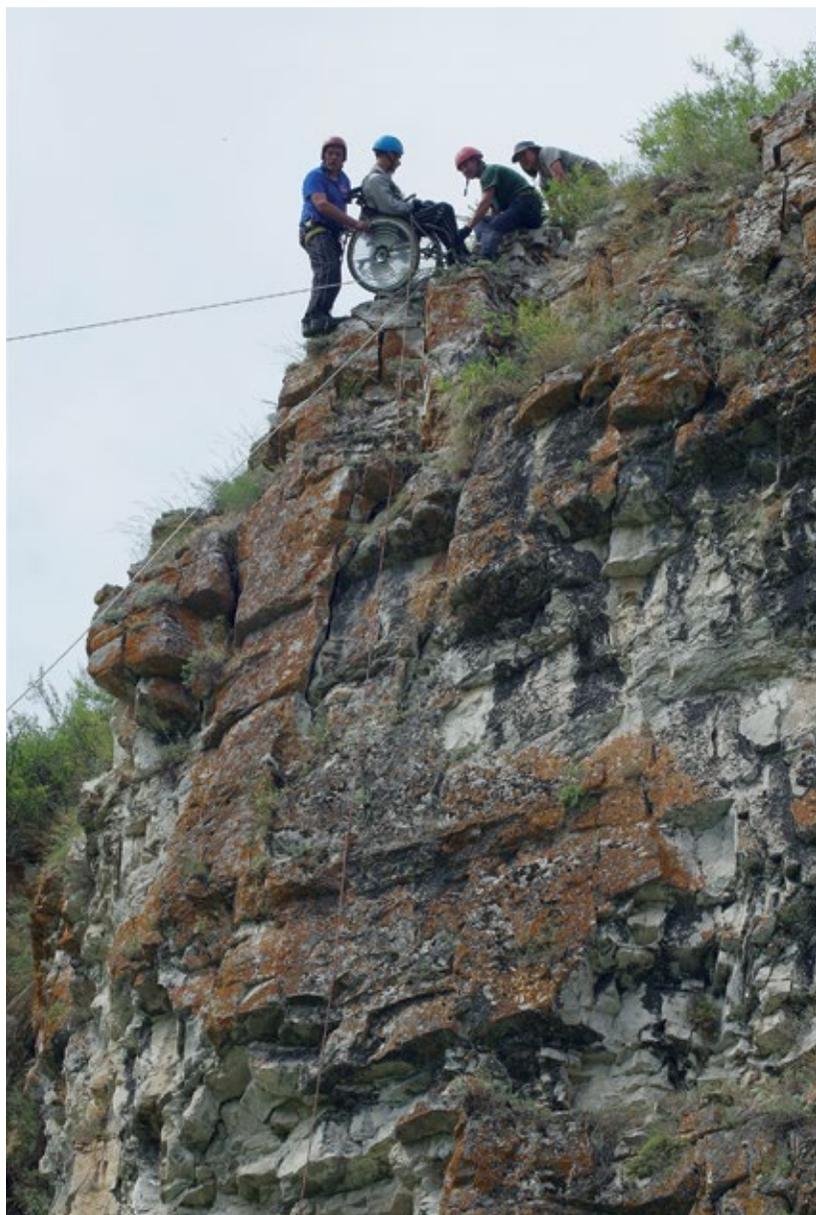
Наталья Коркина (Челябинск):

— Я впервые принимаю участие в Туриаде, и впервые участвую в соревнованиях по спортивному туризму. Мне очень нравится, и все интересно. Вчера я первый раз тренировалась и прошла трассу горного туризма. Мы в восторге от фестиваля и Башкирии, от природы и погоды, от гостеприимства, которым нас окружили организаторы.

Леонид Грабов (Республика Крым):

— Нам здесь очень нравится, мы очень рады, что нас пригласили. Мы давно не принимали участия во всероссийских мероприятиях, как бы находились немного в вакууме, и для нас это прежде всего новый интересный опыт.

Автор фото: Константин Капунов





С думой о прожитом

ЕЖЕДНЕВНОЕ СЧАСТЬЕ ВИКТОРА ПИСКУНОВА

«Что такое счастье?» — философский вопрос повис в воздухе в небольшом зале ТЦСО «Чертаново Южное». Все задумались. Первые робкие ответы потянулись с самых дальних рядов. Чаще всего звучало слово «здоровье». Чуть реже «хорошее настроение», «воля», «благосклонность судьбы», «исполнение мечты». Виктор Пискунов, на встречу с которым пришли жители района, ответил так: «У счастья нет ни прошлого, ни будущего. Оно всегда в настоящем. Настоящее мое счастье в том, что я могу беседовать с вами».

Виктор Пискунов называет себя «средний русский образца 1935 года». Его можно с легкостью назвать человеком интересной судьбы. Но жизнь Виктора Васильевича не просто любопытна как частный случай. Из таких судеб складывается мозаика истории нашей страны. Советский инженер с военным детством. Изобретатель и мыслитель. Семьянин, вдвое перевыполнивший «мужскую норму»: построил два дома, вырастил двоих сыновей, посадил несколько садов. Человек, проживший насыщенную жизнь, которому есть чем поделиться с людьми. Он приходит на встречи, общается с посетителями отделения дневного пребывания центра «Чертаново Южное», а недавно издал книгу своих воспоминаний. Наш корреспондент пообщался с Виктором Васильевичем о жизни, ее трудностях и радостях и о счастье каждого дня.

складов. В солнечный сентябрьский день в поселок парадным маршем под музыку вошли немцы и сразу же поставили у складов своих часовых.

В конце 1941 года советские войска перешли в наступление от Москвы. Немцев выбивали из Уваровки в лютый мороз. Перед началом боя фашисты сожгли весь поселок. Действовали ночью четко по плану. Сначала бежал первый солдат и ударом приклада винтовки в окно предупреждал хозяев. Через некоторое время бежал второй солдат и обливал дом керосином. Затем бежал третий солдат с горящим факелом и поджигал. Время между первым и третьим солдатом оставалось для спасения жизней и самого необходимого. Мама и бабушка успели вынести из дома Витю и младшего брата, теплую одежду и кое-какие вещи. В глубоком снегу недалеко от дома мама вырыла яму, бросила на

У счастья нет ни прошлого, ни будущего. Оно всегда в настоящем.

РОЖДЕННЫЙ В КЕЛЬЕ

Виктор Васильевич родился в 1935 года в келье Колоцкого монастыря перед Бородинским полем, где в то время размещался детский дом. В 1812 году село Колоцкое было форпостом Бородинского сражения, отсюда Денис Давыдов начинал партизанскую войну против французов.

Перед началом Великой Отечественной войны он жил на станции Уваровка, в 140 километрах от Москвы. Через склады при станции осуществлялось снабжение всеми товарами населенных пунктов района. В начале осени 1941 года районное руководство спешно оставило Уваровку немцам, забыв даже снять охрану

дно мягкие вещи, а сверху положила кроватную сетку. В этом «убежище» они и переждали ночной бой.

В январе 1942 года немцев прогнали из Подмосковья в Смоленскую область. Но Уваровку продолжали обстреливать и бомбить ежедневно. Однажды ночью снаряд пробил карниз крыши землянки, прошел вдоль ее стенки, качнув топчан, на котором спала семья Пискуновых, но не взорвался. Другой снаряд упал на дорогу за землянкой, ушел глубоко под землю и тоже не взорвался. Позже саперы откопали его и внутри обнаружили записку: «Чем можем, тем поможем». Ее оставили наши военнопленные, работавшие на немецком заводе. «Наш снаряд» не откапывали. Вероятно, он и сейчас покоится в том же месте.



Витя Пискунов, 4 года



Виктор Пискунов после посещения Карелии и Соловков

ПРОТИВОГАЗНАЯ СУМКА ВМЕСТО ПОРТФЕЛЯ

Первый класс Виктор прошел в Кунцевском интернате для детей железнодорожников. Порядки в интернате были строгими. Кормили детей поочередно под присмотром воспитателей. В обед каждому выдавали по маленькому кусочку черного хлеба. Скучное питание восполняли обязательной ложкой рыбьего жира. Вкус его на много лет оставил неприятное ощущение у ребятишек.

Со второго по четвертый класс он учился в Семейной школе, которая размещалась в кельях разру-

шенного немцами Спасо-Бородинского монастыря. Монастырь сильно пострадал от обстрелов в 1942 году, но толстые стены ограды и кельи в них уцелели. В двух сохранившихся смежных кельях ребята и учились.

Виктор был самым «нарядным» учеником в классе. Мама из солдатской шинели пошила ему курточку, перешила по размеру солдатскую пилотку. Вместо портфеля или ранца он всегда носил противогазную сумку. В темное время суток в начале зимы он ходил с ней на поле, собирал зернышки овса и приносил домой. Мама с бабушкой варили кисель из этих зер-



На уроке физики в 10 классе Уваровской школы



В походе



Виктор Пискунов, заместитель главного конструктора холодильников «ЗИЛ»

нышек, помогавший бороться с голодом. Другим «лакомством» ребятишек было мясо воронят. Иногда детей угощали солдаты из воинских частей, проходивших мимо монастыря. Запах американской тушенки из солдатского пайка казался детям божественным.

«ЦЕЛОВАТЬ ДО УПОРА»

После школы Виктор поступил в Московское высшее техническое училище (сейчас МГТУ имени Н.Э. Баумана). На третьем курсе познакомился с легендарным

главным конструктором Специального конструкторского бюро Виталием Грачевым, и это знакомство определило его дальнейшую судьбу. Сразу понял: будет работать у Грачева. После получения диплома инженера он стал работником Московского автомобильного завода имени И.А. Лихачева и конструктором СКБ.

— Моим первым важным заданием было внедрение новых методов конструирования, — вспоминает Виктор Васильевич. — Раньше конструкторы на ЗИЛе выполняли чертежи карандашом на ватмане. Карандашный чертеж с ватмана копировщица копировала тушью на кальке.



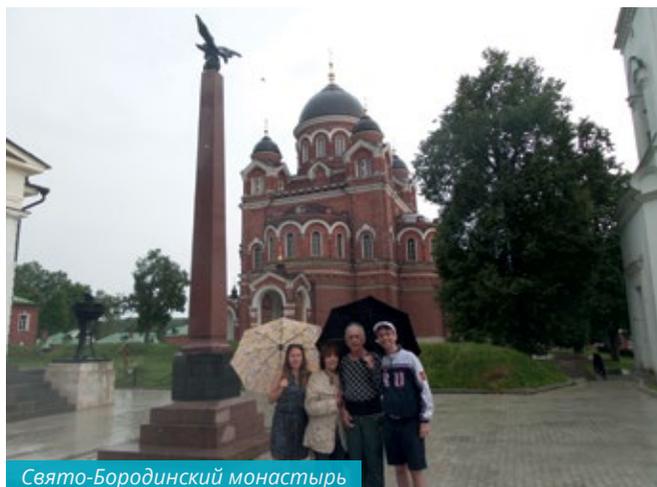
С представителями финской делегации



По Карпатам



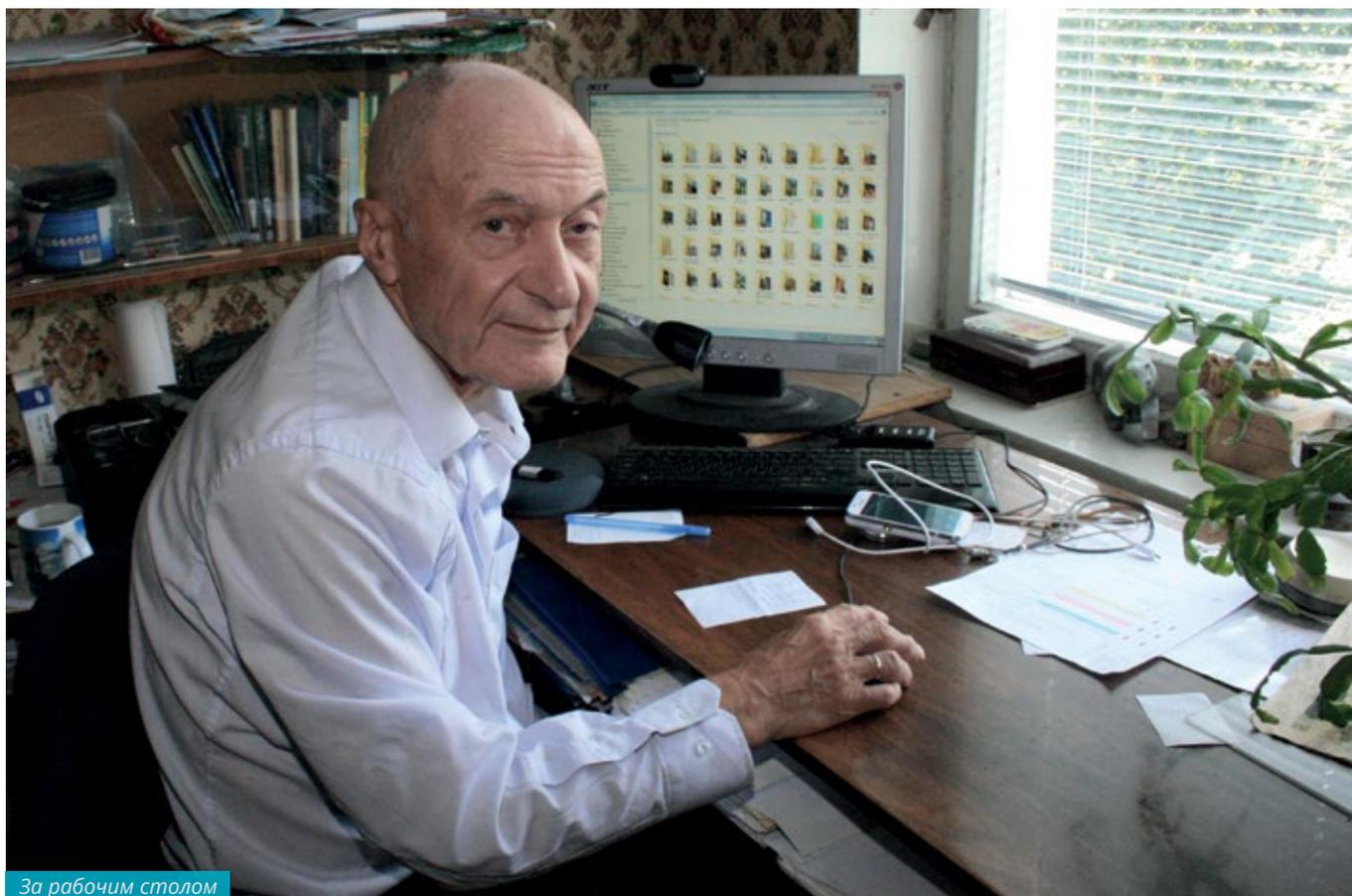
На реке Свияге



Свято-Бородинский монастырь



На встрече в ТЦСО «Чертаново Южное»



За рабочим столом

Копировщицы, как правило, молодые девушки, иногда делали забавные ошибки. Однажды в технических требованиях юная работница написала: «Целовать до упора» вместо «Цековать до упора». Наши новые методы конструирования сократили сроки подготовки документации и исключили ошибки при ручном копировании.

ОДНА МИНУТА ИЗМЕНИЛА ЖИЗНЬ

В високосный день 1960 года с Виктором Васильевичем произошло трагическое событие. Он катался на лыжах в Ленинских Горках, сильно разогнался и врезался в дерево, потерял сознание. Одна минута круто изменила его жизнь. Он надолго вышел из строя и вернулся к работе спустя полгода с парализованной рукой, костылем и удостоверением инвалида второй группы. Но работу продолжил и даже занятия спортом не бросил: ходил на лыжах и ездил на велосипеде до 40 километров по выходным. А лыжами и вовсе занимался до 75-летнего возраста!

И, конечно, продолжал трудиться. Создавал узлы и агрегаты для вездеходов для армии и народного хозяйства. Принимал участие в ракетно-космических программах ЗИЛа: участвовал в разработке автомобильных шасси для «ракетоносцев» и в разработке машин для поиска и эвакуации с места посадки космических кораблей и космонавтов.

— Плавающие машины для космонавтов сразу получили название «Синие птицы». Затем за ними закрепили обозначение ПЭУ (поисково-эвакуационные установки), — рассказывает Виктор Васильевич. — В период их разработки к нам в СКБ приезжали Сергей Королев и космонавты. Я благодарю судьбу за возможность работы в конструкторском бюро и за участие в проектах Королева и Челомея!

Значительную часть профессиональной биографии Виктора Пискунова занимает работа в должности заместителя главного конструктора холодильников. Под его руководством разрабатывали первый отечественный холодильник «ЗИЛ-63» на роликовых опорах с улучшенными потребительскими показателями и первый отечественный трехкамерный холодильник «ЗИЛ-65» с необмерзающими стенками NoFrost. В конце 80-х Виктор Васильевич — первый маркетолог по бытовым холодильникам на ЗИЛе и автор публикаций по холодильной тематике.

ХОЛОДИЛЬНИКИ ДЛЯ ЭСКИМОСОВ

— Первые холодильники «ЗИС-Москва» появились в московских магазинах в феврале 1951 года. Советские специалисты, не имевшие никакого опыта в холодильном производстве, за короткое время создали оте-

СПРАВКА

В 1954 году на заводе было создано Специальное конструкторское бюро, которое возглавил В.А. Грачёв. Под его руководством в последующие десятилетия в этом СКБ были созданы десятки экспериментальных конструкций автомобилей, вездеходов и бронетехники, некоторые из которых не имели аналогов в мире. «Грачёвская школа» конструирования автомобилей повышенной проходимости основывалась на использовании силовых агрегатов для привода колес по бортовой схеме. Семейство автомобилей ЗИЛ-135 нашло широкое применение в армии в качестве шасси для различных систем вооружения, а «комплекс 490», более известный как поисково-спасательный комплекс «Синяя птица», был создан для эвакуации приземлившихся космонавтов по личной просьбе С.П. Королёва и используется по сей день.

чественные холодильники, которые по надежности и долговечности не уступали американским. Москвичи в 50-х годах считали холодильник в доме излишней роскошью. В холодное время года продукты хранили за форточкой. Ходил анекдот о повышенном спросе на холодильники только на севере: якобы эскимосы в них грелись. Но уже в конце 70-х годов объемы производства бытовых холодильников разных типов и марок достигли шести миллионов в год, из них один миллион шел на экспорт.

И В СТАРОСТИ БЫВАЮТ РАДОСТИ

Сейчас Виктор Васильевич на пенсии и подводит итоги своей профессиональной жизни: никогда не изменял любимому делу ради материальной выгоды, при выборе между полезным и приятным останавливался на полезном, между красивым и комфортным выбирал комфортное.

В конце беседы Виктор Пискунов отвечает на самый сокровенный вопрос: считает ли он себя счастливым человеком?

— Я не могу назвать себя несчастливым, — отвечает он. — Когда человек утром с радостью идет на работу, а вечером с радостью возвращается домой, тогда он счастлив. Я старался так жить. Сейчас мои радости — это фотографии, сад и огород. Часто приходится слышать: «В старости не бывает радостей». Я считаю, что людей «элегантного возраста» от печали защищает занятость, работа помогает сохранить радость. А радость и счастье всегда шагают вместе.



ЭКСКУРСИЯ В ТЕМНОТЕ

«Мир на ощупь» — это уникальный интерактивный проект, открытый в торгово-развлекательном центре «Питерлэнд» Санкт-Петербурга. В выходные дни в центре собираются тысячи людей. Возможно, многие из них заглянут внутрь из чистого любопытства, а выйдут уже с немного изменившимся восприятием окружающего мира и самих себя.



«Мир на ощупь» — социальный проект нового формата, где привычные вещи обретают иную реальность. Здесь невозможно увидеть, но можно ОЩУТИТЬ! Посетители объединяются в небольшие группы по 8-10 человек, каждому выдается белая трость, а по зонам их водит внимательный незрячий гид, готовый после экскурсии ответить на вопросы экскурсантов. Это интерактив-

ное пространство в абсолютной темноте площадью 500 кв. м., включающее в себя пять тематических зон. В сопровождении гида в течение 90 минут посетители могут прогуляться по городским улицам и летнему парку, побывать на шумном рынке, изучить интерьер жилой комнаты и выпить освежающий коктейль в кафе. Привычные действия в непривычной обстановке открывают посетителям множество нюансов из жизни людей, лишенных зрения, а также новые возможности собственных органов чувств.

Основная цель проекта — развитие толерантности по отношению к людям с ограниченными возможностями здоровья. Проект призван продемонстрировать, что люди с ограниченными физическими возможностями не ограничены в своем стремлении жить как все — они катаются на велосипедах и занимаются скалолазанием, получают высшее образование и работают программистами, они находят свою любовь и создают прекрасные семьи.

Важнейшая социальная ценность проекта заключается в том, что в нем официально трудоустроено 25 инвалидов, в том числе 19 незрячих гидов. Люди, лишенные зрения, обрели способ показать другим свой мир, полный не только трудностей и ограничений, но и возможностей и перспектив для развития.

Способность к сопереживанию — вот чего лишается современный мир в ежедневной гонке за прибылью и эффективностью. Мы всё чаще позволяем себе резко высказаться о чужом образе жизни, чужом теле, чужой карьере или предпочтениях. Мы почти не думаем о том, что кто-то другой может нуждаться в нашей помощи и понимании. Мы живём в мире состязательности и личных достижений. Проект «Мир на ощупь» призван расширить границы восприятия людей для того, чтобы стереть барьеры между зрячими и незрячими людьми.

Такая полуторачасовая прогулка-квест — лишь часть проекта, за реализацию которой участники благодарны его основателю Анатолию Мовшовичу, владельцу петербургского агентства по организации праздников Show Company. «Мир на ощупь» объединяет в себе потенциал нескольких сфер — как развлекательно-коммерческой, так и социально-образовательной.

В перспективе проект возьмёт на себя множество образовательных функций — планируется проводить мастер-классы по лепке, рисованию, занятия по освоению шрифта Брайля, концерты живой музыки, экскурсии для групп школьников и студентов, корпоративные тренинги.

«Мир на ощупь» планирует пойти дальше, и в будущем, возможно, силами организаторов пространства в школах Петербурга появятся уроки толерантности, которые также будут вести незрячие гиды.





ХОРЕОГРАФИЯ ЛОМАННЫХ ЛИНИЙ

Когда-то Игорь Корнелюк искал свой «город, которого нет». А до города все время оставался «последний шаг, длиннее жизни». В этой песне, как в зеркале, отразилась жизнь 23-летнего Сережи. Он встал с коляски в 14 лет, чтобы больше никогда в нее не сесть. Ему говорили, что он не сможет двигаться, а он бежит. Ему говорили, что он не сможет прыгать, а он отрывается от земли в прыжке. Его жизнь — это путь к тому, чтобы свободно ходить. На этом пути, «то теряя, то путая след», каждый шаг дается юноше с невероятным трудом. И каждый шаг — длиннее жизни.

Сейчас Сережа танцует. Его коронный хореографический этюд — «Город, которого нет». Ни один танцовщик мира не может несколькими шагами изобразить столько пережитого, ведь Сережа танцует свою собственную жизнь. Его партнер по номеру Иван усиливает и оттеняет каждый шаг, играя роль души, не ведающей физических преград и рубежей. В этой танцевальной постановке слились воедино два мира: здорового человека и человека с инвалидностью. А родился номер в инклюзивном пространстве танцевального проекта «Преодолей-ка».

РОЖДЕНИЕ ДУЭТА ИЗ МУЗЫКИ

Инклюзивные танцы — это когда все вместе: и здоровые дети, и ребята с ограниченными физическими возможностями. Учатся понимать друг друга, помогать, дружить и, конечно, танцевать. Идею инклюзивного танца подсказала сама жизнь. В начале в «Преодолей-ке» занимался только один ребенок, семилетний Данька. У мальчика был диагностирован детский церебральный паралич в тяжелой форме, нарушения дыхания, речи и почти полная обездвиженность в инвалидной коляске... А папа привез сына танцевать! Это могло показаться отчаянным шагом, безумием или бесполезной тратой времени. Но художественный руководитель «Преодолей-ки» Евгений Елкин заинтриговал родителей Даниила всего одним вопросом:

— Вы готовы увидеть красоту ломаного танца?

Так началась удивительная история Даниила и самого танцевального проекта. Команда учила мальчика пользоваться танцевальной коляской, координировать движения, развивать чувство ритма. Но дело не спорилось в одиночку. Тогда Анна Гонек, руководитель «Преодолей-ки» и президент благотворительного фонда, привела заниматься свою четырехлетнюю дочку Сашу. Родился первый дуэт и первый вальс, где на «раз-два-три» стерлась стена, которую возводит между людьми слово «инвалидность». Впереди у Дани и Саши — пять лет колоссального труда, усилий и борьбы, пять лет чудес, теплых встреч, дружбы. Забегая вперед, скажем: первый ученик «Преодолей-ки» научится танцевать, поедет с выступлением на Паралимпиаду в Сочи и... встанет с коляски. А «Преодолей-ка» обретет более 150 воспитанников в разных городах страны, которые будут дарить миру особенную, неповторимую хореографию ломаных линий и живых надежд.

ИЗ «ПРЕОДОЛЕНИЯ» В «ПРЕОДОЛЕЙ-КУ»

— Проект родился из случайной встречи, — говорит Анна Гонек, — на отдыхе мы познакомились с Дмитрием Сеньюковым, руководителем благотворительного





Хореограф Милана Кон-Браславская проводит тренировку

центра активной реабилитации инвалидов «Преодоление», на базе которого и появилась «Преодолей-ка». Дмитрий в свое время сам преодолел психологическую травму, принял свой недуг и занялся производством инвалидных колясок активного типа. На новый танцевальный проект нас вдохновил жизненный путь этого человека.

У «Преодолей-ки» сразу появилась собственная производственная база: индивидуальные танцевальные коляски на любой вкус и фасон. Легкие, маневренные, с тремя маленькими колесиками и низкой спинкой — танцор всегда должен держать осанку. Для ребят с инвалидностью такие коляски — жизненная потребность, а для здоровых ребятшек — любимая игрушка. В перерывах между репетициями юные танцоры катаются наперегонки и кружатся на колясках. Благодаря полной интеграции дети избавлены от предрассудков: они все вместе трудятся и вместе играют. О пользе инклюзии написаны целые трактаты, а в «Преодолей-ке» это каждый день познают на опыте: здоровые дети учатся взаимопомощи и уважению, а ребята с нарушениями опорно-двигательного аппарата быстрее социализируются и адаптируются к окружающему миру.

— Труднее всего помочь инвалидам с детства, которые с ранних лет растут в условиях гиперопеки, у

кого нет чувства утраты свободы движения и снижена мотивация на саморазвитие, — считает Анна Гонек. — Таких ребят сложнее «раскачать», поэтому необходим целый комплекс мер: социальная и физическая реабилитация, выражение себя в творчестве и общение со сверстниками.

«Преодолей-ка» — проект благотворительный и абсолютно бесплатный для всех его участников. Он существует шесть лет, и у него уже появилась своя методика. «Преодолей-ка» оказалась востребованной не только в Москве, филиалы центра открылись в Санкт-Петербурге, Белгороде, Дмитрове, а недавно к «Преодолей-ке» присоединились Тюмень и Хакасия. Вместе с региональной географией растет число партнеров и друзей проекта. Недавно для них «Преодолей-ка» провела первый инклюзивный семейный фестиваль, где гости праздника смогли насладиться уникальным хореографическим зрелищем, узнать, как рождаются номера, познакомиться с юными танцорами.

ТЫ, КАК ОНИ. Я ЖЕ, КАК ВОРОНА...

Тягучая, как смола, песня Линды густо течет из танцевального зала. «Я ворона», — говорит героиня певицы Линды, парируя этой фразой косые взгляды и признаваясь в своей правде, — я не такая, как все».

Под эту недетскую песню танцуют ребята с особенностями развития. Движения вдохновенные и порывистые, в них заложена боль отчуждения от общества, своей оторванности, непохожести на других. Одинокую песню белой вороны исполняют Лиза и Злата — в обычной жизни их движения такие же неровные и скованные недугом. Но удивительным образом в танце эти физические особенности обретают гармонию, красоту и особый смысл. Дети не играют чужие роли, они раскрывают зрителям свои судьбы и истории борьбы.

Идея этого танца, как и многих других, принадлежит хударуку «Преодолей-ки» Евгению Елкину. Он же занимается и творческой реабилитацией детей-колясочников:

— Танцевальный номер «Ворона» — это социальная позиция. Дети с инвалидностью взрослеют, скоро им придется окунуться во взрослый мир. Необходима адаптация к этой жизни, чтобы ребята смогли смело заявить обществу о себе и о том, что им нужна не жалость, а соучастие, сопереживание.

По словам Евгения Альбертовича, чтобы ребенок с пораженными мышцами начал ритмично двигаться и танцевать, требуется огромная терапевтическая работа, «настройка» всего опорно-двигательного аппарата. Часто ребенок не знает своего физического потенциала, апатично относясь к возможностям тела.



Художественный руководитель Евгений Елкин занимается гимнастикой с Антоном в ТЦСО «Ясенево»



Художественный руководитель Евгений Елкин на репетиции танца «Я — Маленькая балерина»



Необходимо «перезагрузить» его тело и голову, найти мышцы, которые он может контролировать, и подарить новые, неожиданные ощущения от окружающего мира.

Хореограф Милана Кон-Браславская добавляет:

— Дети вдохновляют нас на работу тем, что они раскрываются, они исполняют свои образы. И нам, педагогам, глядя на самоотдачу ребят, хочется все больше и больше работать с ними.

К слову, хореографы «Преодолей-ки» не делают разницы между детьми: «колясочников» не жалеют, ругают и хвалят наравне с другими. И это тоже важный психологический элемент реабилитации.

— Мы работаем над поиском равновесия, которое дает свободу действий, эмоций и мыслей. Это нужно в танце и в жизни. Я учу ребят оставаться в балансе, в ощущении своего тела. Очень часто людей, попавших в сложные жизненные ситуации, начинают подгонять: давай быстрее, вставай, работай! Я говорю: успокойся, не надо ускоряться, побудь в покое, расслабься, найди равновесие с самим собой — и тебе будет легче.

ТАНЕЦ КАК ЖИЗНЬ В МИНИАТЮРЕ

Занимаясь постановкой танцев, Евгений Елкин творит вместе с детьми, подбирая для них комфортные образы.





Каждый танец — это жизненный путь в миниатюре, где ребенок в полной мере может выразить свою уникальность, показать законы, по которым работает его тело, раскрыть гармонию и красоту своих движений.

В пластическом этюде «Возрождение» танцоры изображают путь человека, который начинает осознавать свое тело, обретает способность дышать, чувствовать, двигаться и, наконец, ходить. Нужно просто протянуть руку помощи другим. Первой на помощь приходит Ксюша с ДЦП и протягивает руку здоровым ребятам, а благодаря ее поддержке танцоры встают на ноги. В двухминутной хореографической зарисовке мало движений, но глубокая содержательность

номера помогает каждому осознать свою значимость в жизни.

На Паралимпиаде ансамбль «Преодолей-ка» выступал с номером «Надежды свет». Это рассказ о Дане, который одиноко идет по жизни, но его всегда сопровождают девочки-звездочки. Они и в финале номера помогают мальчику подняться с коляски и встать на ноги. Кстати, в «Преодолей-ке» это далеко не единственная история, когда ребенок с ДЦП начинает ходить.

Девятилетняя Ксюша Головина на инвалидной коляске солирует в постановке «Я — Маленькая балерина». Девочка внезапно оказывается один на один с





королем. Пластикой рук она выражает целую гамму эмоций, ярко, остро и прочувствованно. Папа Ксюши рассказывает, что дочка влюбилась в хореографию с первого взгляда на экран телевизора, где танцоры на колясках совершали невероятные движения. Ксюша захотела научиться танцевать, и родители быстро отыскали в Интернете «Преодолей-ку». С выбором не ошиблись, и уже после первого занятия у девочки появилось огромное желание учиться танцу, и вдобавок — столько друзей! Теперь у Ксюши другая заветная мечта. Она хочет превратиться в фею с волшебной палочкой, чтобы исполнять желания и мечты других ребятшек.

— Мне хочется быть феей, но это не так уж и просто! Феи очень много летают, я тоже люблю летать, но у меня это пока не получается, — загадочно говорит девочка.

В номере «Благословение земли» солирует 18-летний Юра, воспитанник детского дома. Юноша виртуозно передвигается на коляске, и она словно парит над землей, то вставая на баланс, то дрифта в мягком скольжении. Кажется, ему все подвластно, только земля не хочет принять его шаги. Юра пытается встать на ноги и исполняет красивую дорожку из перекатов, «шпагатов» и балансных позиций. Теперь ему не

страшны падения, а земля сама дает силы на подъем. В финале танца Юра падает вместе с коляской и, торжествуя, встает!

«ПРЕОДОЛЕЙЦЫ» БОЛЬШИЕ И МАЛЕНЬКИЕ

Для любого ребенка главная мотивация на занятия танцами — это возможность выступить перед публикой, показать свои достижения. Ансамбль «Преодолей-ка» выступает много и часто. На страницах его творческой биографии вписаны выступление на Паралимпиаде, концерт в Кремле, фестивале «Факел» в Сочи, Международном Парамузыкальном фестивале, гастроль в Санкт-Петербурге, Ярославле, Оренбурге, Крыму... А в планах на этот год — гастроль в далеком Китае!

Совместные путешествия ярче всего иллюстрируют взаимопомощь, выручку и поддержку между ребятами. Здоровые дети помогают катить коляску, нести сумки, а ребята с инвалидностью стоят за своих друзей горой.

— Я преодолеец! — с гордостью говорит Алеша Кондратьев. — У меня много друзей, даже тех, кто не ходит, кто на коляске. Таких же, как я!

Алеша блистает в хореографической постановке «Куклы». Это танец-игра детей с живыми куклами,

каждая из которых очень необычна и трогательна. Бесконечное сидение в коляске стало утомлять мальчика, и чтобы снять психологическое напряжение, с ним стали проводить много занятий на полу. Эта работа раскрыла необычайную выразительность и пластичность Алешиного тела.

Бывает, что на выступлениях взрослые выделяют из всего коллектива только детей на колясках, игнорируя здоровых танцоров. Сольная партия в танце, безусловно, принадлежит ребенку с инвалидностью, но здоровые дети также стараются показать свое хореографическое мастерство.

Однажды после выступления на одном из московских концертов журналист, обращаясь к Алеше, сказал: «Молодец! Как ты хорошо выступил!» Мальчику стало обидно за друзей, и он громко и четко урезонил взрослого: «Не я — мы хорошо выступили!»

Десятилетняя Саша, дочь Анны Гонек, на вопрос: «Кто такие люди с инвалидностью?» искренне отвечает: «Не знаю». И, кажется, это лучший аргумент в пользу участия здоровых ребяташек в инклюзивном танцевальном проекте.

Любовь, мама десятилетней Насти, год раздумывала перед тем, как привести свою дочь танцевать с детьми с инвалидностью. Теперь, когда у Насти глаза горят и каждая репетиция становится праздником, Любовь уверена:

— Это уникальный проект, он полезен абсолютно всем, и особенно родителям. Я морально готовилась, боялась, что буду жалеть ребят на колясках, а вот дочка адаптировалась сразу же. Достаточно было один раз прийти в «Преодолей-ку», чтобы понять: люди с ограниченными движениями в духовном отношении гораздо выше нас, у них меньше лени, они с усердием работают над тем, что нам дано от рождения. Их нужно не жалеть, а уважать.

ОТ БОКСА ДО ХОРЕОГРАФИИ

В Москве «Преодолей-ка» давно и успешно сотрудничает с Территориальным центром социального обслуживания «Ясенево». С 2010 года Евгений Елкин занимается с ребятами, находящимися в отделении социальной реабилитации детей-инвалидов. У него тренируются шесть ребят-«опорников», трое приезжают из филиала в Теплом Стане. Помимо танца они занимаются гимнастикой, растяжкой и боксом. Очень важна работа в спарринге, когда партнер — и друг, и учитель, ведь каждое действие эмоционально и физически отражается на нем.

Двадцатилетний Антон в инвалидной коляске с рождения. Сейчас он окончил колледж, выучился на бухгалтера и к танцевальным занятиям относится с

неюношеской серьезностью — занимается уже шесть лет. Мама Антона, Ольга Юрьевна, с радостью замечает положительные изменения в сыне: будучи нелюдимым и замкнутым, юноша быстро нашел друзей и подруг.

— Первый раз я заставил себя прийти, а потом втянулся. Это расширяет возможности моего развития, — делится Антон. — Бывает тяжело, но я получаю большое удовольствие от физической нагрузки, иначе мышцы быстро угаснут. И еще мне важно общаться, без друзей бывает скучно.

Директор Центра Татьяна Дведжея также подчеркивает социализацию ребят с помощью совместного танца:

— В нашем инклюзивном направлении мы пошли «от обратного» и пригласили к детям с инвалидностью несколько здоровых ребят. Крепкая дружба и радость от занятий, которую получает каждый ребенок, — лучшее подтверждение, что мы идем правильным путем.

ДЕСЯТЬ ЖИЗНЕЙ В ОДНОЙ

Работая над номерами, Евгений Альбертович всегда учитывает музыкальные пристрастия ребят. Аида с тяжелой формой ДЦП любит композиции Виктора Цоя. В танце на эту музыку она центральная фигура: девочка на коляске, заключена внутри своего тела. Аида почти не двигается, с огромным трудом может произнести несколько слов. И не в силах никому поведать свои переживания. Но они ярко и чувственно отражены на ее лице. Сильная выразительность глаз и мимика Аиды продолжают в шлейфе движений здоровых детей, которые, как луч, вытянулись за коляской. Такой луч поддержки должен появиться в жизни каждого человека с ограниченными физическими возможностями. Это главный посыл танца не только к зрителям, но и намного дальше — в сердце каждого человека.

КАК ПОПАСТЬ В «ПРЕОДОЛЕЙ-КУ»?

Зайти на сайт: www.preodoleyka.org.
Позвонить по телефонам: 8 (916) 801-19-04 (Анна Гонек), 8 (916) 247-82-07 (Ольга Каркишко).

В «Преодолей-ке» бесплатно занимаются как дети, так и взрослые. Вы можете стать участниками проекта, благотворителями или просто зрителями необыкновенных хореографических историй.



НЕСЛОМЛЕННАЯ

Любая инвалидность — это всегда тяжкий крест. Но даже выдавшие виды врачи говорят о случае петербурженки Натальи Александровны Демьяненко, как о «сложной структуре дефекта». Из-за проблем опорно-двигательного аппарата она вынуждена передвигаться на инвалидной коляске, лишена зрения и почти полностью потеряла слух. В ряде случаев она может различить голос своей мамы, но и это с каждым месяцем становится всё сложнее. Несмотря на эти жизненные обстоятельства, Демьяненко — человек позитивный, оптимистичный и открытый для общения.

Она свободно владеет дактилологией: жестовой, пальцевой азбукой глухих, где каждой букве и каждому знаку препинания соответствует свой жест. Например, буква «а» обозначается сжатым кулаком, буква «б» — сочетанием полусогнутых и сжатых пальцев.

Кроме того, Наталья знает, хотя и далеко не в совершенстве, язык жестов. В отличие от дактилологии в языке жестов каждый жест обозначает не отдельную

букву, а целое слово: существительные, прилагательные, глаголы, наречия, местоимения и т.д. Общаться на языке жестов гораздо удобнее и быстрее, чем с помощью дактилологии. Поэтому эта система используется и глухими, и слепоглухими людьми.

Разница состоит в том, что слепоглухие воспринимают жесты не зрительно (как большинство глухих), а тактильно, по системе «рука — в руке». Жесты «выступают», «выдавливаются» на ладони. Поэтому со зрячими глухими Наталье общаться просто: фактически они говорят «на одном языке».

Наталья Демьяненко может вступить в диалог не только с глухими соотечественниками, но и с обычными зрячеслышащими россиянами. Она освоила простой способ коммуникации, доступный всем слепоглухим — дермографию, письмо на ладони. Любой человек, который хочет что-то сказать Наталье, может печатными буквами «написать» своё сообщение у неё на ладони, «выдавливая» буквы указательным пальцем.

Петербурженка не слышит своего голоса, но она может чётко и понятно говорить. Кроме того, Демьяненко уверенно владеет компьютером, использует возможности Интернета. Разумеется, будучи слепой, она не способна прочитать текстовую информацию на обычном мониторе. Но, к счастью, существуют специальные рельефно-точечные (брайлевские) дисплеи, доступные для слепых и слепоглухих людей.

На таких дисплеях вся информация передаётся в виде «брайлевского шеститочия» (различных комбинаций выпуклых точек). Из сердцевины дисплея выскакивают, «выпрыгивают» специальные маленькие колпачки, которые осязаются чуткими подушечками пальцев.

Владение компьютером даёт возможность Наталье вести интенсивную переписку по электронной почте, быть участницей интернет-форумов и чатов, заниматься литературным творчеством и редакторской работой. Она является членом редакционного совета журнала слепоглухих россиян «Ваш собеседник».

Нам захотелось больше узнать о жизни этого удивительного человека. Мы встретились в Москве на одном из мероприятий фонда социальной поддержки слепоглухих «Со-единение». Волонтёр этого фонда выступала вопросы на ладони Натальи, а она отвечала с помощью голоса.

— Наталья Александровна, не могли бы вы рассказать об основных вехах своей жизни?

— Я родилась в Ленинграде в 1977 году. Зрение потеряла в младенчестве, в возрасте двух лет. Способность видеть мир была утрачена после наркоза. Об этой истории я знаю со слов мамы. У меня была повреждена нога. Требовалась операция под наркозом. В больницу меня доставили зрячим ребёнком, а после выписки я была уже слепой.

— Проблемы со слухом и опорно-двигательным аппаратом — это тоже последствия наркоза?

— Трудно сказать. Эта история произошла в конце семидесятых годов. Расследования тогда не проводилось. В течение жизни мне ставили разные диагнозы. Я молю Бога, чтобы у меня, во всяком случае, на долгие годы сохранилась чувствительность рук. Это самое главное для меня! С помощью кончиков пальцев я воспринимаю информацию на брайлевском дисплее, пользуюсь электронной почтой, общаюсь в социальных сетях. Интернет даёт мне возможность постоянно быть в курсе новостей.

Недуги наваливались на меня постепенно. В 16 лет мне пришлось сесть в инвалидную коляску. В двадцать лет стал падать слух. И в настоящее время я уже практически ничего не слышу.

Наверное, самый трудный период моей жизни — с двадцати до двадцати пяти лет. Мне понадобилось пять лет, чтобы смириться со слепоглухотой. Не привыкнуть к ней, но хотя бы с ней смириться.

— Многие слепоглухие люди обречены на одиночество. Но вам удалось создать семью.

— С Владиславом мы познакомились в 2003 году. Это было заочное знакомство. Я ответила на его объявление в журнале Всероссийского общества слепых «Наша жизнь». Переписка шла с помощью рельефно-точечного шрифта. В 2005 году состоялась наша первая личная встреча. Он приехал ко мне в Санкт-Петербург. В 2007 году мы поженились.

— Ваша семейная жизнь с Владиславом стала примером для многих товарищей по несчастью. Вам удалось достичь значительной самостоятельности.

— Родные люди оказывают нам большую помощь, и я им очень благодарна за это. Особенно хочется поблагодарить маму Людмилу Александровну и отчима Геннадия Ивановича. Но мы с Владиславом — взрослые люди и хотим быть самостоятельными.

Значительную часть года мы проводим на даче в Ломоносовском районе Ленинградской области. Это не просто дача, а тёплый, уютный деревенский дом, предназначенный для круглогодичного проживания. Мама и отчим регулярно нас навещают, привозят продукты. Но с каждодневными бытовыми делами мы справляемся сами. Например, я режу овощи, разделяю курицу, рыбу или мясо, а Владислав стоит перед плитой, варит, жарит, тушит... Мы активно используем современную кухонную технику: мультиварку, хлебопечку, микроволновку.

Владислав — тотально слепоглухой. Но с опорно-двигательным аппаратом у него нет проблем. Он — физически сильный мужчина. Зато у меня, несмотря на потерю слуха, сохранились навыки устной речи, а ему говорить трудно. Таким образом, наши бытовые навыки дополняют друг друга.

— Я слышал, что ваш муж даже сам в магазин ходит.

— В принципе, в этом нет необходимости. Но он любит посещать наш деревенский магазин. Для него это своеобразный «выход в люди». Он знает дорогу до магазина, самостоятельно её проходит с белой тросточкой. С собой он берёт заранее составленный список продуктов и деньги на их приобретение.

Всё получается отлично. В магазине ему дают нужные продукты, сдачу. Потом для нас особенно приятно готовить обед из продуктов, которые были самостоятельно куплены.



— **Расскажите, пожалуйста, о вашей журналистской и литературной работе.**

— Я являюсь не только постоянным автором журнала «Ваш собеседник», но и членом его редакционного совета. Мои рассказы, заметки и очерки посвящены жизни слепоглухих. Мне хочется поделиться своим жизненным опытом.

В настоящее время тираж брайлевской (рельефно-точечной) версии журнала составляет сто экземпляров, плоскпечатного издания — полторы тысячи экземпляров. В Интернете СМИ регулярно читают несколько тысяч человек. «Ваш собеседник» нужен не только самим слепоглухим, но и всем людям, стремящимся разобраться в феномене слепоглухоты: психологам, социальным работникам, медикам и многим другим.

— **Практически в каждом номере журнала «Ваш собеседник» печатаются ваши кулинарные рецепты.**

— Все эти кулинарные рецепты мы с Владиславом осуществили на практике. Всё просто и вкусно! А самое главное — моими рецептами могут без посторонней помощи воспользоваться слепоглухие люди.

Например, в одном из последних номеров журнала я рассказываю о приготовлении коврижки с изюмом и орехами. Нужно взять двести граммов муки, двести

граммов сахара, три яйца, две столовых ложки сметаны, двести пятьдесят граммов изюма (без косточек), двести граммов грецких орехов. Яйца размешать (не взбивать) с сахаром и сметаной. К ним добавить муку, орехи и изюм. Всё хорошо перемешать. Форму смазать маслом или маргарином, присыпать мукой. Выложить тесто в форму, поставить в предварительно разогретую до ста восьми-десяти градусов духовку и выпекать сорок — сорок пять минут. Готовую коврижку осталось только немного остудить и разрезать на кубики. Чаепитие с такой коврижкой получится особенно душевным. Гарантирую!

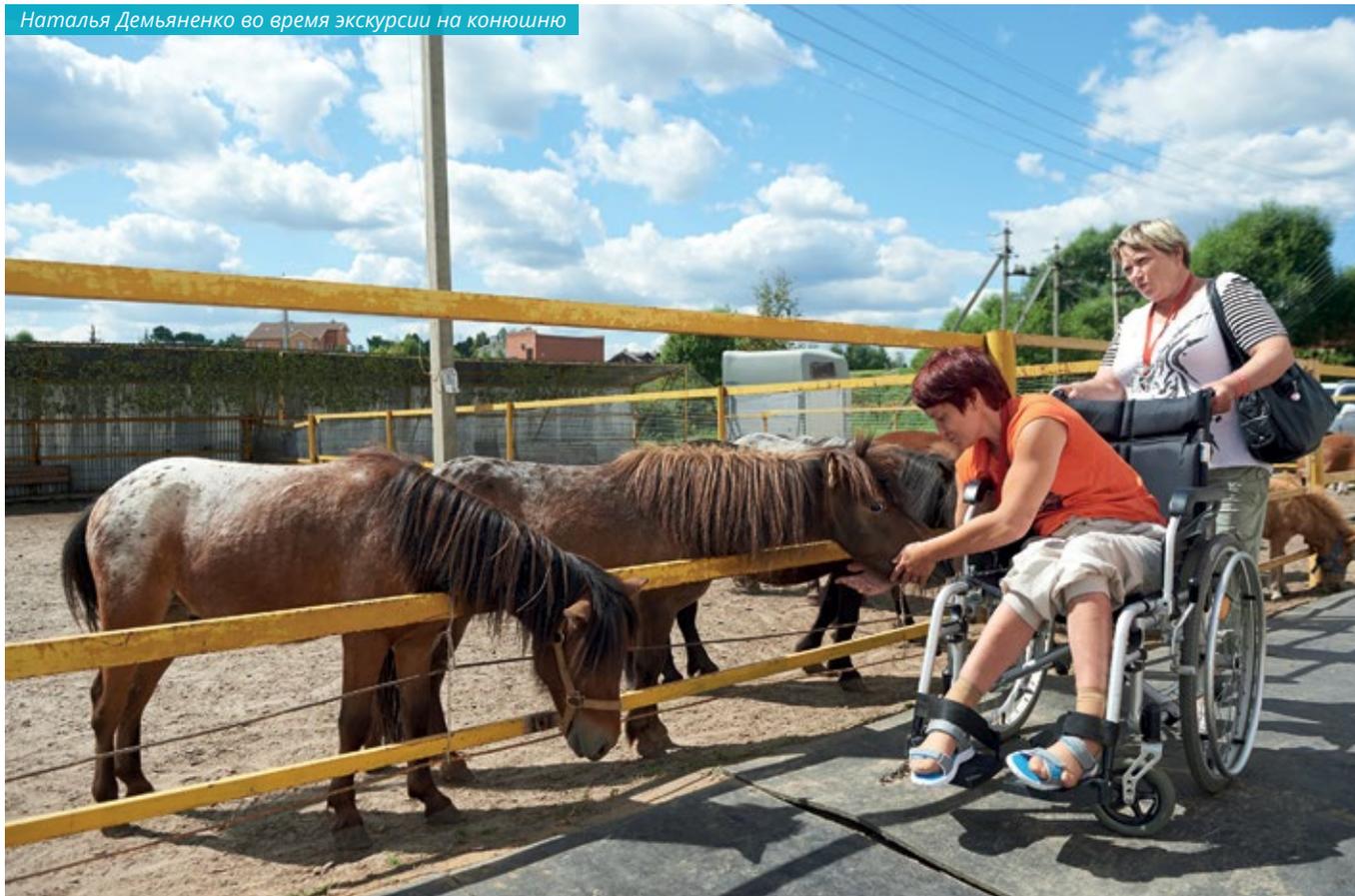
— **Вы пишете в журнале не только на кулинарные темы?**

— Я рассказываю о возможностях компьютерной техники, о том, как слепоглухому человеку стать уверенным пользователем компьютера. Ещё пишу о домашних любимцах. У нас с Владом — два пуделя и кошка. Эти животные — полноправные члены нашей семьи. Мы их воспитываем. Пудели уже научились закрывать за собой дверь.

— **С какими проблемами вы сталкиваетесь в повседневной жизни?**

— По моему мнению, главная проблема для многих слепоглухих — это отсутствие так называемой

Наталья Демьяненко во время экскурсии на конюшню



«тревожной кнопки». С одной стороны, нам хочется с Владом оставаться вдвоём, иногда мне приходится и одной оставаться дома. Но становится страшно, что в критической ситуации слепоглухие люди фактически являются беспомощными.

Например, однажды на даче, когда я была одна, я обожглась кипятком. Было очень больно и страшно. Мне потребовалось полчаса, чтобы с огромным трудом выбраться из дачного домика на улицу. Я стала кричать, подошла соседка. Я сказала ей, что мне плохо и надо позвонить маме. Мама в то время была в Санкт-Петербурге и сразу же ко мне приехала. А если слепоглухой человек не владеет устной речью, то ему ещё сложнее попросить о помощи, так как обычные люди не знают языка жестов!

СПРАВКА

В России с 2014 по 2015 год по инициативе Фонда поддержки слепоглухих «Со-единение» была проведена перепись слепоглухих людей. В переписи приняли участие 2 203 человека. В результате полученных данных, доля слепоглухих в России составляет 1,5 на 100 000 населения.

Запомнился ещё один случай. Мы с Владом были на даче вдвоём. И ночью кто-то пытался залезть в наш дом. Были разбиты стёкла в окнах. Мы очень испугались. Наши собаки подняли громкий лай. Возможно, этот лай и остановил злоумышленников. Они не стали осуществлять свой план.

Мне бы хотелось постоянно носить специальный браслет с «тревожной кнопкой». Нажав на эту кнопку, можно было бы в любое время дня и ночи осуществить вызов специальной службы, помогающей людям с тяжёлой инвалидностью. Я знаю, что за рубежом и в некоторых крупных российских городах такая служба давно уже работает. Вот только у нас её, к сожалению, нет. А как бы хотелось быть под защитой специалистов, которые должны иметь даже ключи от жилья инвалидов, чтобы в случае необходимости сразу прийти на помощь.

Мы тепло простились с нашей удивительной собеседницей. Её полная борьбы жизнь ещё раз доказывает, что даже самая тяжёлая инвалидность, даже самые тяжёлые удары судьбы не лишают человека возможности быть счастливым, а её жизненный опыт может быть ценен и полезен для многих читателей нашего журнала.

*Фотографии Ильи Бруштейна
и из архива фонда социальной поддержки
слепоглухих «Со-единение»*



РОМАШКОВЫЙ ПРАЗДНИК ДЛЯ ОСОБЕННЫХ ДЕТЕЙ

В Марфо-Мариинской обители милосердия на Большой Ордынке состоялся праздник, посвященный Дню семьи, любви и верности. На весь день территория обители превратилась в красочный городок детства, гостями которого стали ребята с ограниченными возможностями здоровья и их родители.

ВОЗЬМЕМСЯ ЗА РУКИ, ДРУЗЬЯ!

Благотворительное мероприятие провели совместными усилиями. Организаторами выступили ГАУ «Научно-практический центр медико-социальной реа-

билитации инвалидов (ГАУ НПЦ МСР) им. Л.И. Швецово», Московская ассоциация специалистов Службы ранней помощи по профилактике детской инвалидности, Московская городская ассоциация родителей детей-инвалидов, Марфо-Мариинская обитель

милосердия. Соорганизаторами праздника стали Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы, Комитет общественных связей города Москвы, Департамент культуры города Москвы, Департамент образования города Москвы, Московская городская организация общероссийской общественной организации «Всероссийское общество инвалидов», благотворительный фонд помощи детям, рожденным на раннем сроке, «Подари солнечный свет».

Концертную площадку оборудовали прямо перед белоснежными стенами храма. Гостям вручали символ праздника — ромашку, предлагали занять места в импровизированном зрительном зале. Детей и родителей приветствовали настоятельница Марфо-Мариинской обители милосердия игуменья Елисавета (Позднякова), Уполномоченный по правам ребенка в городе Москве Евгений Бунимович, депутат Мосгордумы Лариса Картавецца, заместители руководителя ДТСЗН города Москвы Татьяна Полякова и Татьяна Барсукова, директор ГАУ НПЦ МСР им. Л.И. Швецовой Светлана Воловец, представитель Комитета общественных связей города Москвы Марина Сулова, директор ГБУ «Научно-практический центр специализированной медицинской помощи детям им. В.Ф. Войно-Ясенецкого» Андрей Притыко, председатель Московской городской ассоциации родителей детей-инвалидов Юлия Камал и другие. Прозвучало много теплых слов о семье, ее значении в жизни каждого человека.

«Семья — это в первую очередь жертвенность, служение, — отметила игуменья Елисавета (Позднякова). — В жизни бывают разные испытания, и выживают те семьи, где каждый живет друг для друга. Чтобы научить этому наших детей, нужно в первую очередь самим так жить».

О нелегкой миссии родителей, взявших на свои плечи заботу о детях-инвалидах, напомнил директор Научно-практического центра специализированной медицинской помощи детям им. В.Ф. Войно-Ясенецкого Андрей Притыко: «Мы, детские врачи, понимаем, что 90 % удачного лечения ребенка во многом зависит от родителей. Хочу поклониться родителям, которые несут тяжелый крест — растят ребенка с заболеванием. Наша Московская ассоциация специалистов Службы ранней помощи по профилактике детской инвалидности уже составила рекомендации по реабилитации детей в возрасте от рождения до года, и мы готовы предоставить их всем докторам России. Мы всегда готовы подставить плечо вам, дорогие родители, и вашим детям».

От имени родительской общественности председатель Московской городской ассоциации родителей



Праздничная площадка возле храма



Игуменья Елисавета



детей-инвалидов Юлия Камал поблагодарила всех, кто помогает семьям с непростыми судьбами. «Наш крест действительно нелегок, но мы несем его и счастливы в своих семьях, — отметила Юлия Игоревна. — Будем и дальше вместе с нашими помощниками — органами власти, общественными организациями, государственными учреждениями — заботиться о семьях, повышать качество жизни наших детей».

ГОРОДОК ДЕТСТВА

Организаторы постарались, чтобы всем в этот день было хорошо, комфортно, радостно. Мамы и папы, воспитывающие детей с особенностями развития, смогли немного отдохнуть от своих нелегких обязанностей, пообщаться друг с другом, посмотреть праздничный концерт с участием самодеятельных артистов и профессиональных коллективов. Зрители дружно аплодировали воспитанникам детской эстрадной студии «Джамбли» Московского городского дворца детского (юношеского) творчества на Воробьевых горах. Юные «берендеи» из театральной студии «Маскарад» культурного центра «Внуково» вышли на сцену с красочным спектаклем по пьесе-сказке Александра Островского «Снегурочка».



Для маленьких гостей была предусмотрена обширная развлекательная программа. Среди тенистых аллей, благоухающих клумб, живописных уголков ландшафтного дизайна расположились творческие и игровые площадки, где каждый мог найти занятие по душе. Под руководством клоунов-аниматоров ребята с увлечением играли, пели, танцевали, катались на лошадях. Участники фольклорного ансамбля «Беседа» зазывали всех в веселый хоровод, приглашали поучаствовать в народных играх и забавах.



В «Мастерской полезных каникул» кипела творческая работа — волонтеры из «Школы московских вожатых» агентства «Мосгортур» учили ребят делать пластилиновые открытки, браслеты из фетра, расписывать деревянные доски и глиняные тарелки. Рядом разместилась студия аквагрима, где каждый малыш мог примерить образ любимого мультперсонажа. Всех желающих (а их было немало!) угощали мороженым.

За одним из столов ребята сосредоточенно мастерили ромашки из цветной бумаги. Каждому предложили загадать желание и написать его внутри бумажного цветка. В итоге получилось панно из ромашек, на котором взрослые могли прочитать, о чем мечтают «особенные» дети. Вот они, эти простые мечты: «Хочу велосипед», «Мечтаю о собаке», «Хочу поехать в Китай», «Пусть будет мир всем в мире», «Я хочу жить долго»...



ПРИЮТ ДЛЯ «СОЛНЕЧНЫХ» ДЕТЕЙ

От души веселились на праздничной площадке воспитанницы православного Елизаветинского детского дома, действующего при Марфо-Мариинской обители милосердия. В прошлом году сюда из детского дома-интерната привезли шесть девочек с синдромом Дауна. Сотрудники детдома поставили перед собой цель — помочь в развитии и социализации малышек, а главное, постараться найти для них приемных родителей. На вопрос, как поживают «солнечные» дети, игуменья Елисавета заверила, что развитие воспитанниц идет успешно: благодаря занятиям с опытными педагогами они становятся общительными, у них открываются таланты. Например, четырехлетняя Ксюша проявляет удивительные музыкальные и танцевальные способности, ее ровесницу Стешу уже удалось определить в замещающую семью.

ВМЕСТЕ ЛЕГЧЕ ВЫЖИТЬ

Среди гостей праздника были и семьи, входящие в межрегиональную общественную организацию «Ассоциация больных туберозным склерозом». Это редкое генетическое заболевание поражает центральную нервную систему, внутренние органы, сопровождается эпилепсией, отставанием в развитии. По словам



Спектакль «Снегурочка»



президента ассоциации Евы Стюарт, организация оказывает поддержку больным и их родственникам.

«Мы все друг другу помогаем, потому что вместе легче выживать, — подтвердила Мадина Махаева,

СПРАВКА

Основной задачей Московской ассоциации специалистов Службы ранней помощи по профилактике детской инвалидности является консолидация профессионального сообщества специалистов ранней помощи, привлечение широкого общественного внимания к проблемам семей, имеющих детей младенческого и младшего возраста с задержкой физического и психического развития.

Главная цель этого сотрудничества — разработать алгоритм структурного взаимодействия учреждений здравоохранения, социальной защиты, образования, культуры с общественными организациями, фондами, ассоциациями в вопросах медико-социальной реабилитации и психолого-педагогической коррекции детей раннего возраста с ограниченными возможностями здоровья.

мама 4-летнего Макара, у которого диагностирован туберозный склероз. — Мы с мужем делаем для своего ребенка все возможное: используем все доступные средства лечения, посещаем психотерапевта, катаемся на лыжах, лошадях, недавно приехали из Анапы, где Макар прошел курс дельфинотерапии. Ждем, когда наш малыш заговорит, надеемся на лучшее».

ПОМОГАТЬ НУЖНО СООБЩА

Пока дети играли на праздничных площадках, взрослые собрались в конференц-зале для серьезного разговора. Темой круглого стола стала выработка стратегии общественной профилактики социального сиротства детей-инвалидов. К обсуждению пригласили представителей научных кругов, органов законодательной и исполнительной власти, православной церкви, родительской общественности.

Семью, в которой родился ребенок-инвалид, нельзя оставлять один на один с трудностями, помогать нужно сообща и как можно раньше — с этим утверждением были согласны все присутствующие. Каждый выступающий предлагал свои пути решения задачи.

Так, представители Московской ассоциации специалистов Службы ранней помощи по профилактике детской инвалидности предложили создать рабочую



группу, которая позволила бы на межведомственном уровне разработать стратегию сохранения кровной семьи для детей-инвалидов. «Зачастую уделом детей, родившихся с выраженными нарушениями развития или группой патологий, становятся государственные учреждения для сирот, — отметила председатель президиума ассоциации, директор Научно-практического центра медико-социальной реабилитации инвалидов им. Л.И. Швецовой, доктор медицинских наук, профессор Светлана Воловец. — Очень важно, что в последние годы Правительство Москвы активно занимается устройством детей-инвалидов в приемные семьи, но не менее важно, чтобы ребенок рос и воспитывался в кровной семье. Это главная задача, которая стоит перед нашей ассоциацией, и мы должны консолидировать усилия для ее решения».

По мнению Воловец, никто не вправе уговаривать родителей оставить ребенка на попечении государства. «Любое решение должны принимать только сами родители, — подчеркнула директор Центра медико-социальной реабилитации инвалидов им. Л.И. Швецовой. — А для нас важно найти механизмы, которые могли бы мотивировать родителей. Необходимо сформировать у них ответственное и позитивное отношение к факту рождения малыша, даже если он не такой, как все».

ШКОЛА ДЛЯ БУДУЩИХ РОДИТЕЛЕЙ

Тему поддержал сопредседатель президиума Московской ассоциации специалистов Службы ранней помощи по профилактике детской инвалидности, директор Научно-практического центра специализированной медицинской помощи детям академик Андрей Притыко. Он предложил создать во всех округах столицы школы будущих родителей для просветительской работы с семьями, в том числе и теми, у кого родился малыш с особенностями развития. Цель — объяснить молодым парам, с какими трудностями они могут столкнуться, если в семье появится новорожденный малыш с ограниченными возможностями здоровья, проинформировать родителей, куда надо обращаться, какой алгоритм действий существует. По его мнению, к этой работе нужно привлечь медиков, психологов, социальных работников, а также родителей, которые могут поделиться практическим опытом воспитания детей с инвалидностью.

СОЦРАБОТНИК У КОЛЫБЕЛИ

«Важным аспектом социальной реабилитации является психологическая работа с семьей, в которой родился «особенный» ребенок, — напомнила Светлана



Воловец. — Психолог может помочь родителям, бабушкам, дедушкам выработать стрессоустойчивость к той ситуации, в которой они оказались. Ведь семья воспринимает появление ребенка как огромную радость, праздник, и когда рождается малыш с особенностями в развитии, родители, особенно молодые, могут просто растеряться. Очень важно, чтобы в этот момент рядом оказались компетентные специалисты, которые подскажут правильные дальнейшие действия, дадут профессиональные советы».

Таких специалистов по сопровождению семьи уже готовит Российский национальный исследовательский медицинский университет им. Н.И. Пирогова. Об этом рассказала сопредседатель президиума Московской ассоциации специалистов Службы ранней помощи по профилактике детской инвалидности, заведующая кафедрой реабилитологии и физиотерапии РНИМУ им. Н.И. Пирогова, доктор медицинских наук, профессор Елена Сергеевко. По ее словам, психолого-социальный факультет вуза впервые выпустил группу специалистов по социальной работе, которые могут осуществлять психологическое сопровождение семьи с момента рождения ребенка. Такой специалист должен входить в штат родильного дома,

перинатального и реабилитационного центров, его функция — быть координатором, с первых дней жизни ребенка разработать для родителей правильный социальный маршрут, дать информацию о семье в органы здравоохранения и социальной защиты. Очень важно начать патронировать ребенка на самой ранней стадии — в этом случае мама выйдет из родильного дома с пониманием ситуации, специалисты по месту жительства семьи будут предупреждены и готовы оказать помощь.

ПРАВОВОЙ ЛИКБЕЗ ДЛЯ МАМЫ

Семьям с детьми-инвалидами необходима правовая поддержка и четкое информирование о мерах социальной помощи. Об этом заявила президент Ассоциации родителей детей со спинномозговой патологией, мама ребенка-инвалида Наталья Кудрявцева. По ее словам, многие родители сталкивались с ситуацией, когда сотрудники роддома уговаривали их отказаться от «бракованного» ребенка. Происходило это потому, что медики не могли объяснить семье, каковы ее дальнейшие перспективы. «А ведь на деле со стороны государства и московских властей осуществляется

колоссальная социальная поддержка семей с детьми-инвалидами, — заверила Наталья Кудрявцева. — В своей организации мы составили перечень мер поддержки, которые предоставляются таким семьям, получилось 27 страниц текста. Эти меры касаются получения образования, трудовых и налоговых льгот, финансовой и материальной помощи, пенсионных выплат и прочих видов государственной поддержки. Предлагаю организовать правовое информирование родителей детей-инвалидов. Возможно, юрист станет тем необходимым коммуникатором между различными ведомствами, призванными оказывать помощь таким семьям».

Предложения, прозвучавшие на заседании круглого стола, поддержали представители городских властей: заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Татьяна Полякова, начальник Управления по работе с округами Департамента здравоохранения города Москвы Светлана Браун.

Участники обсуждения подчеркнули, что в работе по медико-социальной реабилитации детей-инвалидов важно наладить преемственность служб помощи, чтобы малыш и его семья не оказались в информационном вакууме, и на последующих этапах жизни ребенок также находился под патронажем квалифицированных специалистов.

НАША СПРАВКА

Территория милосердия

Марфо-Мариинская обитель милосердия была основана в 1909 году великой княгиней Елизаветой Фёдоровной, сестрой русской императрицы Александры. После трагической гибели мужа, великого князя Сергея Александровича Романова, погибшего от руки террориста, княгиня продала имущество и драгоценности, приобрела усадьбу с садом на Большой Ордынке, 34, где и расположилась обитель. Сестры занимались благотворительной и медицинской работой. Здесь открыли больницу, амбулаторию, аптеку, детский приют, бесплатную столовую. В храме Покрова Пресвятой Богородицы, построенном по проекту архитектора Алексея Щусева, проходили просветительские лекции, духовные чтения.

После прихода к власти большевиков Елизавета Фёдоровна продолжала заниматься благотворительной работой в обители. В мае 1918 года она была арестована и выслана в Екатеринбург. В ночь на 5 (18) июля 1918 года Елизавета Фёдоровна вместе с монахиней Варварой Яковлевой и великими князьями были живыми сброшены в шахту заброшенного рудника под Алапаевском. Когда в Екатеринбург вошла армия Колчака, тела мучеников извлекли из шахты и отправили в Иерусалим, где они были погребены.

После закрытия обители на ее территории размещались кинотеатр, поликлиника, реставрационные мастерские. Возрождение началось в 1992 году, когда территория была передана Московской патриархии. Великая княгиня и сестра Варвара были причислены к лику святых. На территории установили памятник Елизавете Фёдоровне работы скульптора Вячеслава Клыкова. В мае 2014 года Марфо-Мариинская оби-

тель была преобразована в ставропигиальный женский монастырь.

Традиции милосердия живы здесь и поныне — в обители успешно реализуется целый ряд социальных проектов. В медицинском центре «Милосердие» проходят бесплатное лечение дети, страдающие детским церебральным параличом. Действует паллиативная служба — ее сотрудники оказывают медицинскую, социальную и психологическую помощь на дому неизлечимо больным детям. Ведется выездная работа по оказанию помощи людям, страдающим тяжелым неврологическим заболеванием — боковым амиотрофическим склерозом.

В православном Елизаветинском детском доме живут около 20 воспитанниц, в том числе дети с синдромом Дауна. Они проходят курс реабилитации, социализации, получают образование, духовно-нравственное воспитание, медико-психологическую помощь.

Развивающий центр «Елизаветинский сад» — единственный в Москве детский сад для детей со средней и тяжелой степенью ДЦП. В прошлом году здесь получили квалифицированную помощь 43 ребенка.

В обители организован Центр семейного устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Здесь оказывают помощь родителям, воспитывающим приемных детей, осуществляют комплексное сопровождение замещающих семей.

Организована служба помощи людям, попавшим в трудную жизненную ситуацию. Для них работает телефон круглосуточной горячей линии: 8 (495) 542-00-00. К работе активно привлекаются добровольцы.

На подворье Марфо-Мариинской обители в Севастополе с 2011 года работает Центр отдыха для семей с детьми-инвалидами «Солнышко в ладошках».



БЫТЬ ИЛИ НЕ БЫТЬ ВСЕРОССИЙСКОМУ ДНЮ ОТЦА?

Уже третий год в Москве и во многих регионах России на открытых площадках отмечают День отца. Однако в нашей стране этот праздник не является официальным. 9 июля на «Папа Фест» начался сбор подписей в поддержку указа об учреждении Дня отца в России. Но что мы знаем об этом празднике?

День отца появился в Соединенных Штатах Америки. В 1909 году Сонора Смарт обратилась к местным властям с просьбой утвердить этот праздник. Ведь всем в своей жизни она была обязана отцу Уильяму Джексону Смарту. После смерти жены он один воспитывал шестерых детей. Власти одобрили предложение Соноры и решили назначить празднование на 5 июня — день рождения Уильяма Смarta, но праздник был перенесен на 19 июня 1910 года.

В 1924 году идею поддержал президент США Калвин Кулидж. В 1956 году конгресс США принял резолюцию о необходимости учреждения праздника. В 1966 году президент США Линдон Джонсон официально назначил третье воскресенье июня Днем отцов. Но узаконен праздник был лишь в 1972 году главой страны Ричардом Никсоном.

Сейчас Международный день отцов учрежден более чем в 50 странах мира. В Австралии и Новой Зеландии этот праздник отмечают в первое воскресенье сентя-

бря, в Таиланде — 5 декабря, в день рождения короля. В Эстонии, Швеции и Финляндии пап поздравляют во второе воскресенье ноября, а в Литве — в первое воскресенье июня. В Германии День отцов приурочен к празднику Вознесения Господня, в Италии — к Дню святого Джузеппе. В Италии, Португалии и Испании официальная дата празднования — 19 марта.

В Международный день отцов в мире принято приносить розы. Красные — если отец жив, белые — если умер. Еще со времен Античности этот цветок символизирует любовь. Также в каждой стране принято дарить, кроме подарков, свою заботу, внимание, свою любовь. Но главная часть традиции — благодарность. И тут возникает вопрос: нужен ли официальный праздник, чтобы сказать своему отцу спасибо?

Но, с другой стороны, в мире отмечается День матери. Истории этих праздников очень похожи. В 1907 году американка Анна Джервис обратилась к властям с инициативой чествования матерей. Ее мать к тому моменту ушла из жизни. В 1910 году День матери был учрежден. В 1912 году появилась Международная ассоциация Дня матери. Сегодня этот праздник отмечается во многих европейских странах во второе воскресенье мая.

В России День матери стал официальным в 1998 году. Сегодня в США и Австралии символом праздника является гвоздика, а у нас — незабудка. Целью учреждения Дня матери в России стало повышение социальной значимости материнского труда и самопожертвования ради блага своих детей. Так, число матерей-одиночек в 1989 году находилось в интервале от 1,6 до 2 млн, в 2002 году — от 2 до 2,5 млн, в 2010-м — от 2,5 до 3 млн. Однако понятие «одинокый отец» в законодательстве РФ отсутствует. В 2002 году число семей в России, состоящих из отца с детьми, достигло 600 тысяч, в 2010-м — 800 тысяч. Разница огромна. Тем не менее стоит провести параллель между двумя другими российскими праздниками: 23 февраля и 8 марта. Вечный вопрос, возникающий между красивой и сильной половинами населения нашей страны: кого нужно поздравлять в эти дни? Если ты не служил в армии, значит, не можешь отмечать этот праздник. То же относится и к женщинам, не имеющим детей. Основываясь на этой теории, снова обратимся к статистике. На данный момент служивших мужчин в РФ около 30 млн человек. А рожающих женщин в России приблизительно 60 млн. Дамы снова одерживают победу. Однако оба праздника в нашей стране зафиксированы законодательно. На это есть веские причины. Нужно поддерживать как слабый пол, воспитывающий детей, так и сильный пол, защищающий родину и ее интересы.

Теперь обратимся к неофициальному, но распространенному празднику в нашей стране — 14 февраля. День Святого Валентина отмечается в России с 1990-х годов.

Сегодня его празднуют около 80 % жителей РФ. В этот день они дарят друг другу «валентинки» — открытки в форме сердечек, где пишут свои признания в любви. Это самый романтичный праздник в мире. В день Святого Валентина люди дарят друг другу любовь, тепло и заботу. В это время также часто заключаются браки. Но 14 февраля не признан официальным праздником в России. Почему? Возможной причиной является отношение церкви, как русской православной, так и католической. Католики считают, что в основе этого праздника лежит языческий обряд, в ходе которого поощрялся разврат.

Все же день Святого Валентина был нами заимствован. Легенды об этом празднике идут из самого Средневековья. Наши же корни были крепко привязаны к церкви. До XX века русский человек был истинно верующим. И до сегодняшнего дня в нашей жизни присутствуют церковные традиции. Поэтому пока день Святого Валентина остается неофициальным светским праздником.

Итак, проведя параллели, вернемся к Дню отца. Несмотря на количество разводов или число матерей-одиночек, в России есть полные семьи, где отцы не жалеют сил, чтобы прокормить своих детей, дать им достойное образование и лучшее будущее. Недаром появилась песня «Папа может», известная сегодня каждому жителю нашей страны. Так, может быть, стоит учредить праздник именно для тех отцов, которые действительно его заслуживают? Ведь, как сказал выдающийся российский историк В.О. Ключевский: «Гораздо легче стать отцом, чем оставаться им».



ПРЯМАЯ РЕЧЬ

«Сегодня «Папа Фест» проходит не только в Москве, но и в других регионах России. Отцы приходят со своими детьми на праздник. И наша с вами задача – чтобы этот день стал всероссийским. Для этого мы прикладываем много усилий. И я надеюсь, что в ближайшее время выйдет указ президента об учреждении Дня отца».

Депутат Госдумы Александр Сидякин



НА КОНСУЛЬТАЦИИ

у Екатерины Игониной,
психолога ГБУ «Московская служба
психологической помощи населению»
Департамента труда и социальной
защиты населения города Москвы.

На нашу детскую площадку стали привозить на инвалидной коляске девочку с ДЦП. Ее мама хочет, чтобы дочка посмотрела на детей, может быть, как-то поучаствовала в детских играх. Ребята с интересом смотрят, но играть не торопятся — они не понимают, что с ней, все ли с ней в порядке.

Позже я заметила, как они приходят на площадку, некоторые мамочки сразу уводят своих детей на другую сторону, подальше от девочки-инвалида. Я пыталась объяснить своему сыну, который все время интересовался, что это с девочкой, что она больна, что нужно быть к ней внимательным. Сын только кивал головой, но ни в какую не хотел к ней подходить, а тем более играть с ней. Понимаю, что надо быть толерантным, что и взрослые, и дети неправильно себя ведут, но ничего поделать не могу. Как быть, как научить и научиться правильно вести себя с инвалидами, чтобы не делать им больно?

Ася Р., Воронеж

Здравствуй, Ася! При прочтении письма создаётся впечатление, что Вы немного запутались. Вы считаете себя нетолерантным человеком, предубеждены против людей с ограниченными возможностями? Вам не хочется с ними общаться и также Вы против того, чтобы Ваш сын играл с «особенными» детьми? Это один вариант. Или же Вы просто не знаете, как правильно общаться с имеющими проблемы со здоровьем детьми или взрослыми? Боитесь им причинить вред по неосторожности, расстроить или огорчить? В первом случае хорошо бы, прежде чем объяснять что-то сыну, самой разобраться в своём отношении к людям с инвалидностью. Что конкретно Вам мешает чувствовать их отличие от большинства, какие чувства и почему Вы

испытываете с появлением рядом таких людей? Об этом всё можно поговорить и с психологом.

Что же касается второго варианта — опасения причинить таким людям боль, — то наилучшим выходом в Вашей ситуации будет начать разговор с мамой девочки с ДЦП. Вы можете познакомиться с ней и дочкой, выразить своё желание общаться, играть вместе. А затем, в удобный момент — например, стараясь не привлекать внимание девочки — спросить у мамы о том, что Вас беспокоит. Допустим, насколько активными могут быть игры с участием девочки, что она любит, а от чего, наоборот, лучше воздержаться при общении с ней. С учётом этого взрослые могут предлагать соответствующие игры, а заодно и обращать внимание детей на моменты, которые могут быть небезопасны. И разве не это делают родители всех без исключения детей всех стран?

Мы жили дружной семьей: я, муж, сын Славик. Любили его, понимали, заботились. Он тоже был послушным и добрым мальчиком, никуда не ходил, всегда был домашним. Но когда он окончил школу и поступил в институт, то неожиданно резко изменился. Славик стал совсем другим, каким-то наглым, я его не узнаю вообще, как будто это не наш сын. Сколько бы мы ни ругались, он улыбается и говорит: это его жизнь, и чтобы мы в нее не лезли, он уже взрослый. Приходит ночью, уходит рано утром, и его практически не видим. А когда видим, только ругаемся. Он стал чужим. Что с нами случилось и как нам быть? Подскажите.

Мария Ивановна, Лобня

Мария Ивановна, а что бы Вы хотели? Чтобы Славик был по-прежнему домашним, послушным, «удобным»

ребёнком? Слушался беспрекословно, не имея собственного мнения, не перечил родителям, подчинялся им во всём и «вёл себя хорошо»? Но всё дело в том, что он уже не ребёнок, и даже уже вряд ли «Славик», но почему-то родители не хотят этого замечать. Конечно же, ему по-прежнему очень нужны Ваша любовь, понимание и забота. Но именно как взрослому, самостоятельному человеку, который вырос и многое в своей жизни определяет сам. А как Вы считаете, что он сейчас ощущает с Вашей стороны по отношению к себе? Неодобрение его и его поступков, неприятие его образа жизни, интересов и увлечений? То, что родители, которые раньше его любили, понимали и заботились, стали чужими? А ещё может ли он чувствовать, что они по-прежнему любят того самого послушного, домашнего Славика, а не того, кем он является сейчас? Разумеется, Ваш сын изменился, но насколько сильно желание родителей узнать, в чём именно он стал другим?

Лучше всего будет попробовать найти общий язык с сыном, научиться общаться с ним иначе — как с взрослым, а не как с малышом, который неопытен и нуждается в опеке. Если чувствуете, что Вам сложно это сделать, то лучше обратиться за очной консультацией к психологу. Специалист обязательно поможет вернуть понимание в семью.

Я вышла замуж в 28 лет. Мужа не люблю, просто пора уже было, все подруги повыскакивали замуж давно, вот и вышла за него. Сейчас уже двое детей, но с каждым годом понимаю, что пропасть между нами только растёт. Нет ни духовной близости, ни физической. Просто живу с ним и все. Может, я инфантильна? Может, надо развестись и искать близкого по духу человека, который понимал бы меня с полуслова, со схожими со мной интересами? Он меня любит, а я терплю или вообще ничего не чувствую по отношению к нему, одно лишь раздражение.

П.Л., Ногинск

Уважаемая читательница, в чём же содержится Ваш вопрос? Инфантильны ли Вы? Можно ли дать ответ, в основном имея в виду то, что Вы вышли замуж, так как «просто пора уже было»? Да нет, это говорит скорее о других Ваших качествах. Стоит ли Вам разводиться? Но ответ на этот вопрос известен только Вам самой. Вряд ли стоит сейчас разбирать прошлое и спрашивать у Вас о том, чего же Вы хотели получить, поступая тем или иным образом. Но наверняка Вам будет проще определиться как с настоящим, так и с будущим, если Вы задумаетесь над тем, что имеете сейчас и к чему хотите прийти. Если Вас не устраивает то, что у Вас

есть в настоящем — смело меняйте свою жизнь так, как хотите. Или меняйте себя — так, чтобы в Вашей жизни радости и любви было больше, чем досады и раздражения.

Моя мать старая и уже немощная женщина. У меня семья, живу отдельно. Но приходится каждую неделю или даже два раза в неделю ездить к ней то с продуктами, то просто помочь. Жена не хочет этого делать. Слышал, в Москве есть хорошие пансионаты для пожилых, хотя и платные, но очень хорошие. Стал ее уговаривать переехать туда, чтобы я не волновался, не ездил, чтобы она не была одна в свои 88 лет. Но она категорически не согласна, не хочет и точка. Я не хочу избавиться от нее, но все время волноваться, бегать тоже устал. В пансионате, я узнавал, очень хорошие условия, постоянный медицинский уход, питание, прогулки с персоналом, отдельные комнаты. Как ей объяснить, что ей там будет лучше, чем одной в квартире, из которой она уже 3 года не выходила. Помогите найти нужные аргументы, чтобы она поняла. Ведь я прав?

Владислав П., Москва

Здравствуйтесь, Владислав! Вас можно понять — мама в почтенном возрасте, и ей действительно необходимы как уход, лечение и наблюдение специалистов, так и внимание. К сожалению, в таком возрасте лучше не оставаться в одиночестве, тем более в городской квартире. Но и Вашу маму можно понять. Она может искренне считать, что вполне способна жить самостоятельно, а любимый сын, например, и так обязан навещать мать несколько раз в неделю. И потом — практически для каждого пожилого человека очень тяжело признать свою немощность, смириться с тем, что уже не способен жить без помощи посторонних. Как это — всю жизнь прожили, столько перенесли, всего добились сами, а теперь уезжать из дома на содержание других?

Нужные аргументы сможете подобрать только Вы, потому что только Вы лучше всего знаете свою маму. А ещё Вы знаете, почему сейчас ей нельзя оставаться одной, и почему Вам тяжело жить «на два дома». Но попробуйте вместе с мамой рассмотреть несколько альтернативных вариантов, имея в виду то, чего хотите в итоге добиться. Это может быть её переезд к Вам, например, или в квартиру в Вашем же подъезде. Или же нанятая маме сиделка — в её квартире или в Вашей, если даже проживая с Вами, нельзя ей обеспечить постоянный присмотр. Рассуждайте вместе с ней, найдите компромиссное решение. Скорее всего, если самым главным для Вас является безопасность мамы и поддержание её здоровья, вы с ней обязательно сможете найти выход, устраивающий вас обоих.



Я работаю на почте. Но на работу не хочу ходить. Меня там все время унижают. Дают невыполнимые задания, не приглашают на совместные чаепития. Они все ужасно неприятные люди, начальнику жаловалась, но он их всех покрывает. Только я для них объект насмешек и «козел отпущения». А сами все опаздывают как утром, так и с обеда, а я даже на обед не ухожу. А они это не ценят. Мне работа нравится, я работаю на почте, но с коллективом мне, конечно, не повезло. По-моему, я одна работаю, а они делают вид, специально между собой мило общаются и смеются. Я чувствую, что все время смеются надо мной. Что делать? Работа нравится, а коллектив — нет. Стоит ли так мучиться?

Даша, Краснодар

Уважаемая Даша, мучиться в любом случае не стоит! Лучше всего попробовать разобраться в ситуации. Как произошло, что на работе сложились отношения таким образом? Было ли так с самого начала или что-то случилось позже? Как отнеслись коллеги к тому, что в их коллективе появился новичок? А как Вы начали общение с коллективом, что понравилось сразу, а что нет? Почему Вы считаете, что практически одна работаете, и почему они должны ценить Вас и то, что Вы делаете? Есть ли кто-то, с кем Ваши отношения складываются лучше, чем с другими коллегами? Тот, кто наиболее симпатичен Вам, или с Вами ведёт себя более дружелюбно? Если такой человек есть, попробуйте поговорить с ним напрямую. Расскажите о том, что испытываете, что Вам трудно или непонятно. Но прежде всего Вам стоит определиться, чего Вы хотите. И если вы хотите подружиться с коллективом, быть принятой в нём, не стесняйтесь в этом признаться. Причем как себе, так и коллегам. Как и в том, что, возможно, могли совершить какие-то ошибки — возможно, по неосторожности или неопытности. Всё бывает, но Вас обязательно поймут, если Вы будете искренне и доброжелательно настроены.

Хочу взять ребенка из детского дома. Мы обеспечены, я не работаю, муж вроде согласен. Но я так переживаю, справимся ли, очень волнуюсь, и все откладываю этот вопрос. А вдруг я его не полюблю? Вдруг он будет неприемлемым и захочется его отдать обратно, а как тогда будет стыдно перед людьми. Хочется завести ребенка, но хочется быть на 100 процентов уверенным в том, что он нам точно подойдет. Как быть? Где можно получить такую консультацию по подбору детей?

Варвара, Московская область

Здравствуй, Варвара!

Ваши вопросы вполне закономерны, и даже очень хорошо, что Вы их задаёте заранее, ещё прежде чем определились, брать ли малыша. Специально для того, чтобы подготовить людей, желающих принять в семью ребёнка, в нашей стране открыты так называемые «Школы приёмных родителей». Именно там Вы сможете найти ответы по всем волнующим и интересующим Вас вопросам. Кроме непосредственно психологической части, занятия включают и юридическую, поэтому знания, полученные в Школе, особенно актуальны и полезны всем, кто уже решил или только думает стать приёмными родителями. Скорее всего, по окончании Школы переживаний и сомнений у Вас будет гораздо меньше. О том, где находится ближайшая к Вам «Школа приёмных родителей», Вы можете узнать в органах опеки по месту жительства. Желаю Вам удачи!

МЕЖДУ ПРОЧИМ

Достаточно часто к психологам на прием приходят люди, считающие, что не нуждаются в помощи. Они замкнуты и агрессивны. Наладить совместную работу сложно, но все же возможно именно тогда, когда врач будет придерживаться некоторых принципов. Во-первых, никакого осуждения, только доброжелательное и безоценочное отношение. Врач не вправе судить, даже если что-то ему и не по душе. Во-вторых, обычно психологи не раскидываются советами, они, скорее, подводят человека к мысли, тому или иному выбору. В практике психолога существует своеобразный запрет на советы. Далее, социальные нормы и правила на некоторое время уходят на задний план, и врач старается понять ценности и нормы пациента. Также профессиональный психолог всегда проводит четкую грань между личным, частным отношением и рабочим. Так как и от этого зависит эффективность моральной и эмоциональной помощи.



ГБУ «МОСКОВСКАЯ СЛУЖБА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ НАСЕЛЕНИЮ»

ДЕПАРТАМЕНТА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

Это крупнейший в Москве и Российской Федерации профильный центр практической психологии. С 2003 года специалисты центра работают по целому ряду актуальных психологических проблем мегаполиса. Психологическую помощь можно получить бесплатно в любом из территориальных и участковых отделов Московской службы психологической помощи населению во всех административных округах столицы.

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ И СЕМЕЙНОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

Тел.: **(499) 173-09-09**

Консультации по вопросам семьи и брака, детско-родительским взаимоотношениям, внутриличностным конфликтам, психологическому здоровью, профориентации с использованием методов психологической диагностики.

ЭКСТРЕННАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

Тел.: **(499) 177-34-94**

с 9.00 до 21.00

Кризисное очное консультирование (на территории службы); выездная кризисная помощь (на дому), работа бригад быстрого реагирования в связи с ЧС с пострадавшими и их родственниками.

ТЕЛЕФОН НЕОТЛОЖНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

С ноября 2006 года в Москве работает бесплатный «**Телефон неотложной психологической помощи**» — **051**, который предназначен для оперативной, анонимной, круглосуточной информационной, профилактической и неотложной квалифицированной психологической помощи. Единый трехзначный московский номер, современное техническое оборудование позволяют любому жителю столицы, оказавшемуся в сложной жизненной ситуации, быстро связаться со специалистом.

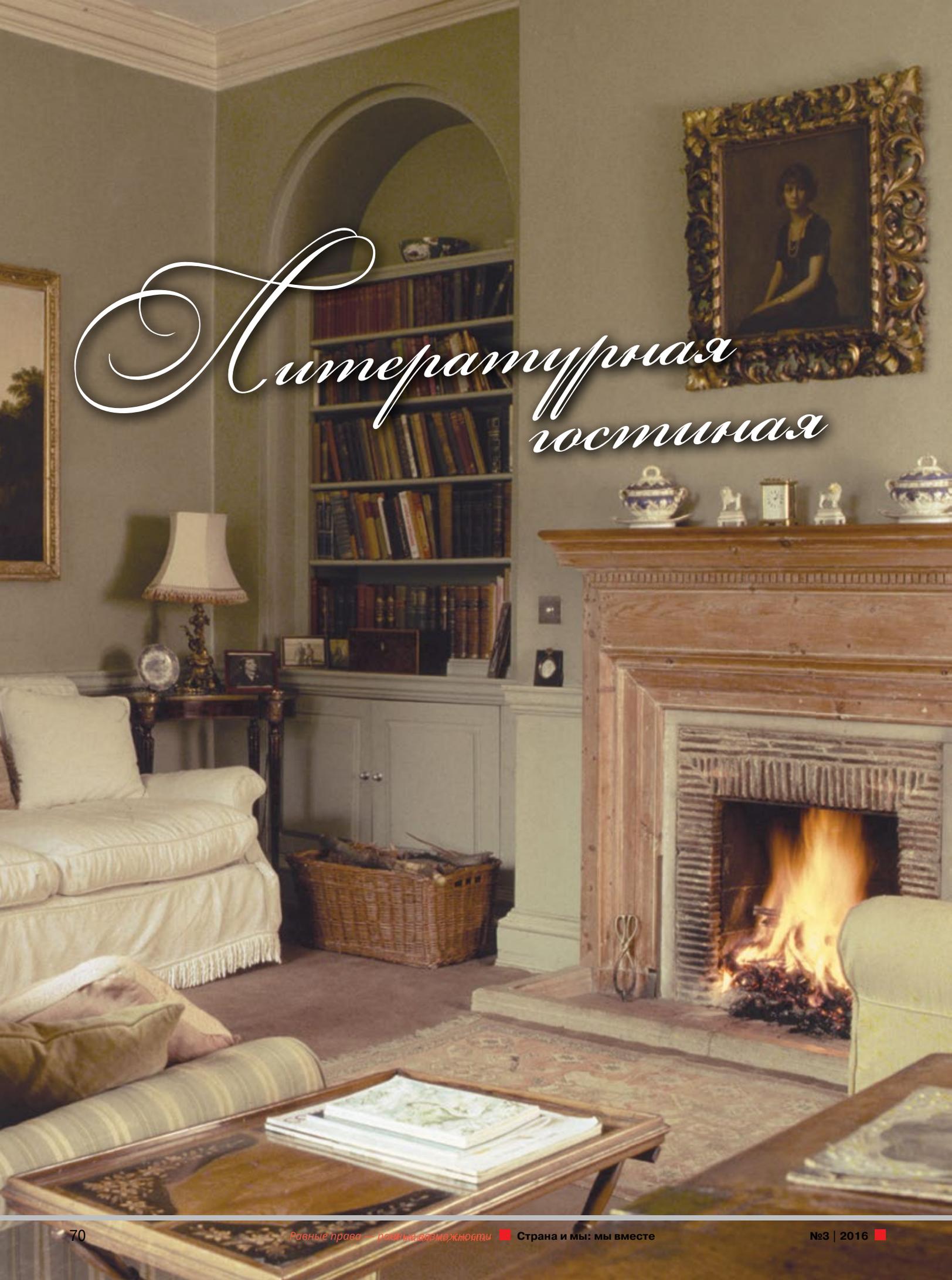
С городского телефона: **051*** бесплатно

С мобильного телефона (МТС, Мегафон, Билайн): **8-495-051***
оплачиваются только услуги оператора связи согласно тарифному плану.

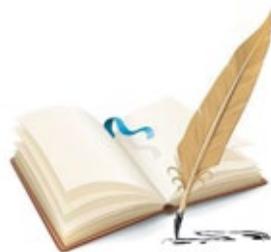
ИНТЕРНЕТ-КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

Удобный и быстрый способ получения психологической помощи. Бесспорным преимуществом онлайн-консультации является быстрота, легкость соединения с консультантом и анонимность клиента.



A detailed photograph of a classic living room. On the right, a large wooden fireplace with a brick interior has a warm fire burning. The mantel is decorated with a clock, two small figurines, and two blue and white teapots. Above the mantel hangs a framed portrait of a woman in a dark dress. To the left, a built-in bookshelf is filled with books, with a wicker basket of logs in front. A white sofa with a fringed skirt and a side table with a lamp are also visible. The room is lit with warm, soft light.

Литературная гостиная



Радио «Зазеркалье»

Радио «Зазеркалье» — это проект, созданный силами душевнобольных людей, нашими силами. Мы, действительно, видим мир не так, как видит его большинство. И мы не хотим убеждать вас в обратном.

По статистике, около восьми миллионов человек в России ежегодно обращаются за психиатрической помощью. Тем не менее мы, душевнобольные, остаемся изгоями в «здоровом» мире. Нам надоело стесняться своих болезней в обычной жизни, поэтому здесь мы говорим о них откровенно.

Мы создаем подкасты о жизни и искусстве. Среди нас есть филологи, архитекторы, искусствоведы, философы. Мы рассказываем только о том, что понимаем, и только так, как хотим. В «Зазеркалье» мы свободны от больничных стен, социальных стереотипов и прочих ограничений.

Наши истории — это не всегда трагедия. Конечно, болезнь многое забирает, но и взамен дает кое-что. Если вы хотите услышать наш мир, присоединяйтесь к «Зазеркалью».

Проект «Радио "Зазеркалье"» создан при поддержке региональной общественной организации «Клуб психиатров» и благотворительного фонда «Добрый Век».

Даша Благова — главный редактор радио «Зазеркалье»

Наш журнал предлагает вниманию читателей литературные работы авторов проекта «Радио "Зазеркалье"».

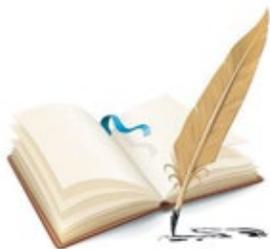
АСЯ КРЕВЕЦ

Зима на исходе

Зима на исходе,
Стихающий ветер поет о вселенской свободе.
И жизнь продолжается вроде,
И ловит поэт фразы новых мелодий.
И все происходит внезапно,
И мир отражается в солнечных пятнах.
Спешу на автобус — подруга дорог необъятных,
И книга открыта,
Как путь наш туда и обратно.

Первый снег

Первый снег — как он чист, как он девственно бел
В эту лунную, тайной манящую ночь.
Серой скуки земли он положит предел,
Даст ей силы утрату тепла превозмочь.
Он подарит ей чудный и сказочный сон
И укроет от тяжких и злых холодов.
Первый снег, он растаять, увы, обречен
Средь исхоженных парков и диких садов.
А сейчас он идет, все сильнее и сильнее.
В белом вихре кружась, ускоряет свой бег.
Я твержу про себя уже несколько дней:



«Первый снег, первый снег...».

Падает снег, белый
снег.
Оставляет на всем
след.
И куда-то бредет
век,
Позабыв, сколько кануло
лет.

В белом вихре иду
я.
Снежный пух не иссякнет
никак.
В сердце светлую боль
тая,
В снег впечатываю
шаг.

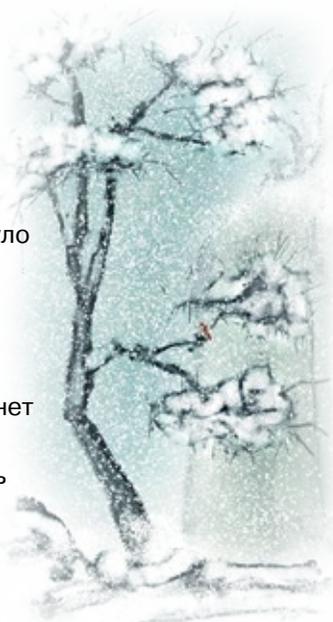
В белой вьюге идешь
ты,
Не устав в сердце нежность
хранить.
И белеют снега —
холсты.
Так проходят
дни,
Словно вьется
нить.

МАША БЕСФАМИЛЬНАЯ

Уводи свою веру

Уводи свою веру от этих мест,
Уводи ее за руку ото всех,
Кто слышит твой звонкий смех,
Кто видит твой дивный свет.

Уводи ее через лес,
Сквозь вереск и бурелом,
По лугам, где полынь-трава,
По темным водам, холодным льдам.



Вдоль домов заброшенных уводи,
Мимо полей невысеенных,
Мимо кладбищ с крестами синими,
Дорогами неисхоженными.

К кострам веру свою веди,
К ведьмам да к колдунам.
Долго-долго ее води
Хороводами по углям.

Мотыльком над огнем кружи,
Паутиной и мхом
Да к ольхе вяжи.
Застилай ее глаза дождем.

Босы ноги укрой листвою.
Слышишь — жалобный волчий вой,
Птичий протяжный стон?
Твою веру не помнит никто, не ждет.

Психотерапевтические стихотворения

Ой да думы мои вы черные,
Погибель-тоска моя смертная.
Все вы голову, черти, кружите,
Белый свет пеленою застите.

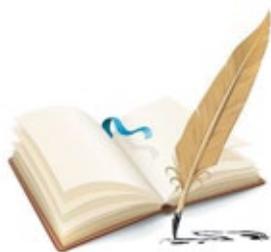
А мне бы жить молодой, радоваться,
Только радость мою вы отняли.
Мне бы к миру идти мирною,
Мне бы к людям пойти с верою.

Только словно меня опутали,
Посадили в темницу темную.
Думы гадкие, бестолковые,
Словно в цепи я в вас закована.

Нету спасу от вас мне, ворогов,
Сердце губите, жизнь калечите.
Ненасытные гады лютые,
Да за что же вы мне, проклятые!

Без вины и суда осуждена.





Летний день!
На даче пахнет
Спелой вишней,
Свежим лугом.
На соседней на терраске
Весь собрался местный люд.
А меня не пригласили.
Может, просто по ошибке
Про меня они забыли?
Надо только постучаться.
Ах, мне снова не открыли?!



Так проходит праздник лета.
Так проходит праздник жизни.
Словно осень не кончалась,
Будто жизнь не начиналась.
Больно бьется луч надежды и распарывает жилы.
И меня полюбит кто-то.
И меня полюбят где-то.
Кто-то где-то,
Кто-то где-то...

НИКОЛАЙ ВОРОНОВСКИЙ

Разговор

По форме черепа я сужу о Вас.
Сколько Вам лет, если зубы так стерлись?
Пыльца далеких стран на гранях кости,
Что было раньше — глазница или взгляд,
Вдруг разрешившийся в глазничный сумрак?

Каков Ваш пол, как Ваше имя?
По форме челюсти и глади лобового свода,
Вы — женщина! Так проведемте вечер.
Вам подойдет веночек из этих роз увядших.
Так выпьем! Впрочем,
Вы теперь не пьете и не едите.

А ведь когда-то
Все это трепетало и восторгалось,
Страдало, мыслило и плакало.

Гуляло, любило и ребенка целовало.
Теперь же череп Ваш не хуже Вашей жизни
И говорит о многом, о ином,
Чего Вы в жизни высказать не смели.

И кости желтизна красноречивее молчанья,
Упорней слов, что слушать не желали.
Не враг неблагосклонный.
Ведь они и в миг объятия сквозь плоть сжимали
кости,
Что непреклонностью и с молодостью спорят,
Вещая лишь о тайне, о судьбе.

Так выпьем же!
Ах да, простите.
Но Вас теперь ничем уж не обидеть.
Мне импонирует такая доброта,
Которую среди живых не сыщешь.

Итак, прощайте!
По крайней мере, от Вас я не услышал лишних
слов,
Не слышал глупости.
А что я тут болтаю — так это только между нами
и до гроба.

*Познакомиться с другими авторами проекта
«Радио “Зазеркалье”» можно на сайте:
<http://www.zazeradio.com/>*



Икона Божией Матери «Споручница грешных»



Это — одна из самых трогательных, самых удивительных икон. Духовный смысл ее — в безграничной любви Божией Матери к людям. Она «ручается» Господу за нас грешных. Мы согрешили. И достойны наказания, гибели. А Богородица ищет, как бы защитить нас спасающей благодатью, привести к покаянию. Мы еще и не думаем об исправлении, а Она уже свидетельствует Господу о

нашем желании покаяться. На иконе и удивительная надпись! Смысл ее в том, что Господь обещает Богородице («дает рuce»), что всегда будет прислушиваться к ее мольбам за нас, за весь род человеческий.

Икона Божией Матери «Споручница грешных» названа так по надписи, сохранившейся на иконе: «Аз Споручница грешных к Моему Сыну...».

Происхождение этого образа неизвестно. На иконе «Споручница грешных» Богоматерь изображена с Младенцем на левой руке, который обеими ручками своими держит ее правую руку, как это делается при получении согласия. Этим Сын Божий как бы заверяет Пресвятую Богородицу, что всегда будет внимать ее мольбам за грешников. Главы Богоматери и Младенца увенчаны коронами.

«Споручница грешных» означает Поручительница, или Посредница за грешных пред Господом Иисусом Христом. Наименование иконы служит выражением безграничной любви Пресвятой Богородицы к грешному роду человеческому, которую она проявляла во все времена.

Впервые этот образ прославился чудесами в Николаевском Одрине мужском монастыре близ города Карачева Орловской губернии в середине XIX века. Древняя икона Богоматери «Споручница грешных» из-за ветхости своей не пользовалась должным почитанием и стояла в старой часовне у монастырских ворот. Но в 1843 году многим жителям в сновидениях было открыто, что икона эта наделена, по Божию Промыслу, чудотворной силой. Икону торжественно перенесли в церковь. К ней начали стекаться верующие и просить о врачевании своих печалей и болезней. Первым получил исцеление больной мальчик, мать которого горячо молилась перед этой святыней. Особенно прославилась икона во время эпидемии холеры, когда многих смертельно больных, с верою к ней притекающих, она возвратила к жизни.

В 1846 году иеромонах Одрина монастыря был послан в Москву для сооружения ризы на чудотворную икону Божией Матери «Споручница грешных», где его приютил у себя подполковник Д.Н. Бонческул. В благодарность за его гостеприимство из Одрина монастыря был прислан точный список (копия) чудотворной иконы, сделанный на липовой доске.

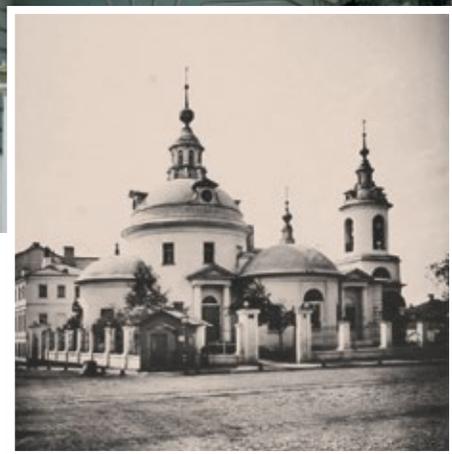
Полученную икону «Споручница грешных» Д. Бонческул с благоговением поставил с другими иконами в домашний иконостас. Вскоре все стали замечать, что по иконе «Споручница грешных» мелькает необыкновенный блеск, а с самого образа начали истекать капли маслянистой влаги. Этой влагою помазали нескольких болящих, и они исцелились. Со всех сторон стали приезжать к иконе больные, молились перед нею и получали исцеление.

В 1848 году подполковник Бонческул пожертвовал свою икону «Споручница грешных» в приходскую Николаевскую церковь в Хамовниках. Истечение маслянистой жидкости из иконы продолжалось, и диакон, стоящий при иконе, отирал влагу бумагою и раздавал народу. Вскоре мироточение прекратилось, но в алтаре церкви начались явления необычного света в виде появлявшихся и исчезающих звезд. Икона прославилась многими официально зафиксированными исцелениями.

В настоящее время чудотворная икона Божией Матери «Споручница грешных» находится в храме Николая Чудотворца в Хамовниках.

О чем молятся перед иконой «Споручница грешных»

- Обращаясь к Богородице перед этим образом, человек может обрести надежду и получить душевное облегчение. В сложные времена икона дает надежду и силы на борьбу.
- Женщины молятся перед этой иконой, чтобы решить семейные отношения и наладить контакт с супругом.
- Молитва перед этой иконой способствует исцелению от различных недугов, причем как от телесных, так и от душевных.
- Родители используют этот образ, чтобы благословить своих детей, которые отправляются в дальнее путешествие или же идут под венец.



ХРАМ СВЯТЫХ БЕССРЕБРЕНИКОВ И ЧУДОТВОРЦЕВ КОСМЫ И ДАМИАНА НА МАРОСЕЙКЕ

Существующий ныне на Маросейке Космодамианский храм построен в 1793 году, но на этом месте церковь была и ранее, так что следует различать собственно две церкви: старую и настоящую.

Когда именно и кем была построена старая церковь, точных сведений не имеется. Достоверно известно, что она существовала еще в начале XVII века. Старая церковь была каменной, одноэтажной и двухпрестольной:

с главным престолом во имя святителя Николая и придельным во имя свв. бессребреников Космы и Дамиана. Поэтому она нередко называлась в старинных документах церковью св. Николая, хотя наименование по Космодамианскому приделу удерживалось тоже.

Вначале старая церковь Космы и Дамиана не имела ни паперти, ни колокольни, они были пристроены только в 1651 году. В конце XVII столетия попечением

княгини Евдокии Андреевны Куракиной над одноэтажной постройкой вырос второй, верхний, ярус, и здесь устроена была новая церковь во имя Казанской иконы Божией Матери. Так у старого Космодамианского храма появилось третье название — Казанский. Сначала церковь состояла на содержании княгини Куракиной, но уже в 1771 году храм поступил в заведование Космодамианского причта и соединился с приходским.

В это же время, то есть в конце XVIII века, здание Космодамианской церкви пришло в полную ветхость. Но вскоре сами прихожане решили не ремонтировать здание, а построить новую церковь. В июле 1790 года прихожане обратились к митрополиту Московскому Платону с ходатайством сломать ветхий храм и вместо него соорудить новый во имя Спасителя, Исцелителя расслабленного, с двумя приделами: во имя св. Николая и свв. бессребреников Космы и Дамиана. Таким образом, главный престол во имя св. Николая, бывший в старой церкви, был перенесен в новую, в южный придел; верхний ярус с престолом во имя Казанской иконы Божией Матери уничтожен, а главный престол посвящен Спасителю, Исцелителю расслабленного.

Замечательно, что наименование нового храма по приделу Космодамианским не изменили, хотя по главному престолу некоторые его называли Спасским. Это и есть тот самый храм, который существует ныне. На построение этого храма почти все прихожане сделали более или менее значительные пожертвования, но во главе жертвователей и душой святого дела был подполковник Михаил Родионович Хлебников: на его имя была выдана именная грамота.

В декабре 1793 года новый Космодамианский храм был окончен постройкой вчерне. С того времени начато было и богослужение в новой церкви. Через два года, а именно, 21 октября 1795 года, освящен был северный придел во имя свв. бессребреников Космы и Дамиана, а главный — во имя Спасителя, Исцелителя расслабленного, представлявший единственный в Москве храм с таким наименованием.

В проекте известного русского архитектора Матвея Казакова замечательно искусно сочетаются отдельные части и линии. Оригинально устройство приделов храма: северного Космодамианского и южного Никольского. Приделы эти помещаются в пространстве, имеющем строго выдержанную форму круга. Вид круга имеют также настоящая церковь и отчасти алтарь ее.

В нашествие на Москву в 1812 году неприятеля Космодамианская церковь подверглась общей с прочими церквями участи, лишившись значительной части своего имущества и украшений, и несомненно оправилась от постигшего ее разорения.

В летописи Космодамианской церкви записано несколько случаев благодатных исцелений, полученных



больными от храмовой иконы Спасителя, Исцелителя расслабленного. Эта икона является особо чтимой святыней уже с самого построения и освящения храма, привлекая к себе благочестивых поклонников из разных мест столицы. Особенно это бывает заметно в храмовый, единственный во всей Москве праздник, совершаемый в третье воскресенье по Пасхе.

С тридцатых годов храм разделил судьбу многих русских святынь: приход разогнали, иконы и украшения храма конфисковали, и они пропали бесследно. Уже было подписано постановление о взрыве храма, но Господь не допустил этого. Впоследствии здание использовалось как производственный склад, мотоциклетный клуб, архив, художественные классы.

В 60-е годы были снесены три церковных дома, а на их месте выстроено огромное административное здание, которому храм передали под архив. В те же годы была произведена частичная реставрация церкви — после наружного ремонта восстановлено внешнее убранство храма, водружены золоченые кресты. Однако интерьер был изуродован этажным перекрытием и множеством перегородок. Из-за многочисленных перепланировок пол дал сильный уклон.

В июне 1993 года здание Космодамианского храма передали Русской православной церкви. Начались ремонтные работы, и уже в конце этого года, в день памяти святых бессребреников и чудотворцев Космы и Дамиана, в правом приделе состоялась первая литургия.



ГОРОД МЕЧТЫ

Поверхностью морей отражена,
Богатая Венеция почила,
Сырой туман дымился, и луна
Высокие твердыни серебрила.

Михаил Лермонтов

Приехав в Венецию, первым делом вы, скорее всего, увидите именно Гранд-канал. Это самый известный венецианский канал, который проходит через весь город. Он начинается около железнодорожного вокзала и затем в форме буквы S охватывает всю Венецию. Заканчивается Гранд-канал у здания таможни, где сливается с каналом Сан-Марко и Ла-Джудекка.

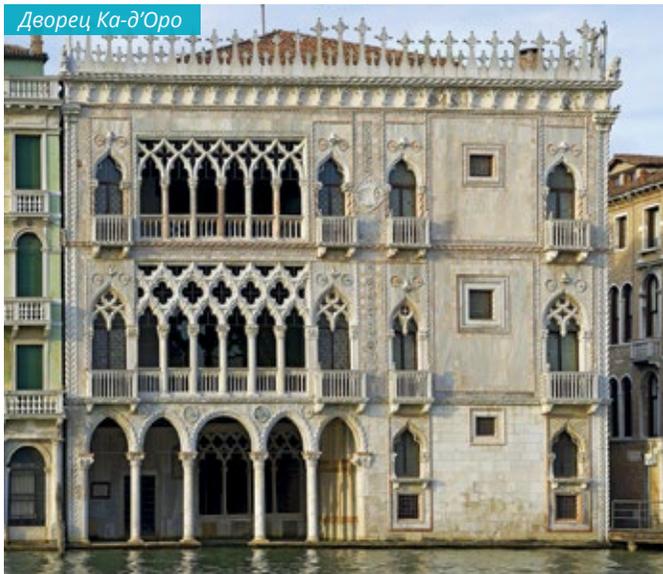
По сути, Гранд-канал — это главная венецианская улица. Правда, на традиционную улицу он мало похож — у него даже нет набережных. Роль своео-



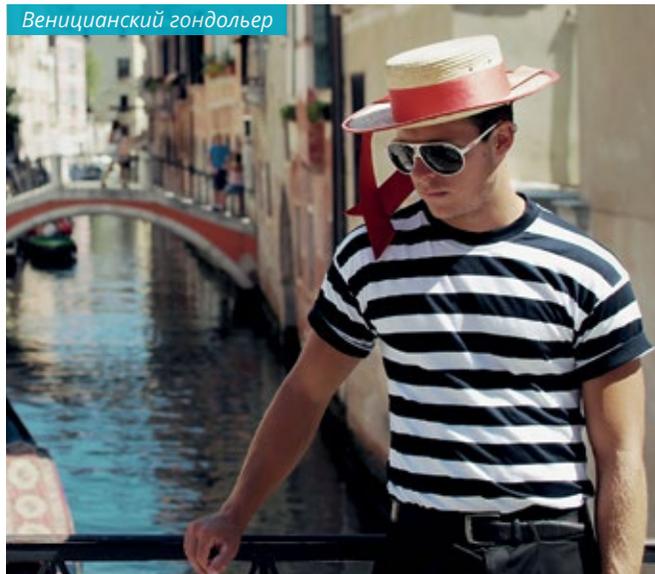
бразных берегов выполняют фасады домов. Все здания на Гранд-канале построены на сваях и имеют два выхода — на воду и на сушу.

Прогулку по Гранд-каналу вы запомните надолго, потому что самые красивые здания Венеции расположены именно здесь. Более 100 дворцов предстанут перед вашим взором, среди них — Ка-д'Оро, Палаццо Барбариго и многие другие. Разноцветные старинные дома и величественные церкви так красивы, что кажется, будто вы попали в сказку. Практически все

Дворец Ка-д'Оро



Венецианский гондольер



Мост Риальто



туристы передвигаются в основном вдоль Гранд-канала, поэтому мостов немного: всего лишь четыре. Это мост Скальци, мост Риальто, мост Академии и мост Конституции.

Александр Промео в 1896 году совершил прорыв в операторском искусстве. Он стал первым человеком, который опробовал съемку в движении. Александр прикрепил камеру на лодку, плывущую по Гранд-каналу, и снимал все происходящее.

Длина Гранд-канала — 3,8 км, ширина — 30-70 м, глубина — около 5 м.

Если вы хотите увидеть Венецию во всей красе, то лучше всего отправиться на прогулку по Гранд-каналу перед заходом солнца. Именно в это время город становится особенно романтичным, а мягкий свет подчеркивает красоту архитектуры. Обычно такая поездка длится 45-60 минут.

Основной транспорт на Гранд-канале — речной трамвайчик, или вапоретто, речное такси и гондолы. Вапоретто — самый дешевый вариант, а вот за гондолу придется заплатить на порядок больше.

Прогулка на гондоле является одной из лучших экскурсий по Венеции. Только с помощью прогулки на гондоле можно почувствовать истинную атмосферу Венеции и увидеть всю красоту этого удивительного города. Спокойные воды венецианской лагуны, необыкновенной красоты мосты, соединяющие между собой многочисленные небольшие островки, мерное покачивание гондолы, величавый силуэт гондольера и великолепная архитектура по обе стороны канала — впечатления от этого не стираются из памяти еще долгое время.

КСТАТИ

Венецианские гондолы адаптировали для колясочников

Проект «Гондолы для всех» запустил первый в итальянском городе Венеция подъемник, обеспечивающий доступ к гондолам, традиционным гребным лодкам для плавания по городским каналам, людям, использующим кресла-коляски. Лифт расположен на Пьяццале Рома, площади, на которую есть доступ автотранспорту. На регулярной основе пользование новым сервисом должно начаться после того, как гондольеры научатся применять новое оборудование. Цена аренды транспортного средства останется неизменной. Планируется, что нововведение сделает город, ранее неудобный людям с ограниченными возможностями здоровья, более дружелюбным для них.



ГОЙЯ: ИСПЫТАНИЯ СУДЬБЫ И ВЕЧНОСТЬ ТАЛАНТА

Гойя потерял слух в середине жизни в результате болезни. А родился он в Сарагосе в 1746 году здоровым ребеночком. Его мать Грасия Лусиэнтес принадлежала к мелкой аристократии Сарагосы, его отец Хосе Гойя зарабатывал жалованье как шлифовальщик металлов.

Гойя посещал школу, руководимую отцами-пиларистами. В возрасте 14 лет он обучался у художника Хосе Лусана. В 1763 и 1766 годах участвовал в конкурсе Академии изящных искусств Сан-Фернандо, однако в обоих случаях экзаменаторы не поддержали его, и в 1769 году он покинул Испанию, чтобы обучаться искусству в Италии. Он возвратился в Сарагосу в 1771 году, где ему заказали фреску для потолка собора Эль Пилар. Два года спустя он женился на Хосефине Байэу. Молодая чета жила в Мадриде, где Гойя работал на королевской фабрике гобеленов. Он также получал другие заказы, часто религиозного характера, и начал утверждаться как художник-портретист.

По мере того как возрастала его репутация, Гойя наслаждался своим успехом и признанием. В одном письме другу он писал об аудиенции у короля, сообщая с удовольствием, что не смог скрыть «всех почестей, которые, благодаря Богу, он получил от короля, королевы и принцессы, показав им картины», добавляя: «Я поцеловал их руки, никогда не испытывал так много счастья». Его новая слава давала ему больше работы по заказам. Для него позируют представители аристократии и королевской семьи, политики, законодатели и высокие сановники церкви, а также поэты, художники,

актеры и тореадоры. Успех приятен, но одновременно художник скучал, так как ему хотелось писать только то, что он любил.

В 1780 году Гойя был избран в Академию Сан-Фернандо, в 1785 году стал проректором, в следующем году был назначен художником Двора и в 1789-м — художником Палаты.

Трагедия настигла его в 1792 году, когда он тяжело заболел, навсегда потеряв слух. Выздоровев, Гойя начал снова рисовать. Однако его близкое соприкосновение с глухотой и одиночеством, в которые он был погружен, изменило его искусство. Кроме работ на заказ, художник начал писать картины исключительно для себя, измеряя глубину бездны своего воображения и проявляя себя в своем стиле и в изменении темы, где присутствуют свобода и своеобразие, которые не встречались в его предыдущих работах. Его произведения, начиная с этого времени, отличались новой глубиной и критическим видением. Если глухота Гойи имела положительный эффект на его искусство, то нельзя сказать то же самое о его профессиональной жизни. В 1795 году вскоре после утраты слуха он был избран директором Школы живописи Академии Сан-Фернандо, но два года спустя отправлен в отставку со ссылкой на состояние здоровья. Примерно через десятилетие он добивался места генерального директора Академии, но потерпел поражение при голосовании: 28 из 29 были против него, несомненно, из-за его глухоты.

В 1799 году Гойя опубликовал Капричос — серию из 80 гравюр в офорте со своим антиучредительным

тоном и своей сатирической критикой популярных предрассудков, невежества, суеверий и пороков, которые показывают драматические перемены в жизни художника, ставшего глухим. Несмотря на это, как полагают многочисленные исследования творчества Гойи, возможно, что этот же 1799 год стал одним из триумфальных для Гойи-профессионала, который был назначен первым художником короля — самая высокая честь для испанского художника. У Гойи начался один из блестящих периодов его карьеры. Его отношения с Дворцом стали более близкими, он пишет портреты Карлоса IV и королевы Марии Луизы, королевской семьи, а также аристократии и выдающихся личностей своего времени.

В конце 1807 года, когда Гойя писал картины для короля, французские войска вошли в Испанию. Ссылаясь на намерение осуществить совместное вторжение в Португалию, они пересекли границу с согласия правительства и королевства. Весной 1808 года Наполеон уговорил Фернандо VII и его родителей уехать в Байону, где как отца, так и сына обязали отречься от престола. При арестованных королях, практически заключенных во Франции, Наполеон назначил своего брата на трон Испании. Народное возмущение 2 мая в Мадриде ознаменовало начало испанской войны за независимость. Мятеж и репрессии, последовавшие в тот день, позже были увековечены Гойей в двух знаменитых картинах «Разгон мамелюков» и «Расстрелы в Монклоа». Майский мятеж стал первым шагом к испанской войне за независимость. Гойя был свидетелем тех событий — увечий, насилий, истязаний, казней и смертей от голода, и в серии, известной как «Бедствия

войны», оставил живописное свидетельство человеческих страданий.

Перед тем, как закончился конфликт, его жена Хосефина умерла. Изоляция, в которую глухота погрузила художника десять лет назад, с ее смертью только усилилась.

После своего поражения в Витории в июне 1813 года французы отступили из Испании. В марте следующего года Фернандо VII возвратился в свое государство. В атмосфере преследования и страха, что последовали за этим, назначили Комиссию для следствия по лицам, подозреваемым в сотрудничестве с оккупационным правлением. Среди таких подследственных был и Франсиско Гойя, который служил как художник Двора.

Вызванный в трибунал, Гойя смог оправдать свое поведение во время оккупации. Он был объявлен невиновным и восстановлен как художник Палаты. Однако его проблемы на этом не закончились, и в 1815 году он был вызван в восстановленную инквизицию и допрошен относительно своей картины «Обнаженная Маха». В это время Гойя все больше отходит от общества. Он прекратил посещения собраний в Академии Сан-Фернандо и работал над «Глупостями», своей последней большой серией гравюр, в которых критика и сатира достигли своей крайности, предлагая галлюцинаторное и кошмарное видение религиозного фанатизма, преследования и упадка эпохи. В 1824 году, опасаясь преследований со стороны нового правительства Испании, Гойя уезжает во Францию и поселяется в Бордо.

Художник умер в 1828 году в возрасте 82 лет.





ОСТОРОЖНО, ГОЛОВНАЯ БОЛЬ!

Чаще всего головная боль не вызывает никаких изменений в организме: не возникает ни осложнений, ни угрожающих жизни состояний. И тем не менее головная боль заняла свое «почетное» место в международной классификации болезней 10-го пересмотра, создано международное общество по борьбе с головной болью, не говоря уже о том, что в каждой стране есть собственное подобное общество, а иногда и не одно. Действительно, затраты, связанные с головной болью, поражают своими масштабами. Головная боль, например, обходится США около 10 млрд долларов в год, Европа платит еще дороже — 15 млрд.

Головная боль рано или поздно беспокоит более 80 процентов людей во всем мире. Она может возникать время от времени или тревожить человека постоянно. Тех, у кого головная боль не проходит и тревожит их более нескольких месяцев, медики насчитывают более 35 процентов на всем земном шаре. Откуда берется головная боль? Вот несколько интересных фактов.

• **90% всех людей на планете знают, что такое головная боль.**

Это одна из наиболее частых жалоб, адресованных лечащему врачу. Банальность? Вовсе нет. Иногда



для выяснения причин головной боли необходимы опыт и знания специалистов из различных областей медицины — от терапевта до невролога. Кроме того, головная боль может быть побочным эффектом многих лекарственных препаратов, так что не забывайте внимательно читать инструкции к лекарствам, которые вы принимаете.

- **Головная боль известна человеку уже несколько тысячелетий.**

Первые описания головной боли в литературе относятся еще к 5000 году до нашей эры в шумерских текстах. А во втором тысячелетии до нашей эры вавилонские врачи описали приступы головной боли, «похожие на вспышки молнии».

КСТАТИ

Сам термин «мигрень» или по латыни «hemicrania» очень точно описывает главный симптом заболевания. При мигрени сильная боль концентрируется в одной половине головы. А ведь греческое слово *ἡμικρανία* (гемикрания) и означает «половина головы», а точнее, половина черепа.

- **Головную боль активно изучают во всем мире.**

Существует даже Международная ассоциация по изучению боли (IASP). Нет ничего удивительного — предмет изучения, кажется, знаком каждому человеку на планете. Головная боль настолько распространена и разнообразна, что существует Международная классификация головных болей (МКГБ), при этом на настоящий момент действует уже вторая версия классификации — МКГБ-2, в которой выделено целых 14 классов головной боли.

То, что головная боль — это одна из самых изучаемых тем в медицине, подтверждает и такой факт. Если зайти в базу данных медицинских статей и задать там поиск по ключевому слову «headache» (головная боль

Из истории: мигренью мучились Юлий Цезарь, Александр Македонский, Петр I, Людвиг Бетховен, Чарльз Дарвин, Петр Чайковский, Зигмунд Фрейд, Наполеон, Антон Чехов, Альфред Нобель и другие.



по-английски), на этот запрос выдается более 65 тысяч статей!

- **Одной из причин головной боли может быть неправильный образ жизни.**

В процессе изучения головной боли оказалось, что причиной может стать неправильный образ жизни: ученые из университета Осло считают, что основная причина головной боли у норвежских подростков — избыточный вес, курение и малоподвижный образ жизни.

- **Есть вид головной боли, которым гораздо чаще страдают женщины.**

Женская головная боль — интернациональный повод для шуток и анекдотов, но оказалось, что не все так просто. По крайней мере в отношении мигрени (одного из видов головной боли). Исследования подтверждают, что мигрень вдвое чаще встречается у женщин, чем у мужчин.



ОВОЩ ДОЛГОЛЕТИЯ

НЕМНОГО ИСТОРИИ

Баклажан — родственник томатам овощ. Когда баклажан вошел в культуру, точно не известно, предположительно, в первом тысячелетии до нашей эры в тропических районах Восточной Индии. Из Индии баклажан попал в другие азиатские страны (был первой культурой, интродуцированной в Китае) и в Северную Африку (Египет). В Европе баклажан начали выращивать только в XIII–XIV веках, в основном в Италии и Испании. В начале XVI века он был завезен из Испании в Америку. В этот же период он широко распространился в других странах Европы. В Великобритании его называют egg-plant — «яичным фруктом».

В Россию баклажан проник в XVII — XVIII веках следующими возможными путями: первый — из Средней Азии, через Астрахань, второй — из Ирана через Закавказье и третий — из Малой Азии через Болгарию. Сейчас основные районы выращивания баклажана в нашей стране в открытом грунте — Северный Кавказ и Нижнее Поволжье. В центральных районах страны баклажан выращивается в открытом и защищенном грунте на небольших площадях. Баклажаны известны повышенным содержанием микроэлементов: это ценные соли фосфора, калия, магния, железа, а также каротин и аскорбиновая кислота, кроме того, в них есть вещества, помогающие снижать количество холестерина в крови. А благодаря входящим в их состав меди и железу блюда из баклажанов полезны детям и беременным женщинам.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Прежде чем жарить, баклажаны нужно замочить в соленой воде (уже порезанными), чтобы вышла горечь, а потом уже жарить или запекать в духовке, на свое усмотрение. Так как баклажаны по вкусу пресные, к ним хорошо подходят заправки с чесноком. Самое простое: пожарить баклажаны, предварительно обваляв их в муке. Обжаренные ломтики смазать майонезом с выдавленным в него чесноком.

Баклажаны эффективны в качестве лечебного питания при атеросклерозе, в результате чего значительно снижается количество холестерина в крови, иногда до 50%. Содержащиеся в плодах соли калия способствуют выведению из организма жидкости, улучшают работу сердца, что обуславливает высокую диетическую ценность продукта.

Баклажаны особенно полезны пожилым людям. Их следует рекомендовать как лекарственное подспорье

КСТАТИ, О ПОЛЕЗНЫХ СВОЙСТВАХ

Содержание полезных веществ: калорийность баклажанов невелика. Исследования показали, что в них до 93,2% воды, около 3% сахара, до 1,2% клетчатки, соли калия, кальция, магния, каротин, витамины B2, C, PP. Веществом с особыми целебными свойствами является в баклажанах солинин M, или, как его еще называют, мелонгена. Вещество это накапливается в плодах баклажана при их полном созревании.

при отеках, связанных с ослаблением работы сердца, при подагре.

Предлагаем вам несколько интересных рецептов.

БАКЛАЖАНОВЫЙ ТОРТ

Потребуется: 1 баклажан, 2 помидора, зелень (укроп, петрушка, кинза и по желанию любая зелень — по пучку), измельченные грецкие орехи. Для соуса — в майонез добавить измельченный чеснок, молотый черный перец, молотую паприку, лимонный сок — 2-3 ч. л., соль по вкусу.

Как приготовить. Баклажан нарезать тонкими ломтиками наискосок, чуть посолить, обжарить в растительном масле. Помидоры нарезать тонкими кружочками. Выкладываем на блюдо слой баклажанов, далее — слой помидоров, смазываем соусом, посыпаем зеленью, затем снова баклажаны и т.д. Верхний слой смазать соусом и посыпать орехами. Желательно дать постоять в холодильнике несколько часов. Блюдо готово. Подавать холодным.

САЛАТ ВОСТОЧНЫЙ

Потребуется: 1 кг баклажанов, 0,5 кг помидоров, 3 шт. болгарского перца, зелень, чеснок, соль, перец, масло растительное для жарки.

Как приготовить. На плоскую неглубокую тарелку выкладываются слоями обжаренные кружочками баклажаны, порезанные кольцами свежие помидоры, порезанный кольцами и слегка припущенный болгарский перец. Каждый слой пересыпается мелко порезанной зеленью и чесноком, смешанным с солью. Сверху ставится небольшой гнет. Кушать с аппетитом через пару часов.

БАКЛАЖАНЫ ЛИДИО

Потребуется: 2 баклажана, холодная вода, 6 ст. л. растительного масла, 2 зубчика чеснока, 250 г томатного пюре, соль, перец, лимон, листики базилика.

Как приготовить. Баклажаны вымыть, обсушить, обрезать плодоножки, мякоть нарезать кубиками с ребром примерно 2 см, положить на 20 минут в холодную воду, промыть и обсушить. 6 столовых ложек растительного масла разогреть в сковороде и быстро обжарить баклажаны при сильном нагревании. Выложить на кухонную салфетку, чтобы стекло масло, избыток масла слегка отжать. 2 зубчика чеснока очистить, нарезать, положить в горячий жир, перемешать с 250 г

томатного пюре, приправить солью и перцем. Туда же положить баклажаны, перемешать, остудить.

Примечание: подавать с лимоном, разрезанным на восемь частей. Украсить листиками базилика.

СПАГЕТТИ С БАКЛАЖАНАМИ

Потребуется: 500 г спагетти (из сортов твердой пшеницы), 4 баклажана, 5 ст. л. оливкового масла, измельченные 4 зубчика чеснока, 4 помидора, зелень петрушки, измельченный маленький стручок острого красного перца, соль по вкусу, 150 г тертого твердого сыра.

Как приготовить. Баклажаны нарезать крупными кубиками, посыпать солью и через 10 минут ополоснуть водой. Поджарить в кастрюле на масле перец и чеснок. Добавить нарезанные и очищенные помидоры и баклажаны, посолить. Тушить на небольшом огне около 15 минут, добавить петрушку. Готовые спагетти залить этой «подливой» и посыпать тертым сыром.

БАКЛАЖАНОВЫЕ РУЛЕТЫ

Потребуется: 150 г ломтиков баклажана, 100 г мякоти баклажана, 20 г анчоусов, 100 г молотых грецких орехов, 20 г сладкой горчицы, 10 г чеснока, 10 г петрушки, 1 помидор, листья салата, 100 г томатного соуса, 50 г оливкового масла, 20 г сыра «Пармезан», лимонный сок, соль, перец.

Как приготовить. Поджарить ломтики баклажана на оливковом масле до золотистого цвета. Для начинки: мелко нарезать остальные продукты и перемешать, немного обжарить на сковороде. Положить начинку в баклажаны и завернуть в рулеты. Готовые баклажаны посыпать сыром и залить томатным соусом.



Приятного аппетита!

А.П. ЧЕХОВ

ДАЧНИКИ

По дачной платформе взад и вперед прогуливалась парочка недавно поженившихся супругов. Он держал ее за талию, а она жалась к нему, и оба были счастливы. Из-за облачных обрывков глядела на них луна и хмурилась: вероятно, ей было завидно и досадно на свое скучное, никому не нужное девство. Неподвижный воздух был густо насыщен запахом сирени и черемухи. Где-то, по ту сторону рельсов, кричал коростель...

— Как хорошо, Саша, как хорошо! — говорила жена. — Право, можно подумать, что всё это снится. Ты посмотри, как уютно и ласково глядит этот лесок! Как милы эти солидные, молчаливые телеграфные столбы! Они, Саша, оживляют ландшафт и говорят, что там, где-то, есть люди... цивилизация... А разве тебе не

нравится, когда до твоего слуха ветер слабо доносит шум идущего поезда?

— Да... Какие, однако, у тебя руки горячие! Это оттого, что ты волнуешься, Варя... Что у нас сегодня к ужину готовили?

— Окрошку и цыпленка... Цыпленка нам на двоих довольно. Тебе из города привезли сардины и балык.

Луна, точно табуку понюхала, спряталась за облако. Людское счастье напомнило ей об ее одиночестве, одинокой постели за лесами и долами...

— Поезд идет! — сказала Варя. — Как хорошо!

Вдали показались три огненных глаза. На платформу вышел начальник полустанка. На рельсах там и сям замелькали сигнальные огни.



Константин Коровин, Настурции

— Проводим поезд и пойдем домой, — сказал Саша и зевнул. — Хорошо нам с тобой живется, Варя, так хорошо, что даже невероятно!

Темное страшилище бесшумно подползло к платформе и остановилось. В полуосвещенных вагонных окнах замелькали сонные лица, шляпки, плечи...

— Ах! Ах! — послышалось из одного вагона. — Варя с мужем вышла нас встретить! Вот они! Варенька!.. Варечка! Ах!

Из вагона выскочили две девочки и повисли на шее у Вари. За ними показались полная пожилая дама и высокий, тощий господин с седыми бачками, потом два гимназиста, навьюченные багажом, за гимназистами гувернантка, за гувернанткой бабушка.

— А вот и мы, а вот и мы, дружок! — начал господин с бачками, пожимая Сашину руку. — Чай, заждался! Небось, бранил дядю за то, что не едет! Коля, Костя, Нина, Фифа... дети! Целуйте кузена Сашу! Все к тебе, всем выводком, и денька на три, на четыре. Надеюсь, не стесним? Ты, пожалуйста, без церемонии.

Увидев дядю с семейством, супруги пришли в ужас. Пока дядя говорил и целовался, в воображении Саши промелькнула картина: он и жена отдают гостям свои три комнаты, подушки, одеяла; балык, сардины и окрошка съедаются в одну секунду, кузены рвут цветы, проливают чернила, галдят, тетушка целые дни толкует о своей болезни (солитер и боль под ложечкой) и о том, что она — урожденная баронесса фон Финтих...

И Саша уже с ненавистью смотрел на свою молодую жену и шептал ей:

— Это они к тебе приехали... чёрт бы их побрал!

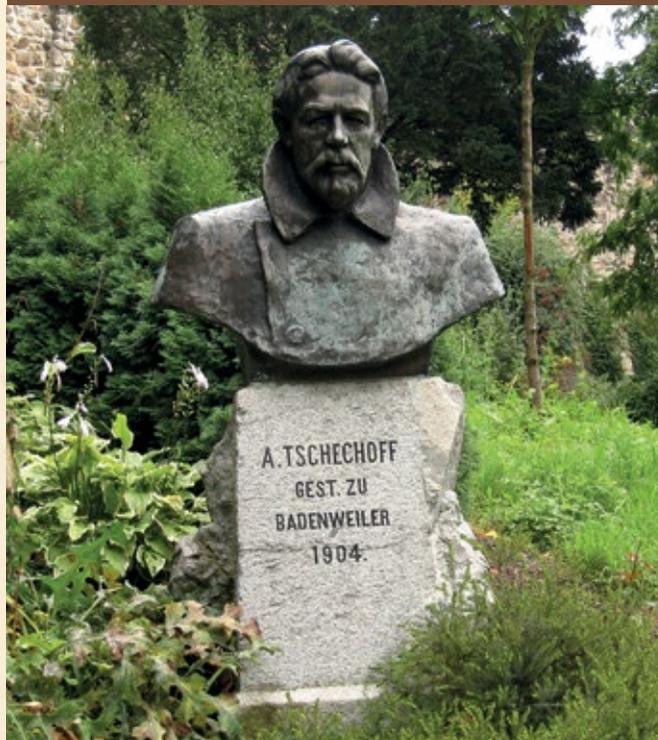
МЕЖДУ ПРОЧИМ

Трехтомник рассказов Чехова был отправлен в космос для космонавта Геннадия Падалки специальной группой психологической поддержки.



ЭТО ИНТЕРЕСНО

В 1908 году был установлен первый памятник Чехову — в городе Баденвейлер, Германия, где писатель умер. Во время Первой мировой войны этот памятник был переплавлен на военном заводе.



— Нет, к тебе! — отвечала она, бледная, тоже с ненавистью и со злобой. — Это не мои, а твои родственники!

И обернувшись к гостям, она сказала с приветливой улыбкой:

— Милости просим!

Из-за облака опять выплыла луна. Казалось, она улыбалась; казалось, ей было приятно, что у нее нет родственников. А Саша отвернулся, чтобы скрыть от гостей свое сердитое, отчаянное лицо, и сказал, придавая голосу радостное, благодушное выражение:

— Милости просим! Милости просим, дорогие гости!

Кстати: при жизни Чехова рассказ был переведен на болгарский, сербохорватский, немецкий, чешский и японский языки.

СТРАНА *и* МЫ *вместе*

Социальный информационно-аналитический журнал

Издатель — Центр духовного и физического оздоровления общества «Партнерство»

Главный редактор — **Марал Казакова**
Выпускающий редактор — **Вадим Гурович**

Над номером работали:
Татьяна Сосенкова, Марина Селиверстова,
Наталья Крушвиц, Александра Костяева, Ирина Уздина,
Илья Бруштейн

Фото на обложке: показ модной коллекции одежды для школьников с инвалидностью (см. стр. 2)

Адрес редакции:

129281, г. Москва,
ул. Летчика Бабушкина, д. 32, корп. 2
Тел.: 8-495-470-64-60
8-926-246-53-17
8-926-213-50-91

e-mail: strana_mi@mail.ru
Наш сайт: www.stranami.ru

Журнал зарегистрирован
в Федеральной службе по надзору за соблюдением
законодательства
в сфере массовых коммуникаций и охране культурного
наследия
ПИ № ФС77-25000

Журнал издается при поддержке Департамента труда
и социальной защиты населения города Москвы

При перепечатке статей
и фотоматериалов ссылка на журнал
обязательна

Рукописи не рецензируются
и не возвращаются

Номер подготовлен при
поддержке Федерального агентства
по печати и массовым
коммуникациям

Тираж 3000 экз.

*Там неба осветлённый край
Средь дымных пятен.
Там разговор гусиных стай
Так внятен.*

*Свободен, весел и силён,
В дали любимой
Я слышу непомерный звон
Неуследимый.*

*Там осень сумрачным пером
Широко реет,
Там старый лес под топором
Редеет.*

Александр Блок

**Желающие приобрести любой номер
нашего журнала могут обратиться
в редакцию по телефонам:
8-495-470-64-60;
8-926-246-53-17.**

E-mail: strana_mi@mail.ru

Наш сайт: www.stranami.ru



С НОВЫМ
УЧЕБНЫМ ГОДОМ!



Открытые ВОЗМОЖНОСТИ

Полезная информация для людей зрелого возраста

Мы информируем Вас обо всем, что может улучшить Вашу жизнь.

Регистрируйтесь и будьте с нами.

**www.vozrastnet.ru
info@vozrastnet.ru**