

СТРАНА ^и МЫ *вместе*

0+ Социальный информационно-аналитический журнал



**ИНВАЛИД И РАБОТОДАТЕЛЬ:
ШАГИ НАВСТРЕЧУ**

ДОМ, ГДЕ СОГРЕВАЮТСЯ СЕРДЦА

ОБЫЧНАЯ ПЬЕСА С НЕОБЫЧНЫМИ АКТЕРАМИ

СОДРУЖЕСТВО ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

*Равные права –
равные возможности*



СОДЕРЖАНИЕ

Инвалид и работодатель: шаги навстречу	2
ДЕТИ	
Дом, где согреваются сердца	8
Возраст учебе не помеха	12
Обычная пьеса с необычными актерами	14
СУДЬБЫ ЛЮДСКИЕ	
Нести свой крест	20
По велению сердца	30
И друг, и лекарь	32
КАК У НИХ	
Слово Господа — глухим, небесный свет — слепым	36
ЮБИЛЕЙ	
Спорт преодоления	40
Мода, какой еще не было	42
ЛИТЕРАТУРНАЯ ГОСТИНАЯ	50
ЧУДОТВОРНАЯ	
Православная икона Господа Вседержителя	58
СВЯТЫНИ РОССИИ	
Храм-на-Крови	60
ЭКОЛОГИЯ ДУШИ	
На консультации у психолога	62
Экстремал с белой тростью	66
Содружество детей и взрослых	68
ВЕСТИ ИЗ РЕГИОНОВ	74
ОКНО В МИР	
Итальянские Афины	76
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ	
Музей в подарок городу	78
ДЛЯ ЛЮБОЗНАТЕЛЬНЫХ	
И лекарь, и пекарь, и вдохновитель	80
ХОЗЯЮШКА	
Посуда в вашем доме	82
ЗДОРОВЬЕ	
Как победить возраст	84



32



36



66



76

*И то, что мы называем счастьем,
и то, что мы называем несчастьем,
одинаково полезно нам, если мы
смотрим на то и другое как на
испытание.*

Лев Толстой

ИНВАЛИД И РАБОТОДАТЕЛЬ: ШАГИ НАВСТРЕЧУ

В Москве реализуется проект экономической поддержки работодателей в рамках системы квотирования рабочих мест.

В Департаменте труда и социальной защиты населения города Москвы был представлен проект совершенствования механизма экономической поддержки работодателей, создающих рабочие места для инвалидов. В обсуждении инициативы приняли участие представители Министерства труда и социальной защиты РФ, помощник мэра Москвы Наталья Горемыкина, министр Правительства Москвы, руководитель Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимир Петросян, представители общественных и благотворительных организаций, руководители московских предприятий.

Основная цель проекта — обеспечение дополнительных гарантий реального трудоустройства инвалидов, создание необходимых предпосылок для мотивированного взаимодействия работодателей и инвалидов. В ходе реализации проекта предусматривается увеличение количества трудоустроенных инвалидов в Москве, экономическое стимулирование работодателей, использующих труд инвалидов, мотивация самих инвалидов на труд, а также расширение сфер применения их труда.

Создание специальных рабочих мест, в том числе домашних, предлагается возложить на работодателя, но с последующей компенсацией ему соответствующей

расходов. Также работодатели будут принимать на работу инвалидов по направлению Службы занятости, в том числе на вакантные места.

Предлагается пересмотреть вопрос экономической поддержки работодателей, сделав ее более эффективной. Сейчас бюджетные средства на покупку оборудования для создания специальных рабочих мест просто авансируются из бюджета. Вместо авансовых расчетов планируется ввод целого комплекса мер экономической поддержки работодателей. В него войдут: компенсация до 90% затрат на создание специальных рабочих мест и благоприятных условий труда для инвалидов; компенсация части зарплаты сотрудников, содействующих их трудовой адаптации, а также части затрат на обучение и переподготовку трудоустроенных инвалидов. Предполагается полная компенсация уплаченных страховых взносов во внебюджетные фонды и 70% затрат на модернизацию специальных рабочих мест.

Все это позволит ввести единые стандартизированные требования при определении размеров субсидий. В итоге, кроме всего прочего, возрастет эффективность механизма предоставления субсидий на создание рабочих мест, а также будет создано 1750 рабочих мест для инвалидов.



А КАК СЕЙЧАС ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ КВОТИРОВАНИЕ РАБОЧИХ МЕСТ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ?

Об этом рассказывает директор ГКУ «Центр квотирования» Роман Александрович Шкут.

Квотирование рабочих мест — наиболее эффективный инструмент государственного воздействия на рынок труда, который гарантирует трудоустройство категориям граждан, испытывающим трудности в поиске работы. Обеспечение работой людей с ограниченными возможностями здоровья — важная социальная задача государства и работодателей. В Москве многое делается для того, чтобы предоставить инвалидам возможность трудиться на предприятиях рядом с людьми без инвалидности.

Наш город стал одним из первых российских регионов, начавших применять квотирование для инвалидов.

На территории города Москвы действует закон «О квотировании рабочих мест», который определяет правовые, экономические и организационные основы квотирования рабочих мест в столице. В соответствии с ним квоты устанавливаются для приема на работу инвалидов, признанных таковыми федеральными учреждениями медико-социальной экспертизы.

Закон «О квотировании рабочих мест» не только обязывает крупные предприятия трудоустраивать инвалидов в счет установленных квот, но и предусматривает меры экономической поддержки работодателей, желающих создать дополнительные рабочие места для инвалидов. За отказ работодателя принимать на работу инвалида в пределах квоты предусмотрен административный штраф.

В настоящее время для организаций, среднесписочная численность работников которых составляет более ста человек, устанавливается квота в размере 4% от

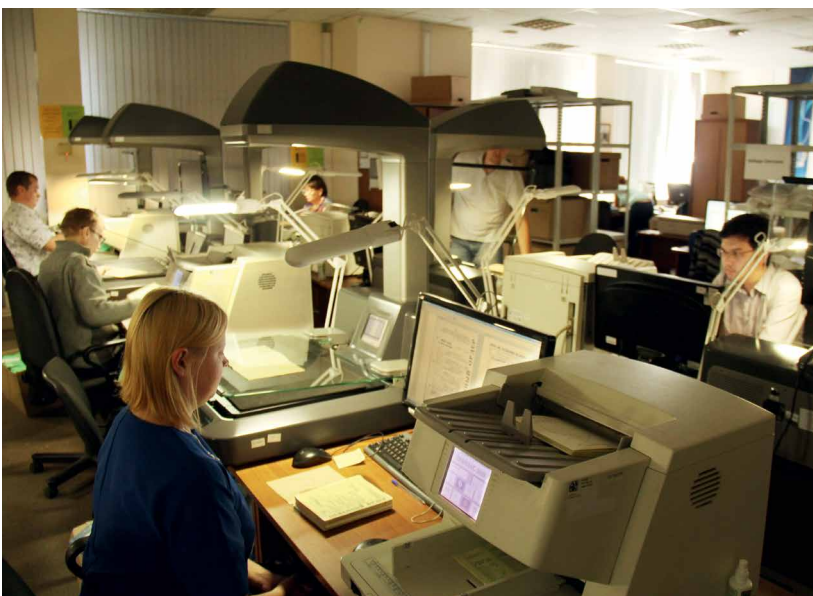


среднесписочной численности работников (из них 2% — для трудоустройства инвалидов).

Правительство Москвы не только накладывает на предприятия обязательства по приему на работу лиц с ограниченными возможностями здоровья, но и обеспечивает дополнительное материальное стимулирование тех организаций, которые стремятся трудоустроить инвалидов сверх установленной квоты или модернизировать уже существующие для них рабочие места. Из бюджета города выделяется сумма, которую работодатель может потратить на оборудование, сырье, вспомогательные материалы для оснащения каждого рабочего места инвалида.

По данным информационно-аналитического отдела Центра квотирования, на конец 2015 года на квотируемых рабочих местах трудился 32 191 москвич с ограниченными физическими возможностями.

В рамках исполнения договоров на получение субсидии из бюджета города Москвы в общей сложности было создано 176 рабочих мест сверх квоты.





В настоящее время по программе субсидирования на создание одного рабочего места для инвалидов из бюджета города Москвы выделяется в среднем 700 тысяч рублей.

Благодаря поддержке государства предприятия получают возможность развивать свою деятельность, а также помогают решить важную на сегодняшний день проблему безработицы граждан, которым по причине ограниченных физических возможностей сложно реализовать свой профессиональный потенциал.

Непосредственно квотированием занимается созданное в 2003 году государственное бюджетное учреждение города Москвы «Центр квотирования рабочих мест» Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы, в состав которого входят главный офис, обеспечивающий выполнение централизованных функций, и 11 территориальных отделов квотирования. Каждый из них взаимодействует с работодателями, юридические адреса которых относятся к подведомственному ему округу.

Таким образом, подразделения Центра становятся территориально приближенными как к работодателям, так и к органам государственной власти округа, что обеспечивает эффективность их взаимодействия.

Территориальные отделы занимаются созданием и ведением базы данных по учету работодателей, их регистрацией, перерегистрацией и снятием с учета; приемом и обработкой отчетности работодателей об исполнении условий квотирования; контролем за созданием рабочих мест в счет установленных квот и трудоустройством граждан на квотируемые рабочие места.

Специалисты территориальных отделов также принимают участие в ярмарках вакансий, в формировании общероссийской базы вакансий.

Сотрудники Центра квотирования ведут активную информационную работу. Мы регулярно принимаем участие в мероприятиях, посвященных проблемам людей с ограниченными возможностями здоровья: крупных выставках, ярмарках вакансий, совещаниях и круглых столах, публикуем статьи о трудоустройстве

инвалидов, об экономической поддержке работодателей, готовых принимать инвалидов на работу, проводим консультации по вопросам получения субсидии.

Мы выступаем перед представителями организаций с рассказом, насколько государству и самим работодателям важно решать проблему занятости инвалидов, сделать их полноправными членами общества, позволить им работать на предприятиях рядом с людьми без инвалидности, отойдя от сложившихся стереотипов.

Примером успешной работы по трудоустройству инвалидов является крупная российская IT-компания «ЭЛАР», специализирующаяся на создании электронных информационных ресурсов для органов государственной власти, культуры, коммерческих учреждений. Вот уже более десяти лет здесь успешно создаются дополнительные рабочие места для людей с ограниченными возможностями здоровья.

Сегодня к работе по сканированию архивных и исторических документов в центральном московском офисе корпорации привлечено 120 инвалидов, из которых половина — это люди с нарушением слуха.

Благодаря грамотно выстроенной системе обучения сотрудников, инвалиды быстро адаптируются к новой работе. К каждому новичку поначалу прикрепляется опытный наставник, который помогает осваивать навыки работы и влиться в коллектив. Для инвалидов в корпорации предусмотрено снижение нормативов, несмотря на то что нанимаются они на общих основаниях. Для них было закуплено соответствующее современное сканирующее оборудование и программное обеспечение.

Инвалиды являются полноценной частью коллектива — принимают активное участие в корпоративной жизни, мероприятиях, осваивают специализированное программное обеспечение, продумывают, как повысить качество своей работы, предлагают различные решения по усовершенствованию технологических процессов.

В «ЭЛАР» людям с ограниченными возможностями здоровья обеспечены комфортные условия для профессионального роста. Инвалиды являются неотъемлемой частью команды, реализующей масштабные социально значимые проекты, такие как электронный банк данных о погибших в годы Великой Отечественной войны «Мемориал», информационные ресурсы «Подвиг народа» и «Память народа». Они участвуют в создании фондов Национальной электронной библиотеки, при этом «ЭЛАР» заботится об образовании, о здоровье, психологическом комфорте таких сотрудников.

Во многом все это стало возможным благодаря поддержке московского правительства, покрывшего около двух третей расходов, связанных с организацией дополнительных рабочих мест для инвалидов.

Год назад Россия вступила в международное движение «Абилимпикс», способствующее профессиональной самореализации людей с ограниченными физическими возможностями. В рамках этого движения проводятся чемпионаты по профессиональному мастерству среди людей с инвалидностью всех категорий.

АБИЛИМПИКС ПРИХОДИТ В РОССИЮ

В своей сфере Абилимпикс имеет такое же значение, как Паралимпийские игры в спорте, а его международным чемпионатам предшествуют состязания регионального и национального уровней.

В рамках подготовки к очередному международному чемпионату, который пройдет во Франции, в Бордо, в нашей стране впервые прошли отборочные соревнования в Московской области, Башкортостане, Ставропольском крае, Челябинской области и ряде других регионов.

Московский чемпионат был последним в этой цепочке и предвещал первый национальный чемпионат Абилимпикс.

В Московском городском чемпионате Абилимпикс приняли участие 84 конкурсант, которые состязались в профессиональном мастерстве по различным специальностям: маляр, штукатур, столяр, мозаика, резьба по дереву, вязание крючком, бисероплетение, флористика, фотограф-репортер, обработка баз данных, программирование и массаж.

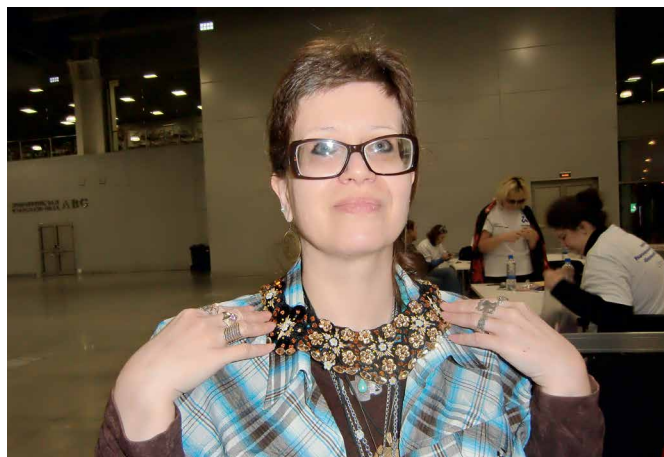
— В прошлом году на презентационном чемпионате мы показали, что в мире есть такое движение — Абилимпикс, — подвела итоги московского чемпионата президент АНО «Абилимпикс» Лидия Фролова. — За прошедший год оно состоялось в России. Я могу сказать с уверенностью, что сейчас о нас знает вся страна. Повышается интерес работодателей к людям с ограниченными возможностями здоровья. Некоторые конкурсанты уже получили либо работу, либо возможность подзаработать. Также мы обратили внимание на то, что простые зрители приходят на наши чемпионаты с детьми, и это становится стимулом, чтобы воспитывать их в гармоничной и толерантной атмосфере.

Победа в каждой из номинаций давала возможность принять участие в первом национальном чемпионате Абилимпикс, который прошел в Москве. По результатам региональных соревнований 200 призеров из 29 регионов приехали в столицу, чтобы принять участие в этом знаковом мероприятии.

Познакомимся с некоторыми из них.

Евгений Махлин, представлявший медико-реабилитационное отделение психиатрической клинической больницы №1 им. Н.А. Алексеева, участвовал в соревнованиях в номинации «Анимация».





— Я с детства увлекался мультипликацией, — рассказал о себе Евгений, — поэтому после школы поступил на соответствующий факультет во ВГИК, где проучился шесть лет. К сожалению, после окончания вуза с работой по специальности не вышло. Попал в больницу, начались постоянные спады настроения, было не до анимации. И лишь полгода назад я вернулся к любимому делу, начал его заново осваивать и вспоминать. Чего жду от этих соревнований? Конечно, победы. Надеюсь доказать и себе, и другим, что могу конкурировать с людьми, работающими в этой сфере. Хотя, честно признаться, соперники у меня не из слабых — ребята с проблемами слуха профессионально работают в анимации.

Увы, Женя не вошел в число победителей, но это не должно стать поводом для огорчения. Важнее то, что он снова захотел совершенствоваться в любимом деле.

Первое место в номинации «Художественная вышивка» заняла Юлия Бурова. Глядя на расшитый ею роскошный воротничок, трудно поверить, что Юлия, по ее собственным словам, не вышивала со времен учебы в Московском художественно-промышленном училище. А на вопрос об ожиданиях, связанных с этими состязаниями, она ответила так: «Я просто приняла участие и все. Это первый опыт после долгого перерыва». И опыт оказался удачным, теперь она может поехать в Бордо.



Второе место в номинации «Флористика» заняла Анна Тарасова. Флористам предложили два задания. Первое — композиция на оазисе (флористическом пенопласте) на тему зимы, второе — венок, причем не оговаривалось какой, можно было воплотить любую фантазию. Работы, созданные Анной, были признаны лучшими.

Уже очевидно, что чемпионаты Абилимпикс выходят далеко за рамки просто состязательных мероприятий. Это, в частности, отметил приехавший в Москву на первый национальный чемпионат президент Всемирной федерации глухих Колин Аллен. Он был восхищен тем, что в Абилимпикс на равных участвуют инвалиды всех категорий — и по зрению, и по слуху, и колясочники, и люди с особенностями психического развития. Здесь инвалиды, по мнению Колина Аллена, показали, что они могут освоить множество профессий, что они имеют право учиться и работать в одном ряду со здоровыми людьми.

Вице-президент Всероссийского общества слепых, вице-президент Паралимпийского комитета России, член управляющего совета «Абилимпикс Россия» Лидия Абрамова подчеркнула, что Абилимпикс сможет привлечь работодателей, чтобы они пришли и посмотрели, как много могут инвалиды.

К сожалению, на первый национальный чемпионат работодателей пришло не так уж много. Но начало все

же положено, и хочется надеяться, что это только первый шаг в развитии перспективного направления, связанного с трудоустройством людей с ограниченными возможностями здоровья. Разделяют этот оптимизм и руководители общественных организаций инвалидов.

Президент Всероссийского общества глухих Валерий Рухледев уверен, что, благодаря Абилимпикс, инвалидам откроются новые пути и новые возможности в получении профессии и трудоустройстве. Этому, безусловно, будет способствовать и то, что Абилимпикс уже получил поддержку Министерства образования и науки РФ, Министерства труда и социальной защиты РФ, Правительства Москвы, Правительства Московской области, ряда общественных организаций.

— Абилимпикс, — считает президент региональной общественной организации «Клуб психиатров» Аркадий Шмилович, — это не только прекрасный праздник, он должен стать катализатором появления новых реальных возможностей абсолютно для всех инвалидов. Уже делается очень много, но этого недостаточно. Надо не просто улучшать, а кардинально изменять ситуацию на всех этапах от профессионального обучения до трудоустройства людей с ограниченными возможностями здоровья.

А еще желаем нашим инвалидам успешного выступления в Бордо!



В уходящем году в Москве в составе православной службы помощи «Милосердие» начал работу православный Свято-Софийский детский дом — первый малокомплектный детский дом для детей с тяжелыми и множественными нарушениями развития.

ДОМ, ГДЕ СОГРЕВАЮТСЯ СЕРДЦА

Девятилетняя Феруза прикована к инвалидной коляске, но на это перестаешь обращать внимание сразу, как увидишь ее открытое милое личико, обрамленное аккуратно заплетенными задорными косичками с бантиками, и поймаешь на себе взгляд ее огромных широко распахнутых темно-карих глаз. Девочка охотно общается, говорит, хотя и с трудом, но вполне понятно для окружающих. В детском доме, где она сегодня живет, за ней прочно закрепилось определение «хозяйка», поскольку Феруза с особым удовольствием занимается домашними делами — моет посуду, убирает, вытирает пыль.

Ее сверстник Коля говорить не может, но для людей открыт. Его очень интересует всяческая техника. Подойдя ко мне, он тут же протянул ручки к диктофону

и стал пытаться его включить. Не случайно в детском доме он быстро подружился с бытовой техникой. Сегодня никто охотнее, чем он, не обращается с автоматической стиральной машиной.

В жизни этих ребят недавно произошло знаменательное событие: первого сентября они пошли в школу. В первый класс, поскольку до этого никто из них нигде не учился.

Сегодня уже трудно представить, какой была жизнь Коли и Ферузы год назад, когда они проживали в специализированном интернате, в его «отделении милосердия», где содержатся самые тяжелые дети-инвалиды, навсегда прикованные к постели.

Отдадим должное тому учреждению: дети там чистые, накормленные, получают необходимую меди-

цинскую помощь. Но принципиальный подход и установка такие: отделение милосердия — прибежище лежащих инвалидов.

В Свято-Софийском детском доме православной службы «Милосердие» пытаются и успешно сделать жизнь таких детей максимально приближенной к воспитанию в семье, даря им прежде всего любовь, заботу и тепло домашнего очага.

Это негосударственное детское учреждение было создано на базе ранее существовавшего детского дома для здоровых детей.

Еще в начале 90-х годов прошлого века совместными усилиями Свято-Димитриевского сестричества и Департамента образования города Москвы был создан приют для девочек. Он имел статус государственного, но весь персонал в нем был из воцерковленных людей.

В 1998 году приют стал детским домом № 27. А осенью 2003 года Московская городская дума приняла решение о преобразовании государственного учреждения в Православный Свято-Софийский детский дом.

Шло время. К 2015 году часть воспитанников была устроена в семьи, другие выросли и стали жить самостоятельно. Тогда и пришло решение взять сюда на воспитание детей-инвалидов с тяжелыми множественными нарушениями развития из детского дома-интерната № 15 Департамента труда и социальной защиты

населения города Москвы, который помог оформить перевод, и 22 ребенка стали первыми обитателями нового учреждения.

Возглавила Православный Свято-Софийский детский дом бывшая сестра милосердия из ДДИ № 15 Светлана Емельянова, которая до этого пять лет проработала с такими ребятами.

Она вспоминает:

— В свое время в ДДИ № 15 сестры милосердия православной службы помощи «Милосердие», сотрудники Центра лечебной педагогики, а также добровольцы решили заниматься с детьми, у которых тяжелые множественные нарушения развития. Стали регулярно работать с небольшой группой из двадцати одного человека. И со временем пришло понимание, что нестрашно и даже полезно вытащить такого ребенка из кровати. Мы постоянно учились, появились знания, что нестрашно его и посадить. А раз он сидит, почему бы не поиграть? Затем выяснилось, что, когда он лежит, ему руку тяжело поднимать. Но если он сидит, то сила тяжести действует иначе и руку поднять гораздо легче. А если под руки подставить стол, то человек может ими даже что-то делать. Так почему бы не дать ему, например, ложку для начала?

Так мы маленькими-маленькими шагами продвигались вперед. И ребята менялись на глазах. Это было





похоже на чудо. Но мы не останавливались на достигнутом. Центр лечебной педагогики договорился с интернатом, что шестеро из 22 ребят будут выезжать на занятия в специально отведенное для этого помещение. Представьте, что такое полчаса езды на автобусе для лежачих от рождения детей. Это радикальная перемена в жизни, колоссальная пища для ума и развития.

Мы убедились: дети готовы развиваться и довольно быстро, если им это предложить. Однако все равно мало заниматься с ними два раза в неделю, как это было тогда. Если постоянно не поддерживать навыки, не применять их в жизни, то вся наука теряет смысл. А в интернате эти ребята продолжали числиться «лежачими» в отделении милосердия. Им не полагалось уроков, игр, прогулок. Для них ничего этого не было предусмотрено.

Вот так, совсем не на голом месте, возникла и была реализована идея нынешнего Свято-Софийского детского дома.

Детский дом уютно расположился в обычном жилом квартале среди домов и деревьев, по соседству со школой и детским садом. Среди окружающих его зданий он выделяется тем, что крышу венчает маковка золотого купола с крестом, принадлежащая домово́й церкви. Внутри храм озарен лучезарным светом и поражает удивительной росписью, которая сделана с учетом детского восприятия. Несколько раз в месяц здесь проходят службы для персонала и маленьких прихожан — воспитанников детского дома.

Сегодня здесь проживают 22 ребенка, с которыми работают около 40 штатных сотрудников. Их подбор нетрадиционен. В большинстве своем они не являются специалистами. Персонал подбирают по другому принципу. Здесь дом, где ребята живут, и рядом с ними должны находиться добрые, заботливые «родители». Семейные ценности, доброжелательная обстановка и атмосфера любви — вот что должны исповедовать работающие здесь люди. В этом доме дети живут, между ними должны устанавливаться теплые отношения, как в обычной семье. А учиться и лечиться надо за пределами дома, у специалистов соответствующего учреждения, как это делают все.

Первого сентября подопечные Светланы Емельяновой впервые в своей жизни пошли в школу, в первый класс. Она не скрывает, что не везде ее воспитанников взяли с готовностью. Пришлось убеждать, доказывать, что эти дети могут учиться. Так или иначе, в двух коррекционных школах и одной, где есть коррекционный корпус, среди первоклассников появились особые дети из Православного Свято-Софийского детского дома. А в штате детского дома обозначился новый сотрудник — координатор «школа-дом». Ведь кто-то должен отвечать за то, чтобы отвезти ребят в школу и привезти их обратно.



Большую помощь персоналу оказывают волонтеры, преимущественно студенты. Для организации их работы введена должность координатора добровольцев.

Так дети, еще недавно обреченные на пожизненный постельный режим, вышли в открытый мир. Согласитесь, это совсем другое качество жизни тяжелых инвалидов. Здесь с ними много гуляют, причем за пределами территории детского дома. Их водят в парк, их уже хорошо знают и принимают жители окрестных домов. Реабилитацией здесь не занимаются специально, она проходит через нормальное человеческое общение.

Минувшим летом воспитанники 38 дней провели в детском лагере в Калужской области, где в это время отдыхали и здоровые ребята. И там не было деления на особенных и обычных: одни привыкали к другим, общались, становились добрее и терпимее.

Постороннему человеку, который приходит в этот детский дом, бросаются в глаза инвалидные коляски в коридоре и, на первый взгляд, не совсем обычное поведение детей. Лишь на первый взгляд, потому что доброта и искренность, которые царят здесь, открытость к миру и людям ломают все психологические барьеры, снимают настороженность и предубеждение. Удивительная атмосфера царит в этих стенах. Здесь даже просят говорить негромко — дети не привыкли к повышенным нотам в голосе, с ними так не общаются.

В этом детском коллективе три группы. Точнее — три семьи. Набор комнат, как обычно: столовая, кухня, игровая, спальни. Все ухожено, безупречно чисто. Все комнаты разные, цветные, каждая

по-своему обставлена и украшена. На стенах детские рисунки и поделки. Полное впечатление, что попадаешь в дружную, гостеприимную многодетную семью.

Здание трехэтажное, но при этом есть лифт. А как же иначе, ведь среди воспитанников много колясочников.

Уже сложились свои традиции. Каждый день начинается с занятия «Круг». Это когда ребята рассказывают кружочком, говорят друг другу: «Доброе утро», обсуждают, какое на дворе время года, какая сегодня погода. Общение ведется в игровой форме, и это очень нравится воспитанникам.

Возраст проживающих в детском доме — от 5 до 18 лет. Естественно, возникает вопрос: что их ждет потом, во взрослой жизни? Сегодня, как правило, такие дети в 18 лет переводятся в психоневрологический интернат, о чем Светлана Емельянова думает с болью в сердце.

— Мы своих детей не бросим, — заверяет директор, — нашу девочку, которой сейчас 18 лет, безусловно, оставим у себя, по уставу наши дети могут проживать здесь до 23 лет, но, если будет необходимо, устав будет меняться. Мы очень ждем принятия законов о частичном лишении дееспособности и об опеке, которые смогут предоставить дополнительные возможности таким детям, как наши.

Конечно, воспитывающиеся в Православном Свято-Софийском детском доме не могут избавиться от тех нарушений здоровья, которые присутствуют в их жизни с рождения. Но это вовсе не означает, что качество их жизни не должно быть приближено к обычному. Опыт работы детского дома службы «Милосердие» показывает, что двигаться к этой цели можно, что потенциальные адаптационные возможности этих детей по-настоящему еще не открыты.

Стартовал второй сезон образовательного проекта «Компьютерная академия для старшего поколения», реализуемого при поддержке управы района Орехово-Борисово Северное и благотворительного фонда «Качество жизни». В его рамках до конца года, по оценкам организаторов, планируется обучить 300 жителей ЮАО Столицы старшего поколения.

ВОЗРАСТ УЧЕБЕ НЕ ПОМЕХА

До начала занятий еще полчаса, а в компьютерном классе центра социального обслуживания «Орехово» уже нет свободных мест: здесь собрались активные пенсионеры, которые жаждут освоить компьютерную грамоту. «Благодаря этому курсу вы сами, без чьей-либо помощи, сможете в полной мере пользоваться самым популярным предметом обихода XXI века — компьютером. Мы научим вас не только легко ориентироваться в Интернете, посещать сайты и общаться на форумах, но и разрешать с его помощью различные бытовые ситуации, находить ответы на волнующие вопросы, делать свою жизнь разнообразной и интересной», — обратился к первым в этом году слушателям преподаватель академии доктор

философских наук, кандидат физико-математических наук, профессор Евгений Пасхин.

В районе Орехово-Борисово Северное практически каждый второй житель — пенсионер, поэтому программы поддержки пожилых людей являются здесь приоритными. «Очень важно, чтобы наши представители старшего поколения не чувствовали себя одинокими и забытыми, чтобы общение посредством Интернета было для них таким же реальным, доступным и простым, как, например, звонок по телефону. Когда фонд предложил организовать компьютерный класс на базе нашего центра, мы с радостью откликнулись и полностью включились в организацию всего учебного про-





цесса», — рассказала директор центра социального обслуживания «Орехово» Елена Коннова.

Первое занятие началось с рассказа о том, что такое компьютер и как он устроен.

— Чтобы пенсионеры лучше усваивали материал, — заметил Евгений Пасхин, — мы зачастую задерживаемся после занятий, стараемся объяснить непонятные моменты. Более того, у каждого учащегося нашей академии есть номер телефона горячей линии для консультаций и, конечно же, электронная почта, чтобы в любое время они могли позвонить и задать свои вопросы online.

Клавиши «Enter» и «Caps lock», «Tab» и «Shift», левая кнопка мыши, интерфейс и контекстное меню — сколько новых и непонятных слов спешат записать в свои блокноты пенсионеры. Вопросов очень много: каждый старается не упустить ничего важного. «Трудно, конечно, дается обучение. Я пыталась сама разобраться: купила самоучитель, но увы и ах... Пока сидела за компьютером, все вроде бы было понятно: тут мышкой кликнуть, здесь окно открыть. Но стоило отвлечься на часок-другой на домашние дела — все, в голове уже ничего не осталось, — поделилась своими впечатлениями слушательница академии Надежда Алексеевна Давыдова. — Сюда пришла потому, что все-таки с преподавателем заниматься лучше: он на все вопросы ответит, все покажет, обо всем расскажет».

Вначале каждый ученик получил новенький учебник — рабочую тетрадь для самостоятельной работы дома. В прошлом году программа обучения состояла из двух уровней: «начинающий» и «уверенный пользователь». В новом учебном сезоне решено было объединить их, в чем-то упростив, а где-то углубив изучение. Таким образом, программа была полностью адаптирована к потребностям большинства пенсионеров, которые в рамках одного курса смогут как получить или закрепить базовые знания о компьютере, так и освоить самые популярные интернет-приложения и программы.



— Предыдущий опыт показал, что у людей пожилого возраста, которые пришли к нам в академию, познания в области компьютера и Интернета минимальные, даже у тех, кто посещал занятия для продвинутых пользователей, — прокомментировала исполнительный директор благотворительного фонда «Качество жизни» Елена Чикаренко. — В связи с этим и учитывая пожелания самих пенсионеров, мы модернизировали программу и разработали единый образовательный курс, рассчитанный на 20 академических часов с посещением занятий два раза в неделю. Теперь преимущества появились не только у слушателей, но и у преподавателей. В рамках рассмотренного курса они могут варьировать продолжительность изучения каждой темы в зависимости от ее сложности и уровня восприятия аудиторией.

91-летний Владимир Васильевич Минаев — один из нынешних слушателей академии. Пенсионер прошел дорогами Великой Отечественной войны от Курской дуги до Берлина, а сейчас возглавляет Совет ветеранов корпуса, в котором служил, ведет активную воспитательную работу со школьниками и студентами. На курсы пришел, чтобы стать ближе к молодому поколению. «Спасибо большое организаторам за возможность поучиться! Сейчас у всех эти гаджеты, компьютеры и планшеты, все умеют ими пользоваться. Меня дочка немного научила по скайпу общаться, но теперь я сам смогу и в социальных сетях зарегистрироваться, и группы создать, чтобы с теми же школьниками онлайн переписываться», — доволен Владимир Васильевич.

Новый учебный год в академии только начался, а итоги прошлого уже подведены, и они убедительно показывают, как меняется жизнь пенсионеров, освоивших компьютер. У 80 % слушателей академии было отмечено уверенное пользование базовыми компьютерными программами и Интернетом, а число пользователей портала городских услуг возросло с 17 до 86 %.

ОБЫЧНАЯ ПЬЕСА С НЕОБЫЧНЫМИ АКТЕРАМИ

Был понедельник. В этот день в Мультимедиа Арт Музее, что на Остоженке, официальный выходной. И, тем не менее, ближе к середине дня сюда спешило множество людей.

В фойе оживленно. Сегодня в музее — импровизированная сцена и зрительный зал. Все в волнительном ожидании спектакля, сообщения о котором вы не увидите на московских афишах, потому что он не вписывается в рамки традиционного театрального искусства. Он особенный, и актеры, занятые в нем, — уникальные. Нам предстоит увидеть арт-коллаж «Москва и москвичи» по одноименной книге Владимира Гиляровского, сборнику его очерков о традициях, быте и нравах нашей столицы в XIX — начале XX столетия. Спектакль поставлен театральной студией «Кафе», около восьми лет работающей при дневном стационаре и медико-реабилитационном отделении Психиатрической клинической больницы имени Н.А. Алексеева.

Созданная по инициативе психиатров, эта студия ставит перед собой в качестве основной задачу реабилитации людей с психическими недугами средствами арт-терапии. Студия пользуется большой популярностью у пациентов больницы. Свои силы на сцене пробуют те, кто проходит лечение, кто посещает дневной стационар и медико-реабилитационное отделение, а также волонтеры — студенты театральных вузов, готовые взять на себя роль драматургов, режиссеров, постановщиков. Сегодня они выступают вместе с пациентами больницы, и это не только позволяет им реализовать свой творческий потенциал, но и дает возможность совершенствовать профессиональные навыки. А еще все получают здесь уникальные уроки доброты, терпимости и взаимопонимания.

— Мы предлагаем вниманию зрителей арт-коллаж «Москва и москвичи», который вобрал в себя несколько направлений искусства. Это и музыкальное



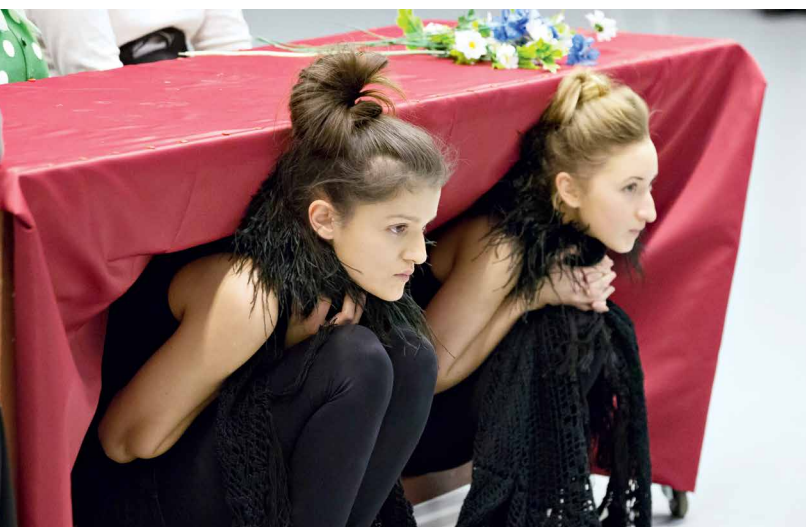
творчество, и фото, и театральное, и литературное творчество, — обратилась к собравшимся заведующая дневным стационаром Алексеевской больницы Э.Г. Рытик.

Действительно, спектакль многоплановый. В театральной и литературной его части безусловным лидером была Мария Михайленко, студентка выпускного курса Института театрального искусства, будущий режиссер. Пару лет назад она пришла в студию на практику, да так и осталась здесь работать.

— Этот спектакль, — рассказала Мария, — мы вместе с ребятами делали от начала до конца. Они сами выбрали материал. Начали работать, сделали инсценировку. Все они замечательные и абсолютные таланты.

Если говорить о фотосопровождении спектакля, оно тоже имеет свою историю, уводящую нас к московскому фестивалю художественного творчества людей с особенностями психического развития «Нить Ариадны». В рамках этого фестиваля существовала номинация по фотоискусству, в которой среди участников из 34 регионов России и 16 стран Европы и Южной Америки были и подопечные Алексеевской больницы, а одной из любимых тем их творчества оказалась старая Москва. Так что постановщикам спектакля было из чего





выбирать. И, наконец, музыка, популярная во времена Гиляровского. Как можно было не украсить ею постановку, если у режиссера имелись актеры с хорошими вокальными данными? Одну из песен Александра Вертинского в спектакле проникновенно исполнила Ирина Банникова.

— Я иногда посещаю дневной стационар, — рассказала Ирина. — Когда шла работа над спектаклем, Маша подобрала к нему песню и предложила мне ее исполнить. Я постаралась сделать все, что могла.

А может эта девушка многое. Она окончила Государственный музыкально-педагогический институт имени Ипполитова-Иванова, поет в церковном хоре.

Действие пьесы развивается неспешно, как неспешно протекала жизнь людей того времени. Сценки, диалоги, монологи, перемежающиеся музыкой и пением. Чувствуется подлинный стиль той эпохи и трепетное прикосновение к ней наших современников. А то, что для людей, вышедших на сцену, это представление равносильно прорыву в новую для них жизнь, для непосвященных осталось за сценой.

Занимаясь в театральной студии, пациенты работают над речью, двигательной моторикой, развивают способности к концентрации внимания, тренируют память. И много чего еще им предстоит преодолеть, чтобы вот так уверенно выйти к зрителю и успешно сыграть свою

роль. Но то, что дает им сцена, тоже трудно переоценить: они открываются эмоционально, получают удовольствие, испытывают радость жизни.

Между тем сценки из старомосковской жизни сменяют одна другую. Актерам трудно скрывать волнение, но они вполне успешно с этим справляются. Их поддерживают присутствующие на сцене студенты, которые не выделяются по ходу спектакля, им не отводится в нем главных ролей, они даже в одинаковых нейтральных костюмах в отличие от исполнителей главных ролей. Это как бы второй план, на котором более выигрышно выглядит первый.

Произнесены последние слова пьесы, раздаются заслуженные аплодисменты, крики «браво». И это особенно приятно исполнителям, поскольку среди присутствующих в зале их родные, друзья и, конечно, врачи и психологи.

Как они оценивают творческую работу своих подопечных?

— По-моему, наши артисты справились, — отметил А.Л. Шмилович, заведующий медико-реабилитационным отделением Алексеевской больницы, — мне очень понравились паузы, которые они по-театральному профессионально держали, несмотря на волнение. За этим спектаклем — громадный труд, прежде всего самих пациентов. Все они — инвалиды второй группы. Все тяжело болеют, но при этом увлечены занятиями в студии. Они работают там по несколько лет, и мы, наблюдая за ними, видим, насколько они изменились за это время. У них были большие проблемы с общением. Сейчас эти проблемы во многом преодолены. Они свободно двигаются. У них повысилась самооценка, поскольку здесь они значимы.

Любой человек имеет различные сферы жизнедеятельности: образовательную, профессиональную, семейную, досуговую, общение с друзьями. Когда он заболевает и болезнь затрагивает личность, в этих сферах возникают существенные проблемы. Только лекарство здесь не поможет. Задача психиатрии — устранить личностные проблемы и вернуть человека в активную творческую жизнь.

К сожалению, у нас зачастую преобладает односторонняя, биологическая ориентация профессионалов-психиатров, когда между ними и пациентами нет ничего, кроме таблетки и шприца. Действительно, современные лекарства быстро снимают симптомы, с которыми человек поступает в стационар. Выписывая, мы подводим его к двери больницы, но не можем заполнить пустое пространство, которое встречает его за этой дверью, потому что в обществе его встречают неприятие и поражение стигмой душевнобольного. Должно измениться мировоззрение людей, работающих в психиатрии: болезнь поражает личность, и наша задача вернуть ее



к максимально активной жизни. Занятия в нашей театральной студии направлены именно на это.

На спектакле было много приглашенных гостей — специалистов, работающих в психиатрии. Как они оценивают опыт Алексеевской больницы?

— Это прекрасная гуманистическая акция, — говорит исполнительный директор благотворительной организации «Семья и психическое здоровье», заведующая отделением Научного центра психического здоровья РАН Т.А.Солохина, — поскольку здесь мы наблюдаем необыкновенную радость творчества. И я, посмотрев спектакль, увидела, какой колоссальный труд был проделан и самими актерами, и режиссерами, получился такой интегративный спектакль, в котором все были вместе: и люди с особенностями психического развития, и их режиссер. И поддержка зала была необыкновенная.

Такие мероприятия — это еще и прекрасная дестигматизационная программа, когда мы наглядно убеждаемся в том, что люди с особенностями психического развития могут достигать безусловных успехов. Мы увидели результат большой реабилитационной работы и колоссальное творческое начало. Это очень нужно, поскольку помогает больным людям интегрироваться, развивать те навыки, которые нужны для нормальной жизни.

Спектакль окончен. Необычные актеры и их зрители возвращаются в свою обычную жизнь, которая, очень хочется в это верить, принесет им еще не одну и творческую, и жизненную победу.

Благотворительный фонд «Качество жизни» и City Business School реализуют образовательный проект для родителей, воспитывающих детей-инвалидов в возрасте до семи лет.

ОБРАЗОВАНИЕ С ДОСТАВКОЙ НА ДОМ

Речь идет о дистанционном бизнес-обучении, которое открывает новые перспективы для разных людей, в том числе не имеющих возможности в силу жизненных обстоятельств учиться очно. 19 москвичей, воспитывающих детей с инвалидностью, стали студентами престижной бизнес-школы. Обучение бесплатное и проходит дистанционно, по желанию можно выбрать один из двух учебных планов: классическую программу MBA и экспресс-курс. Впервые родители детей-инвалидов получили уникальный шанс повысить свои профессиональные навыки или приобрести новую профессию.

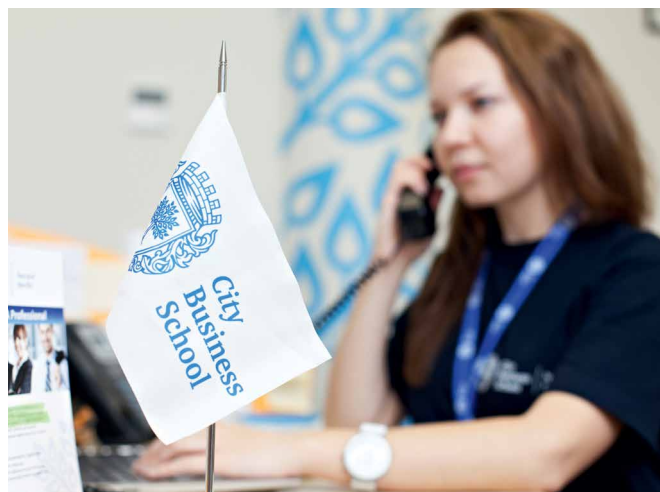
— Сегодня немало людей и некоммерческих организаций, глубоко понимающих ту жизненную ситуацию, в которой оказывается семья с появлением ребенка с серьезными нарушениями здоровья, — считает Елена Чикаренко, исполнительный директор РБОФ «Качество жизни». — Как правило, один из родителей вынужден уйти с работы и полностью посвятить себя уходу за ребенком, из-за чего семья испытывает серьезные материальные и психологические трудности. Поддержка благотворительных фондов и государства, конечно, важна. Но таким родителям необходимо создавать условия и для самореализации, давать им возможность почувствовать уверенность в собственных силах и стать своим детям надежной опорой в жизни.

— Это первый опыт подобного социального проекта, — дополняет рассказ Татьяна Курюкова, директор по развитию City Business School. — Отраднo, что возможности дистанционного обучения, которое предлагает наша бизнес-школа, помогли сделать доступным качественное образование тем, кому особенно важно оставаться включенными в общественную и профессиональную среду. Мы очень надеемся, что те знания и опыт, которые получают эти молодые люди, оказавшиеся в непростой жизненной ситуации, помогут им добиться поставленных целей. Несмотря ни на что, надо идти вперед, учиться, заниматься самообразованием и достигать новых вершин.

Участники социального проекта — молодые родители, воспитывающие детей с инвалидностью: пятнадцать женщин и четверо мужчин. Все они находятся под патронажем фонда «Качество жизни» с первых дней появления в их семьях ребенка с особенностями развития. Главным критерием для участия в программе обучения стало наличие высшего образования у кандидата (традиционное требование для получения MBA). Брался во внимание и еще один важный фактор — мотивация человека на обучение.

Дочке Валентины Верховлюк четыре года, а в ее истории болезни уже шесть перенесенных операций.

— До рождения дочки, — рассказывает Валентина, — я никогда не задумывалась о получении MBA,



но с ее появлением все в моей жизни изменилось. В моем случае именно ребенок послужил стимулом для учебы. Оставшись одна, я поняла: надо что-то делать, сидеть и ждать нельзя. В итоге закончила институт, потом курсы бухучета, получила водительские права. Когда в фонде сказали, что есть возможность пройти обучение в бизнес-школе, сразу для себя решила: буду пробовать, должна использовать любую возможность. Мне повезло, я попала в одну из групп и уже начала обучение. Надеюсь, что потом смогу работать в финансовой сфере. Такие бесплатные программы обучения — очень нужное дело, думаю, что многие родители хотели бы участвовать в них.

Сегодня среди студентов преобладают мамы, одни воспитывающие тяжелобольного ребенка. К сожалению, жизненная реальность такова, что, когда в семье рождается ребенок с инвалидностью, отец часто не выдерживает и уходит, хотя, конечно, есть папы, которые все заботы и ответственность за ребенка и жену берут на себя.

— Считаю большой удачей то, что меня включили в программу, — говорит 38-летний Михаил Маракушев, отец двоих детей, один из которых, пятилетний сын, ребенок с инвалидностью. — Я посчитал нужным для себя учиться, развиваться, чтобы в дальнейшем иметь стабильную работу и достойно содержать свою семью. Жду от этой учебы развития своих профессиональных навыков и личностного роста, надеюсь, что в дальнейшем смогу применить полученные знания. Мне нравится дистанционный формат обучения, я могу заниматься в любое время, дома, в нашей ситуации это самый оптимальный вариант. Такие социальные программы очень нужны семьям с детьми-инвалидами, ведь стоимость получения MBA очень высокая, и, конечно, сами бы мы это не потянули.

Михаил выбрал специализацию «Маркетинг», занимается с октября и уже прошел несколько модулей двухгодичной программы.



Новые студенты занимаются в City Business School. Десять человек из них пройдут обучение по программе классического бизнес-образования MBA General, а девять — по программе MINI-MBA Professional, обеспечивающей интенсивное погружение в бизнес-среду. Специализацию каждый слушатель выбирает сам — сразу или спустя месяц после начала учебы: по отрасли (например, в области финансов, здравоохранения, агробизнеса, промышленности) или по функционалу (управление персоналом, продажами, корпоративное право и др.). Модульная система и дистанционный формат обучения предоставляют слушателям полную свободу во времени, возможность самостоятельно планировать учебный процесс. Для участников проекта действуют дополнительные привилегии: они будут учиться дольше, чем обычные студенты, два года вместо полутора лет, по общей программе MBA и один год вместо шести месяцев на курсе MINI-MBA. Сроки обучения были увеличены, так как основное время и все усилия каждого родителя направлены, прежде всего, на своего ребенка, который нуждается в постоянном уходе.

Весь образовательный процесс проходит в собственной системе дистанционного обучения бизнес-школы, где размещены учебные материалы в различных форматах: видео, мультимедиа, анимация, тексты, тренажеры, кейсы и практические задания. Несмотря на удаленный формат обучения, студенты не остаются без помощи и живого общения: каждому предоставлен персональный тьютор (наставник), всегда на связи и преподаватели-практики — директора крупных российских и международных компаний, бизнес-тренеры, авторы книг по бизнесу.

По итогам обучения и после защиты дипломных работ выпускники программы MBA получают сразу два диплома — российский, подтверждающий присвоение степени мастера в области менеджмента, и диплом Европейской ассоциации EDLEA.





Она из поколения шестидесятников, которое отметилось в истории многими именами известных представителей творческой интеллигенции. Выпускница ВГИКа 1966 года Ольга Гобзева была успешной актрисой того времени. Среди ее коллег — Олег Даль и Олег Борисов, судьба подарила ей встречи с Василием Шукшиным и Иннокентием Смотуновским. Фильмография Ольги Гобзевой — это 40 картин, среди которых «Портрет жены художника», «Операция «Трест», «Однажды 20 лет спустя». Но на пике творческого взлета наступил момент, когда в миру не стало актрисы Ольги Гобзевой, а среди монашествующих появилась инокиня Ольга (Гобзева). Это случилось 23 года назад. С тех пор у матушки Ольги новая жизнь, о которой она согласилась рассказать в интервью нашему корреспонденту Надежде Протасовой.

Нести свой крест

«ЭТО НЕ БЫВАЕТ — ВДРУГ»

— **Вы приняли постриг в зрелом возрасте, на рубеже своего пятидесятилетия. Это связано с тем, что у вас произошло нечто, что заставило вас коренным образом изменить свою жизнь?**

— Принятие пострига не связано с возрастом. В монастырь человек может прийти как в юном, так и в зрелом возрасте. И это вопрос даже не самого человека, хотя внутреннее, сердечное согласие и выбор делает он, это как бы призыв свыше. Так просто в монастырь не придешь, даже если человек этого очень хочет. Нужно непрерывное сердечное стремление к иной жизни.

Как-то неглубоко звучит слово «вдруг», когда из профессии актрисы, в которой работала много и с большим удовольствием, ушла в монастырь.

Принято думать, что в монастырь приводит либо несчастная любовь, либо невосполнимая потеря, хотя такие случаи тоже бывают. У меня не было ни несчастной любви, и потери, слава Богу, не было; со мной это случилось внезапно. Вопрос, заданный вами, я часто с изумлением задаю себе сама.

Вера была заложена в нас даже не с рождения, а гораздо раньше.

Мои родители были верующими людьми. Отец долго молился, на коленях, утром и вечером. В нашей семье

было пятеро детей, и всем нам он запомнился колено-преклоненным. В детстве его молитвами я была спасена от болезни, когда обнаружилось двухстороннее воспаление легких. Отец вымолил.

В войну, когда фронт был на подступах к Москве, отец, шофер по профессии, вывозил раненых с передовой. Это была очень опасная и трудная служба.

Я родилась в конце войны, когда приближалась Победа. О ней тогда молился весь народ.

Мы не все помним в своей жизни, помним отдельные моменты. И вот эти моменты благодати, особого состояния души, по всей жизни помню отчетливо и не только в раннем детстве, но и в отрочестве, юности.

«Я ОЧЕНЬ ИСПУГАЛАСЬ, ПОНЯВ, ЧТО ПРОИЗОШЛО ПОЛНОЕ ПЕРЕВОПЛОЩЕНИЕ»

— **Почему же вы выбрали для себя профессию актрисы?**

— Нарекли актрисой в детстве. Ходила в кружок художественного слова в Центральный дом детей железнодорожников, который располагался в прекрасном дворце — городской усадьбе золотопромышленника Н.Д. Стахеева на Новой Басманной улице, 14. Теперь этот дворец нещадно эксплуатируется и очень нуждается в реставрации. Участвовала в чтецких кон-



курсах, проводимых в Москве. Однажды меня поцеловала в голову сама Ольга Книппер-Чехова за прочтение рассказа А.П. Чехова «Событие». Учила нас прекрасный педагог Маргарита Рудольфовна Перлова, привившая нам любовь к слову, окрашенному интонацией, правильному произношению, смыслу и красоте речи. Сейчас умение произносить тексты, выразительно и убедительно говорить почти совсем утрачено. Она научила самому главному — понимать и любить значение и смысл слова. Мы читали А. Чехова, А. Пушкина, Н. Гоголя; мне говорили: «Ну, ты, наверное, будешь артисткой». Я и сама испытывала интерес к этой профессии, поэтому поступила во ВГИК.

У нас был курс актерско-режиссерский. Моим первым режиссером стал Станислав Говорухин: во всех отрывках и спектаклях, которые он ставил, я играла главные роли.

— Как складывалась ваша жизнь в кино после окончания института?

— Я начала сниматься в кино с первого курса ВГИКа. Было очень много интересных ролей и замечательных встреч. Очень люблю вспоминать свои работы с Олегом Ивановичем Борисовым, с которым мы подружились. Считаю его величайшим актером.

Мы снимались с ним в нескольких фильмах, и я имела счастливую возможность наблюдать, до какой степени глубины понимания образа доходил этот актер. Я была знакома и дружна и с Иннокентием Смоктуновским, снималась в одном фильме с Никитой Михалковым. Так что свою жизнь в кино считаю разнообразной и очень интересной.

— Что заставило вас засомневаться в избранном призвании актрисы?

— В какой-то момент моя работа в кино перестала меня увлекать так, как увлекала раньше. Я стала видеть в ней те стороны, которых прежде не замечала. Например, всегда очень тщательно готовилась к съемке, подробно разбирала роль. Мне казалось, что иначе и быть не должно. А приходя на съемочную площадку, видела, что иной раз и сам режиссер не готов к съемке. Это накапливалось и накапливалось комом. Тогда стала чаще ходить в церковь. Стало легче, когда повстречала моего духовного отца — Протоиерея Георгия Бреева, который ведет меня и молится по сей день. Встретилась как-то с моим другом детства Олегом Далем. Он начал жаловаться на то, что ему не дают работать, мешают и пьют он потому, что ему тошно от всего, что творится в его театре, где его затирают:



может быть, из зависти, а может — Бог знает за что! Не исключаю, что причиной мог быть и его «ершистый» характер, но талантливые люди редко бывают гладко причесанными. Он плакал на моем плече, и я с ним плакала... а через день он умер. Меня это потрясло. Один за другим стали уходить мои партнеры. Умер Юра Богатырев, меня поразила смерть моей подруги Инны Гулаи, актрисы Изольды Извицкой. Я подумала: что за кладбище — Театр киноактера? Как здесь можно оставаться?

Когда актеры говорят «Моя жизнь — театр», «Моя жизнь — кино», у меня сердце сжимается от жалости, такого не может быть: жизнь дана человеку Богом объемная, где есть место и для труда, и для семьи, и для творчества. Актеры потом жестко расплачиваются за такую преданность искусству — одиночеством, и я это слишком хорошо знаю.

В Театре киноактера играла одну роль, которая мне очень нравилась. По свидетельству тех, кто видел, играла хорошо. Однажды, войдя в гримерную в антракте, я увидела в зеркале не себя — Ольгу Гобзеву, а свою героиню испанку Пиллар, с ее лицом, ее носом, разлетом бровей, глазами. Я очень испугалась, поняв, что в меня каким-то образом вошел иной человек — Пиллар, она меня вытеснила! Стала молиться:

«Не хочу этого, Господи, хочу остаться той, какой Ты меня создал». Не помню, как доиграла спектакль, у меня было ощущение, что заболеваю.... Вскоре действительно заболела воспалением легких. Больше ногой на сцену театра не вступала.

Так что было множество причин, объясняющих, почему я ушла из кино и со сцены.

— Как вы вошли в новый для себя мир?

— В то время тяжелых исканий меня помиловал Господь встречей с Владыкой Питиримом, Митрополитом Волоколамским и Юрьевским. В издательском отделе Московской Патриархии, который возглавлял Владыка, была организована воскресная школа. Я пошла туда с сыном, начала помогать, и скоро эти заботы заполнили мою жизнь. В издательском отделе царил атмосфера глубочайшей духовности, и для меня было большим счастьем потрудиться в воскресной школе.

Как-то меня благословили организовать праздник для детей-сирот, который должен был состояться в Рождественские святки в Московском пассаже. Конечно, подготовила духовный концерт с учениками воскресной школы издательского отдела. И на празднике познакомилась с еще одним очень значимым для



меня человеком — Архиепископом Солнечногорским Сергием, председателем отдела по церковной благотворительности и социальному служению Московского Патриархата, ныне Митрополитом Воронежским и Лискинским, принимавшим участие в этой акции. После концерта Владыка пригласил меня работать в отдел. Тогда по своему недопониманию я отказалась, сославшись на то, что никогда не имела дела с бумагами, да еще и по профессии актриса.

Оказалось впоследствии, что слова эти не были случайными. Многие из московских духовных лиц, когда приняла иночество, не восприняли меня всерьез из-за моего актерского прошлого. Мне пришлось пройти через очень серьезные испытания; тогда меня просто гнали за то, что инокиня.

На одной из конференций Союза православных братств вновь увиделась с Владыкой Сергием, он сказал тогда: «Матушка, пожалуйста ко мне в отдел» Я, конечно, подчинилась, а когда пришла в отдел, то с глубокой печалью сказала: «Владыка, как я вам пригожусь, если я актриса?». «Вам нечего стесняться — услышала в ответ, — актерская профессия — очень духовная профессия». После таких ободряющих слов я согласилась работать под началом Владыки, и уже долгие годы нахожусь на послушании у Митрополита Воронежского и Лискинского Сергия. Это послушание и определило мою судьбу. Когда речь зашла о жизни в монастыре, Владыка сказал: «Матушка, вы должны быть в Москве». С тех пор я несу свои послушания в столице.

«СЕГОДНЯ МОЕ СОСТОЯНИЕ — ПОСЛУШАНИЕ В МИРУ»

— Существует мнение, что монастырь — это обитель для людей в чем-то обиженных, разочарованных. Вы согласны с этим?

— Каждая судьба уникальна. Может быть, среди монашествующих есть и такие. Но, когда я встречаюсь с матушками, то вижу, что их приход в монастырь — это все же призыв свыше, от Господа.

— Как в вашей душе сосуществуют светское и духовное начало?

— Когда думаю о своем духовном состоянии, то прихожу к мысли, что я еще новоначальная и только-только начинаю свой путь. Что касается, как вы сказали, моей светской жизни, то она достаточно ограничена. Бываю на тех или иных встречах и в тех или иных обстоятельствах только по необходимости. Что касается моей жизни в миру, то есть только одно правило, которое очень важно для меня соблюдать: не раздражаться, даже если уж совсем что-то несусветное бывает, а оно бывает.

Как-то в троллейбусе, мне один человек сказал: «Как страшно, матушка, себя потерять. А я потерялся!». Другой вопрос — как себя обрести, как себя понять? Это очень трудно. Как понять, что такое — нести свой крест, свой личный крест?!

Сегодня прохожу послушание в миру. Так Митрополит Воронежский и Лискинский Сергей определил мою иноческую жизнь.

«НУЖНО ПОМОГАТЬ СВОИМ»

— Как вы сказали, свое послушание вы выполняете в Москве. Чем конкретно вы занимаетесь?

— Мое основное послушание связано с Православным Марфо-Мариинским сестричеством во имя Феодоровской иконы Божией Матери, которое я возглавляю. Мы помогаем ветеранам кино и сцены. Так что актеры опять являются предметом моего внимания. Это мои бывшие партнеры, расцвет творчества которых приходится на советский период. Сегодня они столкнулись с болезнями и часто с одиночеством. Многие овдовели. У нас 20 подопечных. Они живут не в социальных учреждениях, а дома и нуждаются в заботе.

Актеры — особый народ, они не хотят, чтобы их видели немощными. Редко кто из них принимает такую форму благотворительности, как пакет гречки и растительное масло. Они, прожившие свою жизнь в определенном достатке, по-особенному, надеются и теперь на особенное отношение к себе. То, что они меня знают, что я такая же, как они, своя, позволяет нам, мне и моим сотрудникам, сестрам и братьям, получить самое ценное — их доверие: они звонят, мы помогаем решать их проблемы, приглашаем на Народное радио почитать стихи, устраиваем праздничные вечера.

Я бесконечно благодарна Департаменту труда и социальной защиты населения города Москвы в лице руководителя В.А. Петросяна и его заместителя О.Е. Грачевой за их помощь, за их понимание, за то, что уже в течение многих лет мы успешно сотрудничаем. Без их помощи, без их поддержки многое из того, что нам удалось сделать, могло бы и не быть.

В свое время Владыка Сергей сказал мне: «Нужно помогать своим». Под «своими» он имел в виду актеров и направил меня на это служение. На этом и замкнулся для меня парадоксальный круг: из актерской среды я ушла и снова вернулась, но уже совсем другая. Жизнь так распорядилась, так Господу было угодно, чтобы опять быть с ними, со своими! А кто может знать лучше, в чем они нуждаются, чем та, кто сама была актрисой.

Сегодня я не знаю, кто больше получает от общения — актеры от меня или я от них. Думаю, мне достается больше.

Сестричество трудится с 1992 года. Мы назвали в честь святых сестер Марфы и Марии, что означает труд и молитва. Многие из сестер и братьев работают со мной в сестричестве много лет. Все они верующие, ходят в церковь. Иногда появляются новые сотрудники, и порой оказывается, что они не могут этим заниматься, потому что в этом служении требуется невероятное терпение. Актеры, и особенно актрисы, часто бывают капризны, порой даже неадекватны. И здесь требуются особые качества и умение быть тактичным. У нас есть непреложное правило: ни в

каком случае нельзя навязывать какую-то услугу, это раздражает. Делать только то, о чем просят. Попросили — сделай.

«ЧЕЛОВЕК С ЭКРАНА МОЖЕТ НЕСТИ В МИР ВНУТРЕНнюю СОЗИДАТЕЛЬную СИЛУ»

— Можно ли сказать, что кино ушло из вашей жизни?

— Ушло ли кино совсем из моей жизни? Нет, так я сказать не могу. Оно меня интересует, слежу за новинками. Изменилось его место в моей жизни.

Одно из моих нынешних послушаний — фестиваль «Духовного кино, духовной музыки и живого слова», который мы намереваемся провести в Воронеже.

Человек с экрана может нести в мир внутреннюю созидательную силу. Вспоминаю актеров своей молодости. В них был заряд света, энергия созида-



Внучка матушки Ольги



ния. Среди героев фильмов не было разрушителей, не было бандитов и олигархов. И сегодня, занимаясь фестивалем, очень трудно отбирать фильмы из того, что понаделали наши кинематографисты. Мы собираем буквально по крупицам. Например, фильм Владимира Хотиненко «Наследники» очень интересный.

Уже 13-й год участвую в Открытом российском фестивале кино и театра «Амурская осень», который проходит в Благовещенске Амурской области и Харбине КНР. После приездов знаменитых актеров многое изменилось в этом городе. Благодаря их ходатайству обустроили русское эмигрантское кладбище, которое находилось в полной разрухе.

В единственном в Харбине православном приходе храма Покрова Пресвятой Богородицы с 2000 года не было священника. Мы стали писать Президенту, Патриарху с просьбой о помощи. Были услышаны. Сейчас на священнослужителя учится этнический китаец, он скоро вернется служить в православном храме Харбина.

« КАК МОЖНО ПРИМЕНЯТЬ К ЗЕМЛЕ, СВЯТЫНЕ, ПОДНОЖИЮ БОЖИЮ, ПОНЯТИЕ ОПТИМИЗАЦИИ?»

— Было время, когда вы боролись за возвращение верующим храма Большого Вознесения. А есть ли за что сегодня бороться матушке Ольге?

— Не могу быть равнодушной к вопросам, связанным с землей. Это моя боль. Сейчас губятся Подмосковные святые земли. Их застраивают дешевым коммерческим жильем строительные компании, например «Гранель», незаконно, по дешевке, скупившие там земли.

Я живу в поселке Валентиновка, сегодня это город Королев, где располагаются заповедные Бурковские поля, на которых 300 лет существовало подворье Костромского Ипатьевского мужского монастыря, а поселение Бурково было обслуживающим монастырским селом. При раскопках на полях обнаружены артефакты, относящиеся к XI–XII векам.

Вся эта священная территория сегодня губится застройкой, и делается это с одобрения администрации города Королева. Когда я в свое время высказывала боль по этому поводу губернатору Подмосковья А.Ю. Воробьеву, то он назначил меня председателем общественной комиссии, однако администрация Королева пренебрегла мнением и озабоченностью жителей поселков и деревни Бурково, и застройка Бурковских полей продолжается. Земля — это подножие Господа, к ней не может быть применено понятие «оптимизация»!

Жители окрестных поселков установили крест на малом Бурковском поле, чтобы со временем построить храм во имя Преподобного Сергия. Ночью прилетел вертолет, принадлежащий фирме «Гранель»; при помощи троса, поломали и осквернили Православный крест. Хорошо, что бурковчане сразу восстановили его.

Часто думаю: лучше бы мне находиться в монастыре, ничего бы этого не видела. Но я бы не знала, что прекрасное, святое Подмосковье, где столько исторических мест, попадает под каток современной жадности. Прекрасно понимаю, что мой голос слишком слаб, чтобы переломить ситуацию, но мне хотелось бы, чтобы он присоединился к голосам множества других людей, проживающих в этих местах.

— Монахов принято считать угрюмыми, замкнутыми, закрытыми людьми. Насколько это соответствует действительности?

— Совсем не соответствует. Вот свежий пример: иеромонах Фотий, ставший победителем в телешоу «Голос». Зрители восприняли выступление иеромонаха с радостью и благодарностью. Он показался в эфире благодаря мудрости настоятеля монастыря, который благословил его выйти на люди. Для меня это очень благодатный пример. Это была проповедь. Иеромонах Фотий своим голосом, своим пением, не произнося слов, которые обычно говорят священники в храме, был проповедником.

Монахи бывают разные. Если кто-то замкнут, значит, ему так надо. Значит, у него такая внутренняя жизнь. Все определяется послушанием. Но объединяет монахов то, что все они служат Господу, и это самое главное.

**« НИКОГДА НЕ ДАВЛЮ,
НЕ ПРОПОВЕДУЮ И НЕ ТРЕБУЮ
СВЕРХ МЕРЫ, ПОТОМУ ЧТО Я ОЧЕНЬ
ЛЮБЛЮ СВОИХ ДЕТЕЙ »**

— У вас есть сын и внучка. Монашеский чин как-то сказывается на ваших взаимоотношениях?

— Конечно, сказывается. Когда поначалу были горькие годы неприятия меня церковной средой, сыну тоже доставалось. Он очень переживал за меня, для него это тоже была душевная травма. Я-то это принимала как должное, а он по своему возрасту понять это гонение не мог.

Сейчас все позади. Мой сын — самостоятельный человек, успешно работает. У меня с ним прекрасные отношения, жаль только, что видимся с ним не так часто, как хотелось бы, он очень загружен.

Моей внучке 16 лет. Она учится в художественной школе, но мы находим время общаться. Мы ходим

в церковь, бывали в монастыре. Ей там очень понравилось.

Я никогда на них не давлю, не проповедую и не требую сверх меры, потому что я их люблю. Мне кажется, что внучка гордится, что у нее бабушка — инокиня. Даже думаю, что если бы осталась в миру, то между нами не было бы такой близости.

В наших семейных взаимоотношениях нет никакого барьера. Внучка моя может мне даже больше доверять, нежели если бы я была просто бабушкой. Монашеское облачение вызывает не только у моих близких, но даже у посторонних, особое отношение. И я понимаю это, потому что в русском народе исстари живет любовь к монахам.



УСПЕШНЫЙ, РЕЗУЛЬТАТИВНЫЙ И УСТОЙЧИВЫЙ

Фонд региональных социальных программ «Наше будущее» был создан в 2007 году по инициативе бизнесмена Вагита Алекперова с целью развития социального предпринимательства на территории России. Он занимается поиском наиболее перспективных инновационных идей и проектов и их эффективной реализацией. За восемь лет работы в рамках всероссийского конкурса «Социальный предприниматель» фонд уже поддержал 150 проектов. Всем им были предоставлены беспроцентные займы. Всего фонд «Наше будущее» оказал социальному бизнесу поддержку в размере 366,5 млн рублей.

По итогам прошлого года победителями конкурса стали семь проектов из пяти регионов Российской Федерации: Калининградской, Вологодской, Кемеровской, Свердловской областей и Пермского края.

Фондом поддержаны предложения, связанные с уходом за пожилыми людьми, возрождением народных промыслов и трудоустройством людей третьего возраста. В число социальных предприятий, получивших беспроцентные займы, вошли два дошкольных учреждения, медицинский диагностический центр, а также объект культурного наследия — исторический форт в Калининградской области.

Чтобы понять, насколько различны эти проекты, познакомимся с тремя из них.

Одной из злободневных проблем небольших российских городов является неразвитая инфраструктура детского дошкольного образования — в регионах не хватает как обычных детских садов, так и специализированных центров интеллектуального и коррекционного развития детей. Инициатор проекта «Школа радости» Ольга Антипина была одним из первых социальных предпринимателей Свердловской области, занявшихся решением этой проблемы. На базе созданного ею социального предприятия уже несколько лет работают детский бассейн «Аква-Ляля» и центр развития ребенка «Школа радости». Благодаря поддержке фонда, в 2016 году в Ирбите откроется новый центр развития ребенка «Школа радости», заемные средства будут потрачены на приобретение в собственность здания, в котором разместится центр. Развивающий центр «Школа радости» сможет ежемесячно предоставлять образовательные услуги 220 дошкольникам.

Еще один проект. В России актуален вопрос квалифицированного ухода за пожилыми людьми с серьезными психоневрологическими заболеваниями. Калининградский пансионат «Варежкино», открытый Натальей Орловой, предоставляет такие услуги с 2014 года. Здесь оказывают помощь по сопровождению, реабилитации и уходу за пожилыми людьми, страдающими различными нарушениями



памяти, деменцией, болезнью Альцгеймера; в пансионате также заботятся о перенесших мозговую инсульт и восстановительную операцию по поводу перелома шейки бедра. Методы работы учреждения соответствуют мировым требованиям и стандартам, в основе которых — сохранение максимальной физической и умственной активности пожилых людей. Заем фонда «Наше будущее» поможет в оптимальные сроки провести ремонт главного здания пансионата, расположенного в старинной усадьбе, приобрести реабилитационное оборудование и создать крытую площадку для прогулок постояльцев «Варежкино». Реализация проекта позволит уже в первый год после открытия обновленного пансионата оказывать услуги более чем 50 пожилым людям.

У третьего проекта, который мы хотим вам представить, очень доброе название — «Домашние половички руками бабушек». Он из Вологодской области, которая известна традициями народных промыслов.

Сегодня большая часть из них находится под угрозой исчезновения. Одновременно в Вологодской области, как и по всей России, остро стоит вопрос социальной и финансовой поддержки старшего поколения: многие пенсионеры нуждаются в дополнительном заработке и готовы к работе в режиме частичной занятости. Но вакансий, подходящих этой возрастной группе, на рынке труда практически нет.

В соответствии с проектом социального предпринимателя Екатерины Светловой в вологодской деревне Ботово запущено производство домотканых половиков, ковриков и гобеленов, благодаря которому появится шесть рабочих мест для пенсионеров и инвалидов. Заем фонда позволит закупить оборудование для производства: ткацкие станки, традиционно использовавшиеся народными мастерами.

Социальный предприниматель Екатерина Светлова второй раз получает поддержку фонда «Наше будущее»: ее проекту «Досуговый центр «В гости к русской сказке» уже выделялся беспроцентный заем в 2012 году.

— Мы в очередной раз называем лучших, тех, кто на деле доказал эффективность и востребованность социального бизнеса, — говорит директор фонда «Наше будущее» Наталия Зверева. — В этом году мне особо хочется отметить высокий уровень подготовки соискателей: все проекты, получившие поддержку фонда, оказались очень хорошо проработанными, продуманными, это было видно сразу. И это важно. Для нас большое значение имеет тот факт, что сегодня, несмотря на непростые условия, социальный бизнес не только продолжает работать, но и оказывается успешным, результативным и устойчивым.

Несебр без границ



Так называется фестиваль талантливых людей с ограниченными возможностями здоровья.

Он проводится под эгидой мэра Несебрской общины Николая Димитрова, а организаторами конкурса выступают Болгаро-Казахстанская ассоциация по поддержке и интеграции инвалидов (Несебр, Болгария) и Центр реабилитации инвалидов «Лайықты өмір» (Караганда, Казахстан). Фестиваль призван помочь талантливым людям с ограниченными физическими возможностями раскрыть свой творческий потенциал и заявить общественности о своих талантах.

Фестиваль проводится с 2 по 4 сентября 2016 года в городе Несебр, Болгария.

Для участия приглашаются люди с ограниченными физическими возможностями здоровья, достигшие 18 лет, и коллективы, занимающиеся художественным творчеством – вокалом, хореографией, танцами на инвалидной коляске, жестовым пением, игрой на музыкальных инструментах.

Фестиваль является благотворительным и не предусматривает вступительных взносов участников.

Прием заявок до 30 апреля 2016 года.

Адрес электронной почты:

bka.nessebar@gmail.com;

www.nesebarfest.com

Благотворительный фонд Елены и Геннадия Тимченко провел первый всероссийский конкурс дневников приемных семей «Наши истории». В номинации «Особое мнение» лучшей признана работа Натальи Надеждиной из Республики Чувашия. Предлагаем ее вашему вниманию.

По велению сердца

Наша история приемной семьи началась со статьи и фотографии благотворительного фонда «Дети ждут». Каждый день я перечитывала эту статью несколько раз и все вглядывалась в фото белокурого «солнечного» Димки с хитрющей улыбкой. Вот что было написано об этом мальчике: «Он солнечный. Он живой. Он невероятно обаятельный, улыбчивый, жизнерадостный ребенок, из тех, в ком живет птица-душа. Она сидит внутри маленького тела с одной лишней хромосомой, светится в чуть раскосых глазках, трепыхается, пытаясь расправить крылья — и полететь. Общаясь с Димой, иногда — честное слово! — прямо чувствуешь ветер на лице от этих крыльев, пока еще небольших. Но они вырастут, в этом уверены все, кто дружит с Димой, — воспитатели, педагоги, фотографы. В Димкиной птице-душе есть сила, есть тяга к росту и развитию. Поэтому он станет человеком, который принесет в этот мир гору добра, искренность, наивность, свет — словом, все то, чего миру остро не хватает. Он принесет это, даже если не найдет семью и отправится в коррекционный детский дом, а потом в ПНИ. Только сокровища эти никто не увидит, они улетят потом с птицей туда, где доброта никогда не будет лишней.

Несмотря на очереди из кандидатов в усыновители, Дима с самого рождения живет не дома. Это неправильно. Ведь где-то есть семья, которая его ждет. Давайте верить, что они совсем скоро встретятся».

На тот момент школу приемных родителей мы с мужем закончили и уже вроде как решили усыновлять двойняшек или близняшек 2–3-летнего возраста. Но рассказ о безысходности особенных деток, которые никогда не смогут выйти из системы казенных учреждений, не выходил из моей головы.

Я показала статью о Диме мужу, он долго читал и смотрел фото, потом сказал: «Подумай еще, поищи...». Прошла неделя, за которую Димка успел перебраться из моей головы в сердце. В очередной беседе с мужем я сказала: «Давай возьмем Димку», а муж просто ответил: «Давай».

Мы никогда не задумывались об усыновлении ребенка-инвалида, среди наших знакомых семей с такими детками нет. Раньше, видя на улице людей с ограниченными возможностями здоровья, я старалась не заострять на



них внимание, чтобы, как мне казалось, не смущать их. А сейчас мы решили взять в семью «солнечного» мальчика, ничегошеньки не зная о его синдроме.

Медкомиссию мы прошли относительно быстро, только на момент подписания заключения изменился перечень анализов, и нам пришлось еще неделю потратить в ожидании новых результатов. В органах опеки нас встретили очень по-доброму, а заключение о возможности быть опекуном было готово на третий день. Я связалась с опекой, отослала все копии документов по электронной почте, и мне назначили встречу с Димой. Конечно, я расстроилась, что приходилось ждать почти месяц. Успокаивало то, что мы успевали до Димкиного четырехлетия. Я написала в опеку, что в данный момент уже уволилась с работы и могу приехать в любой день, если вдруг мне разрешат забрать Диму пораньше. Так и случилось.

Всю первую встречу я держала Диму на коленях и плакала. Это были слезы счастья. А Дима прижимался ко мне и хлопал по спине маленькой ладошкой.

Во второй раз, через неделю, я уже забирала Димку домой. Очень долгой казалась мне эта неделя, но, как только мы с Димой покинули ограду специализированного дома ребенка, все тревоги остались позади, а впереди нас ждала совсем другая жизнь.

Удивительно, но никакого привыкания или адаптации у Димы не было. Запомнилось, что в самый первый день он очень старался всем в семье понравиться.

Наши дети, 14, 11 и 7 лет, приняли Диму сразу. Младший, Шурик, рассказал ребятам в спортшколе, что у него появился маленький братик, который не умеет говорить. Старшие дети в перерывах между домашними уроками играют с ним, как с самым младшим в семье, жалеют Диму. С ним ведь невозможно поругаться, обидеться или наказать, он сразу начинает улыбаться и бежит обниматься. Первый месяц он нас всех просто заобнимал. Когда муж приходил с работы, то сразу строго (если чуть улыбнешься — все, обнимашки) говорил: «Дима, сейчас я переоденусь, покушаю, а потом уже будем обниматься!» Он кивал головой и садился ждать папу. После ужина муж устраивался поудобнее, звал Диму, и тот с такой превеликой радостью ползал по нему, обнимал, целовал. Так у нашего Димы появилось семейное прозвище «Димулька-Обнимулька».

Кушать Дима умел сам, да так ловко «загребал» ложкой, чтобы ничего на стол не упало! Вообще, оказалось, что он левша, но есть и все делать его научили правой рукой. Дефектолог нам потом сказала, что это даже к лучшему, оба полушария мозга будут развиваться. Посоветовали правой ручкой кушать, чистить зубки, писать и пользоваться ножницами, а остальное на усмотрение Димы. В еде Димулька оказался непривередлив, но и меры никакой нет до сих пор. Может по два раза позавтракать, пообедать и поужинать с кем-нибудь за компанию. Пару дней привыкал к твердой пище, постоянно ему говорили «жуй». Первый месяц, если кто-то предлагал ему конфетку или яблоко, он сам садился за стол и ел только за столом. Мне, как маме, конечно, такое поведение очень нравилось, но эта «традиция» у нас надолго не прижилась. Очень скоро он понял, что кушать сладости можно сразу же и не обязательно за столом, да и со стола тоже можно.

Еще одним большим плюсом для нас стало то, что Димулька оказался очень старательным и любопытным «повторюхой», причем любопытство всегда брало верх над страхом. Ему до сих пор интересно все. Боялся он поначалу и ветра, и яркого солнышка... Постоянно объясняли ему, что к чему, да и до сих пор объясняем. Зато все, что показываем мы или педагоги, Дима с удовольствием повторяет. Лесенку в доме мы освоили в первый же день — просто показали, как нужно одной рукой держаться за перила. А вот чистить зубки научились примерно за неделю. Дня два я ему все показывала, объясняла, он внимательно слушал, но щетку свою брать боялся. Потом решился взять ее в руки, попытался повторить все, но без зубной пасты. Постепенно дело дошло и до пасты. Но, если он не хотел чистить, я не настаивала, он просто стоял рядом и наблюдал (это тоже своего рода запоминание). Вообще, я поняла, что детки в детском доме привыкли все делать по режиму, когда каждый день повторяется комбинация каких-то дел. Поэтому утренние

и вечерние процедуры мы стараемся проводить в строго определенном порядке.

Однажды нас пригласили в дневной стационар республиканского реабилитационного центра для детей с ограниченными возможностями здоровья. Там впервые я близко наблюдала за такими детками, общалась с мамами других «солнечных» мальчишек и девчонок. Только здесь я поняла, что синдром Дауна бывает разных степеней, а наш Димулька оказался замечательным мальчишкой, который не утратил в детском доме интерес к жизни, а, наоборот, как губка, впитывал в себя все новые и новые знания.

Диме дали направление в новый детский сад №7 «Созвездие», в интегрированную группу. Вообще-то я не хотела в первый год отдавать Димку в садик, но, посмотрев в Интернете, что он собой представляет, решила попробовать. Как же здорово здесь оказалось! Ежедневно с Димулькой занимается дефектолог, три раза в неделю логопед и психолог, один раз в неделю — бассейн. Деток водят в лекотеку, сенсорную комнату, изостудию. Дима первый день в садике так радовался маленьким стульчикам, столикам, раковинам, он ведь всю свою жизнь до нас провел в таком «садике», к режиму был привыкший, так что адаптации, как таковой, и не было. Воспитатели, да и многие из персонала сада очень любят Диму, специально заходят в группу пообниматься с ним. В садик мы идем вприпрыжку, здесь Дима осознанно стал называть меня «мамой». Раньше он ко всем женщинам — прохожим, кондукторам, воспитателям шел обниматься со словом «мама». А тут во время тихого часа я ушла в магазин, а когда вернулась, оказалось, что Дима проснулся и, увидев, что меня в комнате нет, больше не засыпал. Просто лежал молча, очень грустный. Когда же увидел меня, с такой радостью закричал «мама», что я прослезилась. С тех пор мама у Димы одна. Он уже давно остается в садике на весь день и знает, что вечером за ним придет папа, а дома его ждет большая семья.

Сейчас на вопрос «Что бы вы посоветовали будущим усыновителям?» я всегда отвечаю: «Не бойтесь брать особенных деток! От них такая любовь исходит. Как замечательно сказал однажды мой муж: «Дима у нас по волею сердца». Поэтому слушайте только свое сердце, оно обязательно подскажет правильное решение.





И друг, и лекарь

Так можно сказать о собаках. То, что они друзья человека, известно давно, а вот врачевание с их помощью, ставшее основой канистерапии, начали активно применять в последнее время.

Эффективность собак в терапии объясняется присутствием им качествами — дружелюбием и преданностью. Кроме того, только собака способна преодолеть инстинкт самосохранения и пожертвовать собой ради человека.

Первой лечашей собакой стал йоркширский терьер Смоки, известный еще со времен Второй мировой войны. Эта маленькая собачка, удостоенная за служебные заслуги восьми боевых наград и звания капрала, 12 лет проработала в 233 госпиталях Новой Гвинеи, где помогала медсестрам в уходе за ранеными солдатами.

Часто врачевателями являются сенбернары, ньюфаундленды, голден ретриверы, колли, овчарки. Однако важна не порода собаки. Особенно значимы ее темперамент и естественное поведение в условиях стресса. Идеальная собака — спокойная, терпеливая и дружелюбная. Во время тестирования она должна продемонстрировать полное подчинение хозяину, не обращать

внимания на посторонние отвлекающие факторы, не реагировать на незнакомые запахи и громкие звуки.

Наиболее развитое и результативное сегодня направление канистерапии — это реабилитация детей. Она рекомендована особенным детям — с нарушениями слуха и речи, аутистам, ДЦПешникам, с синдромом Дауна. За один сеанс канистерапии могут быть достигнуты сразу несколько целей. В физическом отношении общение с собакой расширяет диапазон движений, улучшает чувство равновесия и подвижность. Игра с ней развивает мышцы тела, насыщает кровь и легкие кислородом. В познавательном плане — улучшается память и способность к словесному самовыражению, в эмоциональном — повышается самооценка и мотивация.

Интересный опыт использования канистерапии накоплен в детском лагере «Большое Приключение», созданном известными путешественниками Дмитрием Игоревичем и Матвеем Шпаро.

Методом оздоровления, воспитания и развития подростков в лагере является участие детей в автономных путешествиях — пеших, водных и велосипедных. Вместе с учениками из коррекционных школ, воспитанниками психоневрологических интернатов по карельской

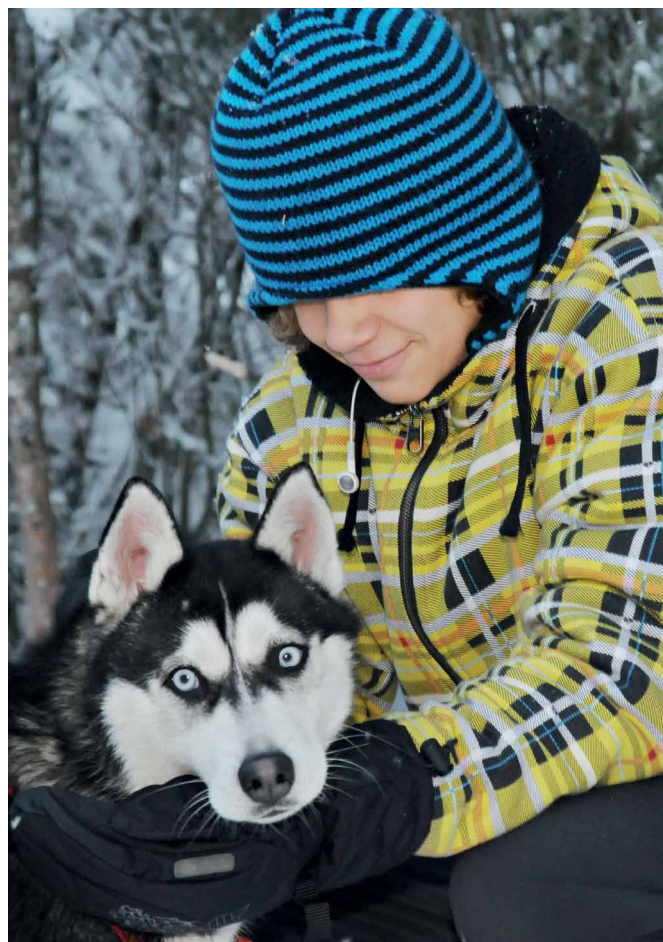
тайге путешествуют собаки породы «хаски». В одной программе, в одном походе детей и собак соединены приемы двигательной и неврологической реабилитации, адаптивной физкультуры, социальной и психологической адаптации. Характер у хаски — жизнерадостный, энергичный, уравновешенный. Собаки этой породы отличаются особым доброжелательным отношением к людям и особенно к детям.

Карельский лагерь был открыт для детей с ограниченными возможностями здоровья с первого дня работы. Сначала в течение трех лет здесь принимали детей слабослышащих и глухих. С 2003 года — детей слабовидящих, с 2004-го — с нарушением опорно-двигательного аппарата (страдающих ДЦП). Приезжают в лагерь дети с задержкой психического развития и умственной отсталостью.

В питомнике лагеря содержатся около 60 собак, разных по экстерьеру и характеру.

В первые дни пребывания в лагере каждый ребенок имеет возможность общаться с несколькими собаками и выбрать себе питомца по душе. Хотя до сих пор не ясен вопрос, кто кого выбирает: собака человека или человек собаку. Так или иначе, в 90 % случаев выбор оказывается удачным.

Ребенок получает собаку, с которой ему предстоит делить все тяготы пешего туризма. При этом они помогают друг другу.





Собаки на инстинктивном уровне прощают мелкие ошибки своих временных хозяев. Они словно воспитывают детей: отвечают воем на резкое повышение голоса, гасят мелкие перепалки между участниками группы. Любопытно, что спор на повышенных тонах между детьми сразу же прекращается, если вмешивается собака, ее мнение в данный момент очень авторитетно.

Канистерапия способствует активизации познавательной сферы психики детей. При прогулке с собакой необходима постоянная концентрация внимания, потребность запоминать и планировать свои действия. При кормлении животного, уходе за ним активизируются психологические процессы. Ухаживая за четвероногим другом, ребенок приобретает чувство ответственности за другое существо, таким образом появляются ответственность за себя самого и умение простейшего самообслуживания, а зачастую именно этих навыков не хватает детям-инвалидам для самостоятельной жизни в обществе.

Следя внимательно за животным, ребенок приобретает опыт понимания другого существа, расширяя диапазон своих эмоций. В условиях дикой природы, похода такие наблюдения имеют практическую важность, ибо участник похода и его собака на протяжении всего путешествия становятся неразрывными партнерами. Умение понять друг друга лишь по взгляду



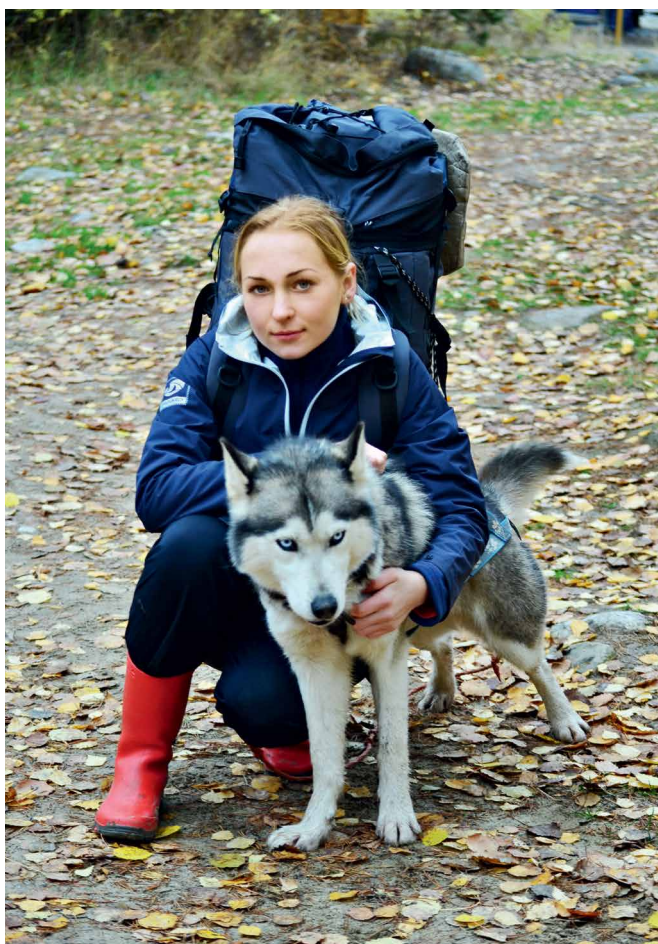
весьма важно в экстремальной ситуации, которая в походе всегда может случиться, всегда важно вовремя почувствовать партнера и оказать ему помощь.

Итог пребывания в лагере — пеший поход с собаками. Ребенок надевает на себя специальный широкий ремень, за который цепляется повод, прикрепленный к шлейке собаки. Он несет свой рюкзак, у собаки тоже есть выюк. Сначала собака рвется вперед, ребенку непросто, но очень скоро вырабатывается общий ритм.

Первые годы походы проводились только летом. С 2006 года лагерь стал всесезонным, зимой дети отправляются в путешествие на лыжах с тремя ночевками в палатках. Собачья упряжка, которая сопровождает группу на всем маршруте, помогает перевозить тяжелые грузы. Собаки воспринимаются детьми как главные помощники и фактически становятся полноправными членами команды. Каждому ребенку предоставляется возможность научиться управлять собаками и прокатиться в упряжке. Впечатления от пребывания в лагере сохраняются у ребят надолго.

Хаски из лагеря «Большое Приключение» дважды приезжали в гости и к московским ребятам.

В январе в столичном парке «Сокольники» в третий раз прошла образовательная и оздоровительная программа для детей-инвалидов «По пути с хаски». Тридцать собак из Карелии приехали к своим юным московским друзьям.



СЛОВО ГОСПОДА – ГЛУХИМ, НЕБЕСНЫЙ СВЕТ – СЛЕПЫМ

В Германии, в деревушке Шрамберг-Хайлигенброн, находятся монастырь Святого Франциска, а также одноименный фонд. Католический монастырь стал родным домом для десятков слепоглухих детей и взрослых: здесь они учатся в специальной школе, живут в интернате и жилых группах, трудятся в учебно-производственных мастерских, проходят курс реабилитации и лечения. Здесь служит первый и единственный в мире слепоглухой диакон католической церкви Петер Хепп.

Монастырь Святого Франциска занимается помощью незрячим, глухим и слепоглухим людям. С 1860 года девиз социально-реабилитационной работы с инвалидами по зрению и слуху здесь такой: «Слово Господа — глухим, небесный свет — слепым».

В юридическом плане фонд и монастырь — это разные, не зависящие друг от друга организации, но они тесно сотрудничают. Фонд Святого Франциска был создан в 1991 году, а в 2005-м возникло особое подразделение — Центр по работе со слепоглухими.

До 1991 года всю работу с инвалидами вели сестры и послушницы монастыря. Но постепенно число монахинь и послушниц стало сокращаться, так как немецкие девушки и женщины все реже выбирают эту жизненную стезю.

Кроме того, большинство насельниц монастыря сами стали нуждаться в помощи и уходе, достигнув преклонного возраста. С другой стороны, число людей с инвалидностью, которые обращались за помощью, постоянно возрастало. Эта ситуация стала тревожить пожилых монахинь. Они опасались, что с окончанием их жизненного пути социально-реабилитационная работа в монастыре может полностью прекратиться.

Тревоги монахинь со всей серьезностью восприняло церковное начальство. Был создан фонд Святого Франциска для того, чтобы привлечь к работе с инвалидами не только монахинь, но и мирян, специалистов по различным проблемам реабилитации.

При создании фонда, разработке концепции его деятельности использовались финансовые средства като-



Деревня Хайлигенброн с высоты птичьего полета



Монахиня монастыря Святого Франциска со слепоглухим подопечным

лической церкви. В настоящее время основной источник его доходов — финансовые субсидии федеральной земли Баден-Вюртемберг, на территории которой располагаются фонд и монастырь.

За обучение, воспитание и обслуживание каждого ребенка фонд получает компенсацию от государства.

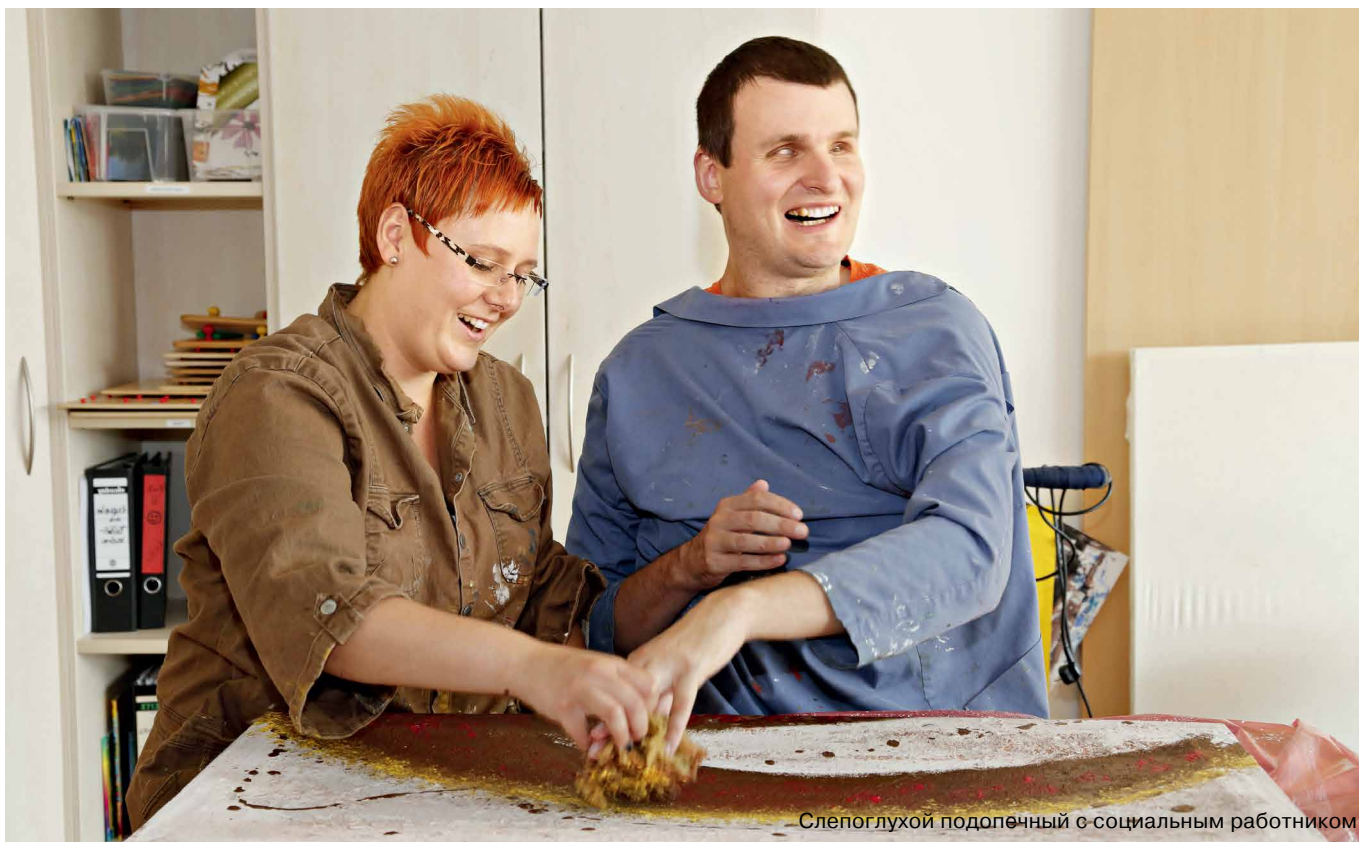
Проживание взрослых инвалидов также в основном финансируется из бюджета. Часть расходов берут на себя сами инвалиды и члены их семей.

Одним из подразделений фонда является Консультационный центр для слепоглухих. Услуги педагогов-консультантов также оплачиваются из государственных средств.

Государство компенсирует и текущие расходы. Но, кроме этого, требуются средства на покупку нового оборудования, строительство зданий, повышение квалификации сотрудников, организацию дополнительных реабилитационных программ для подопечных, организацию их досуга. Дополнительные средства поступают в качестве пожертвований от частных лиц и благотворительных организаций, помогают и волонтеры. Без их участия осуществление многих реабилитационных программ было бы невозможно. Волонтеры необходимы для индивидуального сопровождения слепоглухих людей, организации различных спортивно-оздоровительных и культурно-просветительских мероприятий.



Беате Шорк со слепоглухим учащимся



Слепoglухой подопечный с социальным работником

Слепoglухой корзинщик
Манфред Трап

Всего здесь обслуживают около двух тысяч людей с инвалидностью.

Работа со слепoglухими людьми — это всегда тонкая грань между отчаянием и надеждой. Задача состоит в том, чтобы помочь им обрести надежду, дать возможность радоваться жизни.

А теперь познакомимся с тем, как живут слепoglухие.

Все инвалиды, которые находятся на попечении фонда Святого Франциска и не могут или не хотят проживать самостоятельно, распределяются в так называемые жилые группы. В каждой из них находятся семь или восемь человек.

Жилая группа напоминает обычную квартиру, только очень просторную. У каждого инвалида имеется отдельная комната, кроме того, есть оборудованная кухня, столовая, гостиная, кабинеты сотрудников.

Каждая жилая группа имеет свое имя. Одна из них — Юлиан. В ней из семи подопечных шестеро являются слепoglухими. Седьмой — инвалид по зрению, прикован к инвалидному креслу и отягощен целым «букетом» других болезней, но слух у него нормальный.

Все проживающие нуждаются в постоянной помощи персонала, включая личную гигиену, посещение туалета, прием пищи и т.д. Кроме того, им необходима медицинская помощь, проведение различных процедур. В дневное время здесь обычно одновременно дежурят три сотрудника, которые занимаются и бытовыми делами, и реабилитационной работой. По будням, с восьми



Слепоглухой диакон Петер Хепп, его супруга Маргарета и журналист Илья Бруштейн

тридцати утра до пятнадцати тридцати, все подопечные находятся в Центре реабилитации и развития, расположенном на территории монастыря, в одном из соседних зданий. В это время помещение жилой группы закрыто. Сотрудники расходятся по домам. А к половине четвертого, ко времени окончания работы Центра реабилитации и развития, они вновь приходят на работу и находятся там до позднего вечера, до времени отхода ко сну, опекают своих подопечных.

В Центре реабилитации и развития обеспечивается соблюдение четкого режима дня. Для каждого подопечного составляется индивидуальный план занятий и трудовой терапии.

В родных семьях инвалиды бывают сравнительно редко, а у кого-то совсем нет такой возможности.

Дети, воспитанники фонда Святого Франциска, посещают школу, находящуюся на территории монастырского комплекса. Всего здесь 90 учащихся, 20 из них — слепоглухие.

Конечно, слепоглухота навсегда делает человека зависимым от многих обстоятельств. Но фонд Святого Франциска стремится к тому, чтобы такой человек был бы радостным, веселым, довольным, чтобы ему было интересно учиться, интересно жить. Слепоглухой человек может и должен быть счастливым, убеждены здесь.

Илья Бруштейн

Фото автора и из архива фонда Святого Франциска



Социальный работник Тим Пфайфер со слепоглухой подопечной



Паралимпийский комитет России отметил круглую дату — ему исполнилось двадцать лет.

СПОРТ ПРЕОДОЛЕНИЯ

Паралимпийский комитет России был создан 5 января 1996 года, а первым его президентом стал экс-посол России в США, депутат Государственной Думы доктор исторических наук, профессор Владимир Лукин.

На первых порах немногочисленные сотрудники Комитета начинали с чистого листа — в условиях как недостатка опыта участия в паралимпийском движении, так и скудости финансовых возможностей для поддержки российских спортсменов. Но постепенно работа давала результаты и ситуация менялась к лучшему. Паралимпийский комитет России приобретал силу, уважение и авторитет, с годами превратившись в организацию, которая четко направляет и слаженно координирует все вопросы развития паралимпийского спорта в стране. За 20 лет он прошел путь от создания в регионах условий, при которых люди с ограниченными физическими возможностями могли заниматься адаптивной физкультурой, до спорта высших достижений.

Сегодня в структуру Комитета входят 52 отделения в регионах страны и четыре аккредитованные в

Министерстве спорта РФ федерации по видам инвалидности. А подготовку к крупнейшим соревнованиям в составе сборных команд России ведут свыше 1200 спортсменов по летним видам спорта и более 120 атлетов в зимних дисциплинах.

Все прошедшие годы паралимпийский спорт в России уверенно шел к своим блестящим победам. В 1996 году на Паралимпиаде в Атланте россияне по количеству золотых медалей заняли 16-е место, а на летних Играх-2012 в Лондоне — второе, после сверхмощной сборной Китая.

Президент Комитета Владимир Лукин сказал тогда: «Мы понимаем, что мы выступили очень здорово и по праву стали вторыми в мире. Но не надо впадать в эйфорию, потому что достижение будет гораздо сложнее повторить, чем завоевать впервые».

Нашим спортсменам это удалось. Март 2014 года, Паралимпийские игры в Сочи. И очередной триумф российских спортсменов, которые задолго до завершения Игр обеспечили себе победу в командном зачете. Россияне вновь доказали, что являются сильнейшими в мире.





Одним из героев Игр-2014 стал лыжник и биатлонист Роман Петушков, шесть раз поднимавшийся на высшую ступеньку пьедестала почета. В седьмой, последней, гонке, в день закрытия Паралимпиады, он стал четвертым. И сказал тогда: «Для меня не важно седьмое мое золото, я работал на команду, и сегодня снова выиграли мы». Роман Петушков закрывал потом Паралимпийские игры в ложе почетных гостей рядом с президентом России Владимиром Путиным и своим неизменным легендарным тренером Ириной Громовой.

С 20-летием со дня основания юбиляра поздравили руководители государства. «За прошедшие годы Паралимпийский комитет России проделал большую, значимую работу, объединил вокруг благородных целей и задач энергичных, инициативных, неравнодушных людей. Внес поистине неоценимый вклад в развитие отечественного и мирового паралимпийского движения», — подчеркнул президент Владимир Путин.

«Достижения российской сборной во многом связаны с созданием Паралимпийского комитета, который ведет большую работу по подготовке будущих чемпи-



онов, обеспечению их необходимым инвентарем и снаряжением. Заботится об их физической и психологической адаптации. Благодаря вашей настойчивости и последовательности паралимпийский спорт в России сегодня находится на подъеме», — заявил премьер-министр страны Дмитрий Медведев.

Спикер Совета Федерации Валентина Матвиенко отметила, что «на протяжении многих лет Паралимпийским комитетом России проводится исключительно важная работа по развитию спорта инвалидов, который является стимулом для становления личности, дает шанс найти свое место в жизни, расширить круг общения, повысить самооценку, получить импульс к развитию и новым достижениям».

Участники прошедшего по случаю юбилея паралимпийского собрания обсудили перспективы развития паралимпийского спорта в стране и мире, а также ход подготовки к XV Паралимпийским летним играм-2016 в Рио-де-Жанейро и XII Паралимпийским зимним играм-2018 в Пхенчхане. Завершила торжества X церемония награждения лауреатов ежегодной премии «Возвращение в жизнь».



Было время, и не такое уж далекое от нас, когда ее называли «белой вороной», настолько не вписывались ее представления о моде для людей с ограниченными возможностями здоровья в рамки бытовавших стандартов и представлений. Но, несмотря ни на что, Галина Волкова создает предприятие «Ортомода», а затем открывает студию универсального дизайна, где реализует свои идеи о том, какой должна быть одежда и обувь для инвалидов.

МОДА, КАКОЙ ЕЩЕ НЕ БЫЛО

ВЗГЛЯД СО СТОРОНЫ

Я пришла на встречу с Галиной Волковой, в центральный магазин-салон «Ортомода» и Студию универсального дизайна в точно назначенное время, но у нее затянулись запланированные до встречи со мной переговоры, и я, выпив любезно предложенную чашечку чая, решила самостоятельно начать знакомство с ее студией. Первое впечатление порадовало:

я оказалась в современном модном салоне. Обстановка настраивала на позитивный лад: радовал глаз оформленный с безупречным вкусом интерьер, где все было сделано с широко распахнутой к людям душой. Уютные диванчики и кресла располагали к тому, чтобы не только посмотреть, но и неспешно оценить увиденное, определить предпочтения и сделать свой выбор. В витринах — предлагаемые сегодня заказчикам модели: детские туфельки, подростковые кеды, платица для



девочек, брюки, куртки и еще много всего такого, от чего глаза разбегаются, а еще поражает буйство фантазии и красок — ни одного мрачного пятна из всей коллекции. Своим непрофессиональным глазом я не увидела ни малейшего намека на специальное назначение всех этих изделий: любой человек вполне мог бы носить такую обувь и одежду.

Присев на один из диванчиков, невольно слышу разговоры, которые заказчики ведут на ресепшн. Они могли бы стать хорошим практическим уроком для многих работников сферы обслуживания — доброжелательные, спокойные, заинтересованные, с искренним стремлением и, надо сказать, умением удовлетворить все запросы обратившегося человека.

Вспоминаю, я ведь пришла в Студию, куда обращаются люди, испытывающие трудности при ходьбе, передвигающиеся в инвалидной коляске. С такой мыслью по второму кругу придирчиво осматриваю салон. Отмечаю про себя, что он расположен на первом этаже. Это уже большой плюс. Лестничная площадка, как и фасад здания, не оставляют сомнения, что постройка эта не из современных, достаточно старая. Лифт здесь не предусматривался изначально, и сегодня нет возможности его установить. Это данность, которую приходится просто принять. Но приглядевшись, понимаю, что в заданных условиях сделано все возможное для обеспечения доступности: установлен подъемник, шагающий по ступеням, на входной лестнице — боковые перила.

Стойка на ресепшн — двухуровневая, а это значит, что человек в инвалидной коляске может не задирает голову, а общаться с персоналом глаза в глаза. Заглянула в туалет. Не вдаваясь в детали, отмечу, что он тоже отвечает всем требованиям по доступности для инвалидов. Делаю первое заключение — мне здесь комфортно и совсем не в тягость вынужденное ожидание.

ПЯТНАДЦАТЬ ЛЕТ ИЗ ЖИЗНИ УСПЕШНОЙ ЖЕНЩИНЫ

Центру проектирования обуви специального назначения «Ортомода» в этом году исполняется 15 лет, а Студии Галины Волковой всего пять лет, но несмотря на молодой возраст, Студия универсального дизайна заслужила признание как в России, так и зарубежом. Это ее детище в полном смысле слова, начиная от идеи, которую она реализовала как собственное предприятие малого бизнеса, стойко пройдя путь от неприятия до признания.

К моменту создания Студии за плечами Галины Волковой был достаточно большой опыт дизайнерской работы.

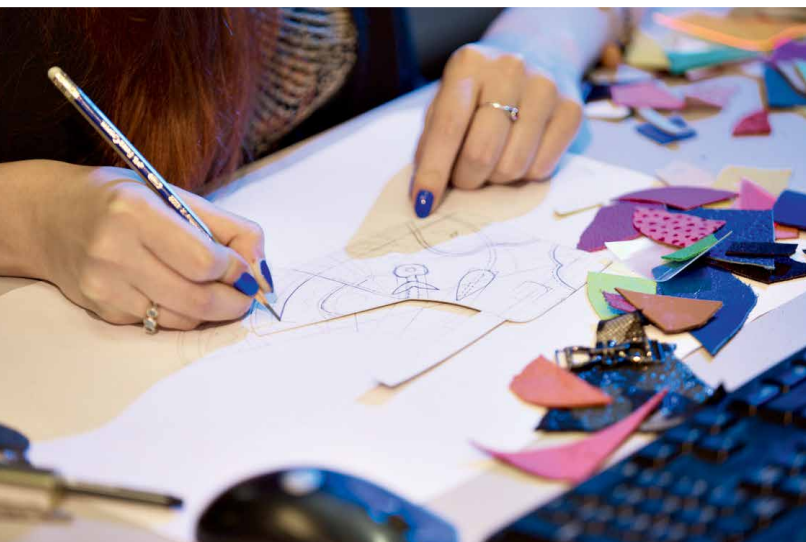
Выпускницей Донской академии сервиса по специальности «Конструирование изделий из кожи» она по



распределению приехала работать в столицу Кабардино-Балкарии Нальчик. Очень быстро стала ведущим модельером Республиканского дома моды. Но в основном то были годы увлечения высокой модой, в которой Галине неоднократно улыбалась удача. Она стала организатором первого в стране конкурса модельеров обуви. Приобретая определенный опыт, Волкова поступает в аспирантуру Московского института дизайна и технологий, работает над диссертацией на соискание степени кандидата технических наук. И кто мог подумать, что именно в это время дизайнер круто изменит сферу своих профессиональных интересов.

Как часто бывает, виной всему стал случай. Среди друзей семьи Галины был человек с тяжелой инвалидностью. Он страдал диабетом, который стал причиной ампутации обеих ног. Как-то в разговоре этот человек обратился к ней со словами, глубоко запавшими в ее душу: «Ощутить наличие ног может только тот, у кого их нет. А ноги такому больному, как я, сохранить могла бы правильная обувь. Я хочу, чтобы ты разработала такую».

В тот момент Галина весьма смутно представляла, что такое «правильная» обувь для инвалида, но выполнить просьбу друга считала своим долгом. Она начала изучать само заболевание и его последствия, за консультацией обратилась в Институт эндокринологии. Там







нашелся специалист, занимающийся диабетической стопой и знающий о ней все. Он и помог определить дизайнерскую задачу, которую предстояло решить Галине, — сконструировать обувь, в котором нога чувствовала бы себя как в пуховой перине: чтобы нигде не жало, не терло, не давило и была бы исключена возможность нанести даже малейшие повреждения коже. Эта тема никак не соответствовала диссертации, тем не менее руководитель и кафедра Института полностью поддержали. В результате была создана обувь для больных сахарным диабетом, которую и сегодня производит и которая по-прежнему востребована.

С идеями особой моды для инвалидов в голове Галина Волкова оказывается на Московской фабрике ортопедической обуви. То, что она увидела, никак не совпадало с ее представлениями: туфли и ботинки неопределенного коричневого цвета, жесткие, неуклюжие и обязательно на шнурках. Нежелание мириться со стереотипами и желание сделать ортопедическую обувь модной и стиль послужило толчком к созданию направления модной обуви при Московской фабрике ортопедической обуви, в 2001 году «Ортомода» была зарегистрирована как отдельное предприятие и начала вести свою собственную историю.

Настоящее признание пришло, когда в 2002 году на выставке в Дюссельдорфе Галина Волкова пред-

ставила собственную коллекцию одежды и обуви для инвалидов. Стильные, модные, красивые модели получили единодушное одобрение и у профессионалов, и у простых посетителей — в этом и заключается идея универсальности дизайна.

А между тем наступало время, когда инвалидная тема во всех ее аспектах получала все большее общественное признание и поддержку. Мы увидели людей с инвалидностью на улицах, им стали доступны спорт и творчество, в их жизнь пришла публичность, а это накладывало свой отпечаток: приходилось заниматься имиджем, следить за тем, как одет, как выглядишь. «Ортомода» нашла свое место в этом процессе, ее услуги оказались востребованными.

Поистине звездным стал 2010 год. Галина к своему званию кандидата технических наук добавляет еще одно — доктора экономических, защитив диссертацию по проблемам экономического развития отечественной легкой промышленности. В этом же году открывается ее Студия универсального дизайна, с самого начала получившее поддержку Департамента социальной защиты населения города Москвы. Познакомиться со своей первой коллекцией она приглашает руководителя этого ведомства В.А.Петросяна, и, как сама говорить сегодня, «с его легкой руки мы и начали работать».

В этом же году совместно с Всероссийской организацией инвалидов Галина Волкова проводит конкурс модельеров одежды для инвалидов, что, по ее мнению, послужило толчком для развития этого направления в дизайне.

Заслуги Галины Волковой подтверждают несколько почетных званий — лучший менеджер-профессионал Москвы, лучший менеджер легкой промышленности Российской Федерации предприятие признается лучшим в Москве и входит в десятку лучших предприятий легкой промышленности страны. В том, что все награды, безусловно, заслуженные, убеждаешься, познакомившись с продукцией, выпускаемой ее предприятием.

Философия универсальности дизайна говорит сама за себя: Студия работает не только с людьми, имеющими инвалидность, она призвана для каждого клиента подобрать индивидуальный неповторимый стиль, будет ли он на коляске или нет.

НЕ ПРОСТО БОТИНОК

Какой только обуви специального назначения не делают в Ортомоды и каких услуг только не оказывают? Для больных диабетом, для широкой стопы, для ноги с косточкой, для инвалидов с ДЦП...

Но особое внимание — детям.

Вот кеды, как из хорошего фирменного магазина. Модные нарядные, из добротной кожи — радость для любого подростка. Но сходство с обычными изделиями чисто внешнее: ни в одном магазине такого вы не купите. Эти кеды с секретом. Если заглянуть внутрь, увидишь множество различных деталей и приспособлений, которые позволяют отнести такую обувь к высокотехнологичным изделиям специального назначения. Говоря проще, внутренняя начинка позволяет подростку с ДЦП устойчиво стоять и ходить в таком башмаке.

— Производство ортопедической обуви, — поясняет Галина Волкова, — это сложный научно-технологический процесс, где важны три составляющие: современное оборудование, высококвалифицированные специалисты и качественные материалы. Оно предполагает сотрудничество представителей различных областей — медицины, легкой промышленности и реабилитации.

И этим многое сказано. Когда приходишь в студию, обращают на себя внимание таблички «Кабинет реабилитационной диагностики». Принимают здесь врачи, травматологи и ортопеды. Работа с заказчиком начинается с такого кабинета, где проводится тщательная диагностика: стопу измеряют по миллиметрам, вдоль и поперек. Наряду с обычными измерительными приборами исполь-

зуют самые современные, позволяющие производить трехмерное сканирование. От этой процедуры во многом зависит, как будет чувствовать себя инвалид в будущей обуви, поскольку изготовленная по этим замерам стелька является основой для производства.

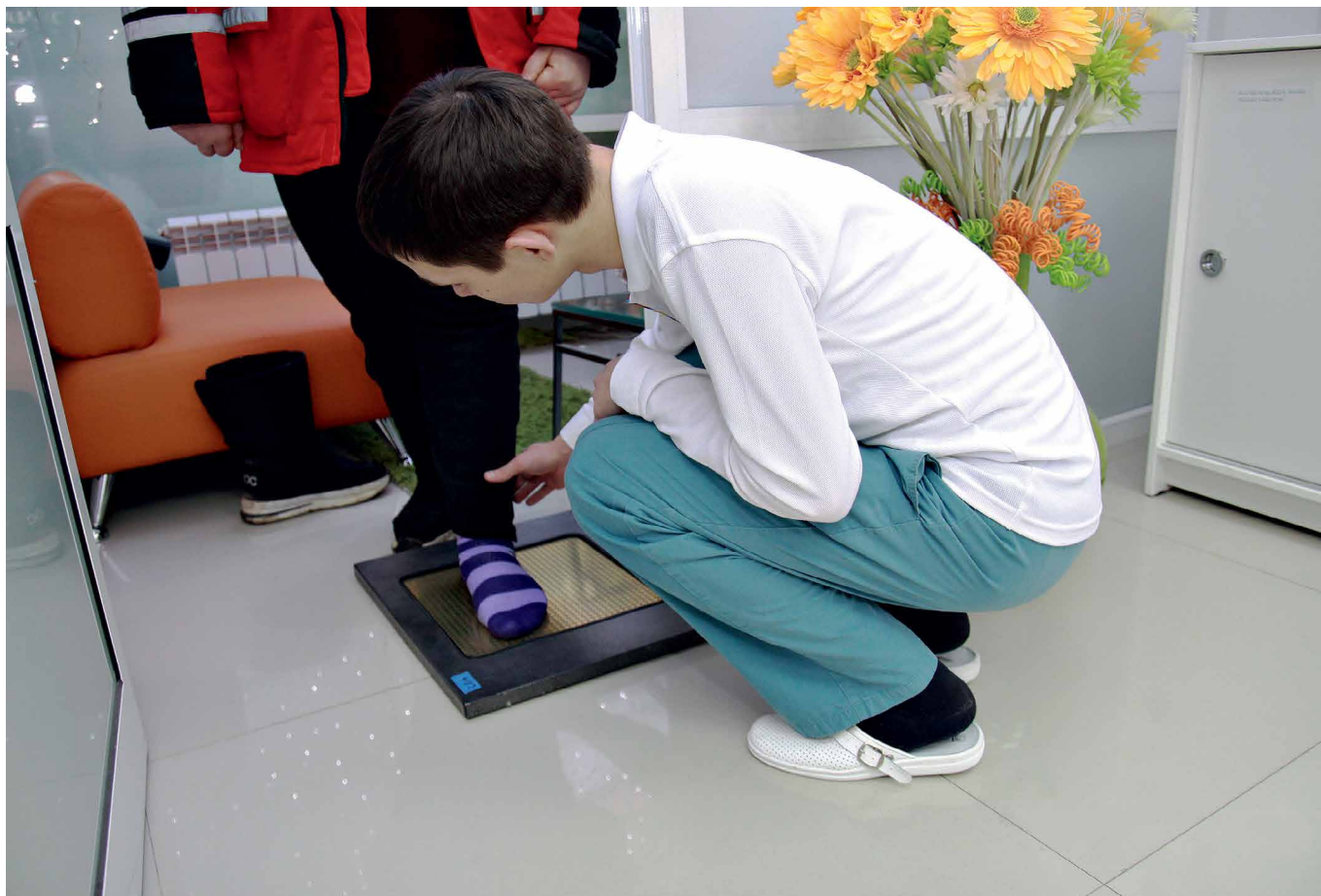
Одним из вводимых новшеств является выезд врача на дом для сканирования стопы портативным сканером для дальнейшего изготовления обуви или индивидуальных ортопедических стелек.

Если человек хочет сделать индивидуальный заказ, пожалуйста, с ним поработает модельер и предложит варианты модного дизайна. Студия принимает заказы от людей с любой инвалидностью. В сложных случаях проводится дополнительная консультация профильного специалиста, например эндокринолога.

Долгий путь проходит каждая пара обуви от заказа до того момента, когда она окажется на ноге инвалида. А заказчик увидит лишь результат, который должен его порадовать.

ЗАЧЕМ КАРМАН НА КОЛЕНЕ

К специальной одежде для инвалида — двойные требования. Она, как и любая другая, должна быть современной, стильной, украшать человека, доставлять ему



радость. Но при этом от нее еще требуется выполнение определенных реабилитационных функций. Прежде всего, это возможность любому инвалиду самостоятельно и легко ее надевать и снимать. А если человек не может обходиться без посторонней помощи, такая одежда призвана облегчить уход за ним. Поэтому специальная одежда для инвалидов конструируется и изготавливается по законам, которые определяют анатомические особенности и ограничения жизнедеятельности конкретного человека. С учетом всех этих многочисленных требований ведется подбор тканей, материалов, фурнитуры. Но самое главное — модельеры студии Галины Волковой знают «сто секретов», как создать одежду с реабилитирующим эффектом.

Некоторые из них мне удалось узнать.

Вот брюки. С удивлением замечаю, что карман на них пришит на месте колена. И это не случайно: человеку в инвалидной коляске именно здесь он особенно удобен.

Ищу очередной секрет, рассматривая стильную мужскую рубашку с множеством маленьких пуговиц. Красиво, элегантно, но больше ничего на ум не приходит, и тут мне подсказывают, что на этой рубашке необычная застежка. На магнитах. Если не очень слушаются руки, не надо застегивать и расстегивать все эти многочисленные пуговицы, достаточно одного движения, чтобы магнетики защелкнулись.

Мне рассказывают несколько секретов с молниями, которые вшиваются там, где мы не привыкли их видеть, например, в бока курток и брюк. Одно движение, и такая вещь раскрывается по швам и столь же быстро собирается обратно, между этими несложными операциями можно без труда просунуть малоподвижную руку в открывающийся-закрывающийся рукав или непослушную ногу в штанину.

Ассортимент изделий, разработанных студией, позволяет одеть инвалида в разных ситуациях. Например, на улице столь привычная для нашего климата дождливая погода. Ребенка в коляске выручит специальная накидка-дождевик. Она одевается на спинку коляски, и теперь ни одна мокрая капелька не залетит за воротник. По такой же технологии делаются куртки.

Стало правилом, что в психоневрологических интернатах колясочников в любую погоду вывозят на прогулку. Представьте, как сложно одеть такого инвалида, чтобы он не замерз, если на улице холод. Конструкторы студии создали для подобных случаев специальную одежду, которую профессионально называют чехлом-мешком. А вещь, действительно, уникальная. Такой чехол-мешок легко одевается и греет человека от пальцев ног до пояса, под него не надо надевать колготки, носки, ботинки. В таком одеянии не замерзнешь даже в мороз.



Пижама для лежащих больных, перенесших инсульт, которые, если расстегнуть молнию, превращаются в пеленку. На нее легко положить больного, а затем без труда застегнуть молнию, и человек уже в пижаме.

Моя экскурсия приближается к завершению, когда я вижу модель, удивительно знакомую: детская юбочка в веселую клетку и жилетик, рядом сарафан и блючки. Это же школьная форма, в которой ходит моя внучка. Действительно, все так, но только форма эта предназначена для детишек с инвалидностью. Все сделано с ювелирной точностью, чтобы только мама знала секреты, где там дополнительные молнии и липучки, а сама девочка ничем не выделялась среди здоровых одноклассников. Вполне возможно, что уже 1 сентября в школах появятся дети в такой одежде.

Галина Волкова сожалеет, что школьная форма не входит в Федеральный перечень средств реабилитации, предоставляемых инвалиду бесплатно.

— Я думаю, — делится своими планами она, — мы подготовим достойную коллекцию, и, когда ее одобряют родительское сообщество и Департамент образования, мы обратимся в Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы с просьбой рассмотреть вопрос о льготном приобретении школьной формы для детей-инвалидов.

И КРИЗИС — НЕ ПОМЕХА

Сегодня ежегодно услугами предприятия Галины Волковой пользуются 15 тысяч инвалидов из Москвы и области. Недавно к ним присоединились заказчики из Крыма и Казани. И уже трудно поверить, что всего 10–15 лет назад ее называли «белой вороной», не понимая, для чего шить яркую и цветную одежду для инвалидов. «Она хочет сделать так, чтобы они были похожи на клоунов?» — вопрошали недоброжелатели. Сегодня мы слышим другое: «Если вы хотите модную ортопедическую обувь, то идите к Волковой».

— Мы сформировали рынок реабилитационных услуг на очень высоком уровне, — подводит итог проделанной работы сама дизайнер. — Сейчас и требования инвалидов выросли, и наши возможности тоже. В том, что сегодня ортопедическая обувь и одежда для инвалидов стали совсем другими, есть и наша заслуга.

Уникальная команда работает у Галины Волковой. И не только потому, что ее костяк — это талантливые модельеры, высококвалифицированные технологи и врачи. Среди ее сотрудников 18 человек с инвалидностью, которых здесь не меньше ценят за их профессионализм.

Не нужно говорить, какие непростые времена все мы переживаем. Для большинства предприятий малого и среднего бизнеса главная задача — удержаться на плаву. А Галина Волкова затеяла и ведет стройку,

возводит новую фабрику ортопедической обуви в Москве. Проект большой и затратный, приходится крутиться. Сейчас в планах закупка необходимого оборудования в Италии, а курс валют в галопирующем скачке. Но Галина Волкова не падает духом — берет займы, ищет кредиторов, пользуется мерами государственной поддержки малого бизнеса. И как бы ни было трудно, она верит в успех, надеется уже в этом году выпустить первую продукцию.

Мы сидим в ее уютном кабинете, и она мне рассказывает о запавшем в ее память случае. Как-то из реабилитационного центра «Преодоление» приехала к ней группа инвалидов. Она их встретила, передала сотрудникам и занялась своими делами. Проходит час, два, три, а гости все не покидают студию. Галина не на шутку забеспокоилась и даже устроила нагоняй своим коллегам, что так долго не обслуживают людей. И тут выясняется, что гостям просто было комфортно в ее салоне.

Честно говоря, и я с сожалением покидала ее элегантную, красивую, с ненавязчивым сервисом студию.

Надежда Протасова

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ТЕХ, КТО ХОЧЕТ ОБРАТИТЬСЯ В СТУДИЮ ГАЛИНЫ ВОЛКОВОЙ.

Обеспечение инвалидов специальной одеждой и ортопедической обувью в соответствии с Федеральным законом «О социальной защите населения в Российской Федерации» и постановлением Правительства Российской Федерации от 7 апреля 2008 года осуществляется бесплатно.

Для этого необходимо обратиться в МСЭ по месту жительства и получить соответствующее назначение в индивидуальной программе реабилитации.

Существуют два варианта приобретения специальной одежды и ортопедической обуви в Москве.

В первом случае инвалиды (родители ребенка-инвалида) имеют право приобрести предусмотренные ИПР специальную одежду и ортопедическую обувь самостоятельно в студии за счет собственных средств. Эти расходы будут полностью компенсированы Департаментом труда и социальной защиты населения города Москвы.

Во втором случае инвалиды (родители ребенка-инвалида) имеют право бесплатно заказать изготовление специальной одежды и ортопедической обуви, предусмотренных ИПР, в организации, которая отобрана в городе Москве на конкурсной основе и предоставляет населению такие услуги.

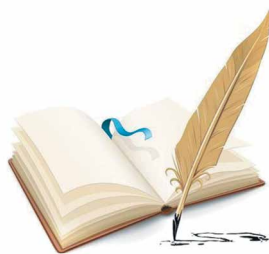
Ортопедический салон «Ортомода» и Студия универсального дизайна Галины Волковой:

Москва, Ткацкая улица, дом 25, строение 1.

Тел. 8(499)785-02-05

A photograph of a classic living room. In the foreground, a wooden coffee table holds a stack of books. To the left, a white sofa is partially visible. In the center, a large wooden fireplace with a brick interior has a fire burning. Above the mantel are decorative items including a clock and vases. To the right of the fireplace is a wicker basket filled with logs. In the background, a built-in bookshelf is filled with books, and an arched alcove is visible above it. A framed portrait hangs on the wall to the right.

Литературная гостиная



Предлагаем вам познакомиться со стихами кировчанина Игоря Ясакова. Поэт совершенно слеп или, как принято говорить, тотально незрячий. Впервые с его творчеством я познакомилась на областном турнире самодеятельных незрячих поэтов «Поэтическое ристалище-2008». Игорь занял первое место среди одиннадцати своих товарищей, таких же, как он, слепых, пишущих стихи и не собирающихся сдаваться недугу и трудностям жизни. Я и писатель Тамара Николаева были членами жюри конкурса. Стихи Игоря мы отметили сразу за их глубину и профессионализм. Даже слушая с голоса поэтические строки, чувствуешь, что они трехмерны: в них присутствует цвет, запах и звук. Тот самый объем, который и делает строчки, помещенные на бумагу, стихами. Предлагаем вам окунуться в мир акварельных стихов Игоря Ясакова.

Ольга Журавлева, член Союза писателей России

ИГРА В МЯЧ

Квадратным быть не может мяч,
Как ты его ни мни,
Вот от предметов острых прячь,
Играя, не проткни.

Не может мячик утонуть,
А укатиться — да.
Пусть скачет, только б не проткнуть,
Найдется, не беда.

СНЕГИРИ

На заснеженный пенек
Сел крылатый огонек,
А за ним еще один —
Красногрудый гражданин
Не напутали врали,
Прилетели снегири,
Для румяных снегирият
Ягоды рябин горят.
С аппетитом птичий нос
Пообедает в мороз.



ЖЕРЕБЕНОК

Худышка-жеребенок
Брыкается с пеленок:
Умчаться без подков
На край земли готов.

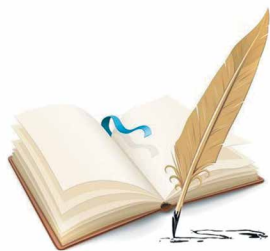
КОЛЫБЕЛЬНАЯ

Закатился за край
Солнечный каравай.
От волчат и до зай
Все поют: баю-бай!

Как не стыдно, ай-яй!
Злое сердце, отгай!
Не рычи и не лай,
Лучше петь помогай!

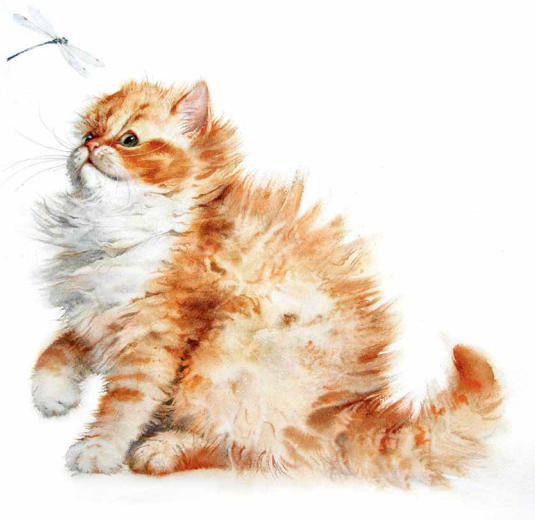
Закатился за край
Солнечный каравай,
Лунный блин за сарай.
Спи, малыш, баю-бай!





КОТЯТА

У моей любимой кошки
 Не цыплята и не мошки,
 А котята родились —
 В первый раз, а удались:
 Полосатый, как тигренок,
 Черный, словно вороненок,
 Беленький, как перышко,
 Рыжий, словно солнышко,
 Пятый — кроха, а сердитый,
 Самый толстый, самый сытый,
 Забияка фырчатый,
 Серебристо-дымчатый.
 Он совсем от рук отбился,
 Где-то лаять научился.
 Вам не нужен дурачок?
 Я б отдал за пяточок.



ЗЕРКАЛЬЦЕ

В позолоченном ларце
 Жило-было зеркальце.
 Ах, какая жалость,
 Треснутое малость.
 Много лет, скорей всего,
 Любовались не в него.
 Накатила грусть,
 Зеркальце и... — хрусть!

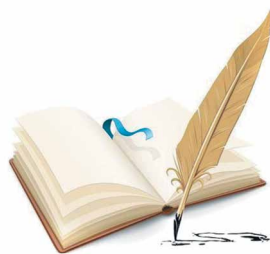


ЛЕТНИЙ ДОЖДИК

Глупая история вышла со мной:
 Промочил меня насквозь
 дождик грибной.
 Не секрет, что все растет
 после дождя:
 Первым делом лужи
 под радугой дня.
 Костюмчик жмет — я вырос из него,
 А дождь идет — ему не до того.
 Я так подрос за несколько минут —
 Смешно до слез. И ботинки жмут.
 Протекает, как всегда,
 старый ларек,
 А в нем цены выросли.
 Ну и денек!

ПЛАКСА В ШОКОЛАДЕ

Что случилось, отчего
 Сладко плачет эскимо?
 Отчего? Да от того —
 Лижет солнышко его.



«Душа рассвета просит». Так называется сборник работ участников литературной номинации первого московского фестиваля творчества людей с особенностями психического развития «Нить Ариадны». Предлагаем вам познакомиться с произведениями двух авторов, представленных в этом сборнике.

ЕВГЕНИЙ ЗАКИРОВ

Путеводная нить

Жил-был Человек. Да, просто звали его Человек, имя такое, начинается с большой буквы.

Жил он не хорошо, не плохо, не умно, не глупо, не радостно, не печально. Просто жил, ни о чем не задумываясь. Так бы и дальше продолжал жить, но судьба приготовила ему, возможно, разочарование, а возможно, — подарок. Так вот, однажды начала его преследовать мысль — а что такое эта жизнь, ведь для чего-то она мне была дана? Зачем я живу? В чем смысл моей жизни? Все его дела постепенно стали ему неважны, все окружающие люди неинтересны. Ему показалось, что он на этой земле никому не нужен и ему никто не нужен. Он остался совсем один, перестал что-либо делать, и только одна мысль «Зачем я живу?» дружила с ним. Человек потерялся, запутался в лабиринте жизни. И, похоже, ничто не могло ему помочь. Это было, возможно, его разочарование.

Но однажды Человек смотрел на падающие снежинки, они ложились ему на руки и были все разные и красивые. И Человек подумал: как нет двух одинаковых снежинок в природе, так нет двух одинаковых людей в мире. У каждой снежинки — свой узор, хотя всех вместе их называют снегом. У каждого человека свой характер, а всех вместе их называют людьми. Человеку захотелось увидеть как можно больше узоров характеров людей. Узнать, почему они складываются в такие причудливые рисунки и почему не повторяются. Это был, возможно, его подарок. Так у Человека появился ответ на вопрос «Зачем я живу?» Чтобы увидеть и узнать как можно

больше людей. С кем-то из них он будет немного похож, с кем-то — прямо противоположен, но от этой противоположности ценность другого человека не померкнет. Так Человек увлекся психологией людей. И эта наука стала его путеводной нитью в лабиринте жизни. И он уже никогда не чувствовал себя одиноким и ненужным людям. Он уверенно шел по этому лабиринту и всегда знал, где поворот направо, где — налево, а где необходимо вернуться немного назад, чтобы быть способным двигаться дальше, вперед!

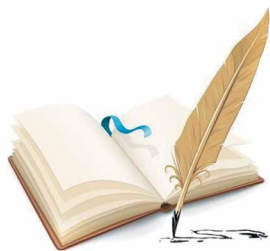
ЮЛИЯ СВЕТЧЕНКОВА

Волшебные рукавички

Лежат, одинокие такие, с лотка на прохожих смотрят, такие белые-белые, пушистые-пушистые, а какие мягкие! Руку окунешь внутрь, утонешь в нежной, пушистой шерстке, как будто руки твои ласкают, даже выныривать не хочется. Бабушка-продавец в переходе их продает — сама вязала. Невозможно пройти мимо и не заметить.

Я их купила — маме на день рождения, она у меня зимняя. Дома посадила их в красивую коробочку, первое впечатление, как открываешь крышку, — котенок маленький, беленький лежит, в клубочек свернулся — спит.

Маме понравится подарок, только с зимой проблемы, дождливая она



стала. Одна надежда — вдруг снег выпадет и вернется мороз.

Но я скажу, что рукавички продавались с зимним приложением: как их наденешь, так и снег пойдет.

Весенняя метель

Ну, вот и пришла весна! Все вокруг просыпается после долгого, крепкого, спокойного, умиротворенного сна, как бы сладко потягиваясь, открывает глаза и начинает глубоко вдыхать новый, приятно-нежный аромат — аромат весны.

Повсюду лежит нагая земля, пропитанная зимним морозным воздухом. Теперь же ей доступны ласки теплых лучей солнца. И проснувшиеся деревья стали покачиваться от пришедшего весеннего ветра. Они простирают свои ветви к теплюющему солнцу, жадно вбирая в себя его энергию.

Но небо еще изредка сдувает с себя последние снежинки-пушинки, напоминая о былой, старой зиме. В такие моменты кажется, что воздух наполнен статическим электричеством. Снежинки стали как будто легче — они витают над землей, не желая ложиться на нее, более того, стремятся высь — обратно к небу. Они порхают и ютятся в теплом потоке воздушного пространства. И по земле идет весенняя метель.

Один июльский день на луку

Как, наверное, хорошо растениям жить-расти в деревенской тишине! Живут они в собственном мире — чистом, свободном. Вокруг раздолье. И шепчутся они между собой, и вдыхают свежий и чистый воздух.

Ранним утром на заре упиваются хрустально-чистой росой — наслаждаются, пока солнце не поднялось выше, пока жара не вобрала в себя эти радостные, веселые, звонкие капельки.

А чуть позже затихнет ветерок. Все как бы застывает, успокаивается и внимает пока еще влажной тишине. Вся зелень — молодая и свежая, все полевые цветы — все на поле не шелохнется. И такой покой не хочется разрушить ни звуком, ни движением. И остается всем этим наслаждаться недолго, пока тепло не заполнит собой все пространство. И будет зелень лугов питаться запасами влаги почти весь день, а к завершению дня томиться в ожидании вечерней прохлады. Солнце скоро зайдет за горизонт, а жаркую сухую землю окутает прохладный, неосязаемый и невесомый пар. Вся зелень укроется им, и опять — покой и тишина. Немного поблагодарив, все будет готовиться к сладкому сну, чтобы завтра все начать сначала и насладиться еще одним июльским солнечным днем.

Осень

Осень — это уходящее лето, предвестник зимы, глухой тишины и долгого сна. Ослабевшие, утратившие свою силу красивые разноцветные листья укрывают собой холодную и сырую землю, ложась красивым ковром. Это проходит последний час — час наслаждения жизнью на ветвях, затем на земле, в затем и вовсе исчезновение под первым редким и холодным снегом. Повезет только некоторым листьям — тем, кого подобрали незадолго до начала зимы и положили в самую середину книжки, чтобы оставить навсегда в памяти кусочек именно этой осени.

Под ногами красота, все вокруг разноцветное — глазам приятно, а на душе беспокойно, она разрывается на части: как же так, все засыпает, уходит... Так долго не будет слышно шелеста листвы, журчанья воды, не будет солнечного тепла. А деревья без листвы станут похожими друг на друга, как близнецы, и жизнь станет черно-белой. Все разноцветье красок будет закрыто под пышными, белыми сугробами искристого снега. За окном завоет холодный и кусачий ветер, но это будет описание уже другой поры.

В Курском музыкальном колледже-интернате слепых прошел VI Международный детско-юношеский фестиваль-конкурс незрячих музыкантов-исполнителей. В нем приняли участие 75 детей и подростков — инвалидов по зрению в возрасте от 8 до 18 лет из 37 регионов России, а также из Беларуси, Украины, из Казахстана и Узбекистана.

Чтобы жилось и пелось от души

Курский колледж — ровесник Великой Победы. Школа незрячих баянистов была открыта в феврале 1945 года, когда с фронта на родину потянулись десятки тысяч искалеченных, в том числе ослепших воинов.

В 1954 году на базе школы баянистов было создано Курское музыкальное училище-интернат слепых. До 1971 года в нем действовало только отделение народных инструментов. Потом появилось фортепьяно, духовые и струнные инструменты, здесь стали готовить также профессиональных вокалистов и хормейстеров.

В последние годы большое внимание уделяется компьютерным технологиям. Студенты могут приобрести навыки аранжировщиков, звукооператоров, звукорежиссеров. Каждый год в Курске проходят десятки концертов с участием воспитанников колледжа, выступают они и в других городах. Состоялся их отчетный концерт в Москве.

В марте 2014 года инструменталисты и вокалисты из Курска приняли участие в культурной программе XI Паралимпийских зимних игр в Сочи. В Олимпийском парке были организованы два концерта для спортсменов и болельщиков.



Студенты и преподаватели колледжа
с премьер-министром России
Д.А. Медведевым



Выступают Анна Князева, Александр Крупнов и оркестр русских народных инструментов



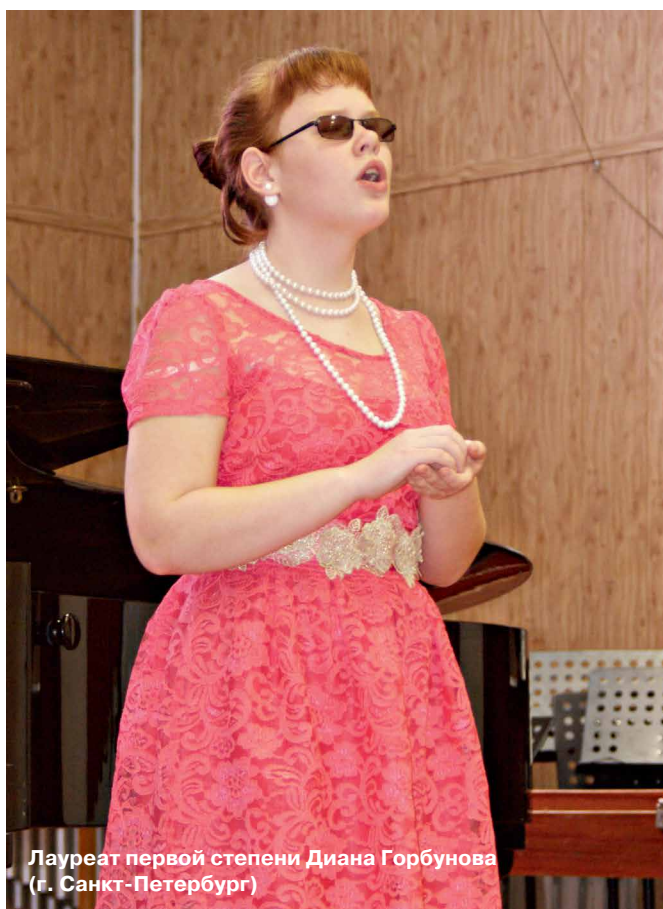
Хор колледжа на сцене Международного дома музыки в Москве



Лауреат третьей степени Руслан Копылов с отцом Александром Григорьевичем



Юный композитор Владислав Буяльский



Лауреат первой степени Диана Горбунова (г. Санкт-Петербург)

В 2015 году колледж активно участвовал в праздничных мероприятиях, посвященных 70-летию Победы, его концертная деятельность была отмечена юбилейной медалью «Победа».

Прошедший в конце прошлого года VI Международный детско-юношеский фестиваль-конкурс незрячих музыкантов-исполнителей продолжил эту летопись. Принявшие в нем участие воспитанники колледжа, как и все конкурсанты, приобрели бесценный опыт публичных выступлений.

Пятнадцатилетний Александр Демин — незрячий с рождения. С шести лет Саша начал заниматься фортепьяно, с девяти лет — баяном. Родной город юноши — Курск, но с семи лет он учится в Липецкой специальной (коррекционной) школе-интернате. Для фестиваля-конкурса юный музыкант подготовил программу на баяне. К сожалению, успех в этот раз ему не сопутствовал. Саша остался без призов. Впрочем, это обстоятельство молодого человека не особенно расстроило: «В музыке, как в спорте, надо уметь с достоинством и проигрывать, и выигрывать, — говорит он. — На этом фестивале-конкурсе было много достойных баянистов».

Следующий фестиваль-конкурс состоится в феврале 2017 года. Саша уже сейчас знает, какой программой он сможет удивить взыскательное жюри: «Я умею играть не

только на баяне, но и на всех видах гармоней: и на кнопочных, и на рояльных, и на стандартных гармошках, и на совсем крохотных».

Руслан Копылов участвовал в фестивале как аккордеонист. Ему восемнадцать лет. Он незрячий с рождения. Учится в одиннадцатом классе Липецкой специальной (коррекционной) школы-интерната для незрячих и слабовидящих детей. На прошедшем конкурсе выступил успешно.

— Я рад тому, что получил диплом третьей степени, — оценивает свое выступление Руслан. — Аккордеон — мой любимый инструмент. Но с этим инструментом, честно говоря, пришлось немало помучиться. Мне было трудно преодолеть зажатость, добиться правильной постановки руки. Неоднократно сталкивался с воспалением суставов, что очень мешало продолжению занятий. Но с аккордеоном мне расставаться не хотелось.

Я люблю выступать на различных фестивалях и конкурсах. В октябре 2014 года мне довелось принять

участие в пятом международном благотворительном фестивале «Белая трость», организатором которого стал фонд «По зову сердца». Я познакомился с президентом фонда, певицей Дианой Гурцкой. На гала-концерте в Московском губернском театре исполнил сольную инструментальную композицию на синтезаторе.

Одним из открытий фестиваля-конкурса стал пятнадцатилетний Роман Винокуров из Якутска. Он приехал в Курск с удивительным якутским народным инструментом кырыымпа. Роман исполнил попури якутских народных песен и традиционных танцевальных мотивов и был награжден специальным призом жюри «За сохранение национальных традиций».

— Кырыымпа — это якутская скрипка, — рассказывает Роман Винокуров. — Корпус изготавливается из дерева. Его обязательно венчает символическая конская голова. Струны делаются из конских жил, а смычок из конского хвоста. В Якутии кырыымпы не

производят на фабриках или в артелях. Они рождаются в домах народных умельцев, ремесло передается от отца к сыну.

Этот инструмент прекрасно сочетается с якутским горловым пением, с нашими народными песнями. Он передает душу якутского народа, бескрайние просторы тундры и тайги.

Лауреатами фестиваля-конкурса первой степени в младшей возрастной группе (8–13 лет) в номинации «Инструментальное исполнительство» стали юные пианисты Кирилл Друк из Минска и Николай Попов из Курска. В старшей группе (14–18 лет) победу одержали две девушки-пианистки — Арина Переладова из Армавира Краснодарского края и Татьяна Рожкова из Владимира. В номинации «Вокал» участвовали музыканты от 14 до 18 лет. Гран-при завоевала Юлия Пивень из Армавира, лауреатом первой степени стала Диана Горбунова из Санкт-Петербурга.

Лауреаты конкурса были награждены ценными подарками — различными электронными гаджетами, которые пригодятся им в жизни и творчестве. Но главный приз в конкурсе, по мнению директора колледжа-интерната, заслуженного работника культуры РФ С.Г. Попкова, — это выбор жизненного пути многими его участниками, который так или иначе связан с музыкальным творчеством.

Илья Бруштейн, фото автора

**«В МУЗЫКЕ, КАК
В СПОРТЕ, НАДО УМЕТЬ
С ДОСТОИНСТВОМ
И ПРОИГРЫВАТЬ,
И ВЫИГРЫВАТЬ.
НА ЭТОМ ФЕСТИВАЛЕ-
КОНКУРСЕ БЫЛО
МНОГО ДОСТОЙНЫХ
БАЯНИСТОВ».**

Православная икона Господа Вседержителя



В православной иконописи изображение Иисуса Христа является самым важным. Испокон веков иконы Спасителя занимают центральные места в домашних иконостасах верующих людей и в православных храмах всего мира. К чудотворной иконе Господа Вседержителя обращаются в моменты радости и печали, в минуты скорби и тяжелых испытаний. У Него просят благословения и милости. Являясь самой главной православной иконой, икона Спасителя сопровождает христианский народ и в торжественные, важные моменты жизни, и в тяжелые часы утрат. С высокопочитаемой иконой Господа Вседержителя совершаются венчальные обряды, проводится таинство крещения. Без образа Господа не проходит ни один христианский праздник. С этим чудным образом в руках священнослужители благословляют на ратный подвиг военослужащих.

Выполненные в самых точных православных иконописных канонах, иконы Господа демонстрируют связь Божественной и человеческой природы.

Православная икона Господь Вседержитель является одним из самых распространенных иконописных типов Спасителя. На ней Господь представлен как Вершитель судеб, источник Истины и Жизни. Одной рукой Он благословляет, а другой — держит книгу как символ Благой Вести и Божественной мудрости. Взгляд Спасителя строгий и милующий одновременно. Он проникает в самые потаенные глубины человеческой души. К этой сильной иконе обращаются при чтении утренних и вечерних молитв, во всякой нужде и радости. Не менее любимым у православных христиан считается образ Христа на русской иконе Спас Нерукотворный.

История христианской иконы Господа Вседержителя повествует о том, как исцеленный Иисусом царь Авгарь, живший в X веке до н.э., захотел отблагодарить его и приказал написать живописцу его образ. Ничего не вышло у художника, и тогда Христос умыл лицо, оттер его платом, на котором остался отпечаток, и вручил его художнику вместе с письмом царю с исповеданием веры.

Благодарим Тя, Господи Боже наш, о всех благодеяниях Твоих яже от перваго возраста до настоящего, в нас, недостойных равах Твоих, бывших, их же вемы и не вемы, о явленных и неявленных, яже делом бывших и словом: возлюбивый нас якоже и Единороднаго Твоего Сына о нас дати изволивый, сподоби и нас достойны быти Твоея любви. Дажь словом Твоим мудрость и страхом Твоим вдохни крепость от Твоея силы, и аще что хотяще или не хотяще согрешихом, прости и не вмени, и сохрани душу нашу святу, и представи ю Твоему Престолу, совесть имущу чисту, и конец достоин человеколюбия Твоего; и помяни, Господи, всех призывающих имя Твое во истине, помяни всех, блага или сопротивная нам хотящих: вси бо человецы есмы, и всуе всяк человек; тем же молимся Тебе, Господи, подаждь нам Твоего благоутробия велию милость.



Храм-на-Крови
во имя всех святых,
на земле российской просиявших

Этот храм находится в Екатеринбурге, рядом с местом, где в 1918 году были расстреляны последний российский император Николай II и его семья.

23 сентября 2000 года прибывший на освящение строительства храма Патриарх Алексий II заложил в его основание капсулу с памятной грамотой о состоявшемся освящении.

Строительство велось быстрыми темпами. Предполагалось освятить собор к 85-летней годовщине гибели семьи Романовых, и в 2002 году на звонницу были водружены одиннадцать колоколов.

На следующий год был поднят самый большой колокол массой пять тонн. Он имеет самый низкий голос.

При проектировании план будущего храма был наложен на план снесенного дома Ипатьева таким образом, чтобы создать аналог помещения, где была расстреляна царская семья. На нижнем уровне предусматривалось символическое место этого расстрела.

Храм представляет собой пятикупольное сооружение высотой 60 метров и общей площадью 3000 м. Архитектура выдержана в русско-византийском стиле, в котором строилось подавляющее большинство церквей в период царствования Николая II. По замыслу архитекторов, это должно символизировать связь времен, возрождение православной традиции. В комплекс входят два храма: нижний и верхний.

Верхний храм Во имя всех святых — златоглавый собор, который символизирует собой негасимую лампаду, зажженную в память о тех трагических событиях, которые произошли на этом месте. Верхний храм — достаточно просторная часть сооружения с множеством окон по периметру. Учитывая географическую возвышенность того места, на котором расположен храм, в ясные дни его помещения ярко освещены солнечным светом. Внутри расположен иконостас из редкой разновидности белого мрамора длиной 30 метров и высотой 13 метров.

Заупокойный нижний Храм-на-Крови памяти Романовых, выполненный в строгом, спокойном стиле, расположен в цокольной части.

Он включает в себя расстрельную комнату с подлинными остатками конструкции Ипатьевского дома, а его алтарь находится рядом с непосредственным местом расстрела царской семьи. Здесь же расположен музей, экспонаты которого посвящены последним дням жизни семьи Романовых, а также зрительный зал на 160 мест.

Между верхним и нижним храмами существует двухсветное пронизывающее пространство. Из расстрельной комнаты вверх поднимается шатер, который выходит в иконостас верхнего храма, где сделан проем, через который можно сверху видеть место гибели Романовых.

Фасад здания храма отделан гранитом красного и бордового цветов. Эта деталь является своеобразным



напоминанием о пролитой здесь крови. По периметру размещены сорок восемь бронзовых икон наиболее почитаемых русских святых.

В ансамбль храма включен памятник царской семье. Это семифигурная композиция, представляющая собой трагический момент спуска Николая II и его семьи в подвал Ипатьевского дома. По замыслу авторов, памятник встречается на пути каждого входящего в храм и невольно напоминает о произошедших здесь событиях.

Торжественное освящение и открытие храма состоялось 16 июня 2003 года.

НА КОНСУЛЬТАЦИИ У ПСИХОЛОГА



На ваши вопросы отвечает Екатерина Игонина, психолог Московской службы психологической помощи населению Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.



Как повысить у ребенка самооценку? Моей дочери 15 лет. Она постоянно испытывает и проявляет чувства, которые можно назвать «комплексом неполноценности». Не в меру замкнута, стеснительна, считает себя хуже, глупее, непривлекательнее других ребят. Хотя, с моей точки зрения, она симпатичная девочка, достаточно развитая, неплохо учится.

Г. Тулянкина, Орел

Подростковый возраст — это время, когда ваш взрослеющий ребенок стремится найти себя и свое место в мире. Понять, какой он, что собой представляет, что думают о нем окружающие, в первую очередь сверстники. Присущая же подросткам категоричность заставляет их очень критично относиться к себе, преувеличивать свои недостатки и подвергать сомнениям достоинства. Наверняка Вы говорите дочери и о благоприятном впечатлении, которое она производит на других, и обращаете внимание на выигрышные стороны ее внешности или характера, но порой этого мало. Прекрасно, что Вы верите в свою дочь, а еще очень важно помочь ей поверить в себя. Не надо ее убеждать в том, что она симпатичная, пусть убедится в этом сама: например, можно поэкспериментировать с внешностью — изменить прическу, стиль одежды.

Заручитесь помощью специалистов или мнением тех, кто для нее является авторитетом в этой обла-

сти. Взглянуть на себя со стороны помогает удачная фотосессия — опытный фотограф способен сильно изменить самооценку! И, конечно же, человек становится гораздо увереннее, занимаясь любимым делом, с энтузиазмом отдаваясь достижению желанных целей. Подскажите дочке, как можно лучше узнать себя и свои возможности, занимаясь творчеством, пробуя себя в спорте или танцах, осваивая рисунок или, например, анимэ и японский язык. С увлеченным разными вещами человеком общаться гораздо интереснее, он становится настоящей душой любой компании. А ведь именно общение больше всего помогает подростку в формировании личности.

У меня вопрос по поводу лидерства. Оно, конечно, хорошо на работе, в общественной жизни. Но, когда, возвращаясь домой, муж продолжает «лидерствовать» в семье, не считаясь с мнением и настроением домохозяек, это становится пыткой. Как нам реагировать на такое поведение мужа?

Тамара Исакова, Клин

Хорошо бы узнать, как именно реагируете Вы, Тамара, и Ваши домохозяек. Мы бессильны изменить поведение, привычки, а тем более саму личность другого человека. Но почти всегда большое значение имеет наше поведение по отношению к нему. Попробуйте изменить свою

привычную реакцию на типичные поступки мужа. Если, например, он привык командовать и приказывать, а вся семья привыкла бросаться и тут же исполнять сказанное, вряд ли у человека будет повод задуматься, устраивает ли это других. Особенно, если Ваш муж занимает руководящую должность. В таком случае он искренне считает подобный способ самым эффективным. Вы можете не торопиться с «исполнением», спокойно объяснив, что сейчас заняты другим. Или же обосновать, почему в данном случае лучше поступить иначе, не делать вовсе или сделать позже.

Если супруг повышает голос, можно тихо сказать, что общаться в подобном тоне Вы не будете и, например, покинуть комнату. А еще бывает необходимо такому человеку... помочь. Попробуйте понять причину его поведения. Возможно, он сильно устает на работе или нервничает, у него есть ряд серьезных проблем, вот он и «срывается» на домашних. И тогда самое время объяснить, почему гораздо лучше решать вопросы в семье «мирным» путем, не причиняя боли и огорчения тем, кто его любит. Или что, например, нет необходимости утверждать свое лидерство там, где оно, бесспорно, излишне.

По семейным обстоятельствам моя мама (ей 50 лет) вынуждена была уйти с работы. Теперь это «вынужденное безделье» стало причиной ее неоправданно пристального внимания к собственному здоровью. Она с нами почти ни о чем не говорит, кроме собственных болезней, большинство из которых ею просто придуманы. Вначале мы все очень беспокоились за нее. Отправили на полное обследование к врачам, но объективные данные показали, что ничего серьезного нет. Как нам с ней быть?

Сергей Золотов, Курск

Уважаемый Сергей, а устройте-ка снова маму работать? Конечно, это в фигуральном смысле, на самом деле, помогите ей найти некое полезное для души и, лучше всего, для других людей занятие. Если Ваша мама всю жизнь вела активную, деятельную жизнь — с работой, воспитанием детей, достижением определенных целей, то сейчас ей достаточно сложно жить в ситуации бездействия. Порой занятия рукоделием, посещение выставок и театров не приносят удовлетворения, ведь, кроме удовлетворения собственных интересов, она вряд ли что-то получает. Приносить же пользу другим для многих людей старшего возраста поистине целительно. Она может воспитывать внуков или стать старшей по подъезду — тут уже выбор зависит от ее характера и предпочтений.

И есть еще один момент. Зачастую родители озадачивают взрослых детей вопросами своего плохого здоровья тогда, когда это чуть ли не единственное, что может привлечь их внимание, заставить чаще навещать или даже просто лишний раз поговорить. Как часто Вы общаетесь с мамой и на какие темы? Что ее интересует, что она любит, делает с удовольствием и радостью? Кстати, она может с Вами обсудить любимый сериал? А если Вы ей докажете, что проблем со здоровьем у нее нет, значит ли это, что Вы будете больше заняты своими личными делами? Попробуйте чаще общаться с мамой, помогите найти ей интересное занятие. А еще проявите свою заботу о ее здоровье тем, что предложите ей регулярные совместные субботние прогулки в парках города, например.

Как научиться прощать? Конечно, очень легко это сделать, сказав необходимые дежурные слова. Но так, чтобы и в душе ничего не осталось? Если говорить конкретно, я не могу простить свою подругу, которая, когда я лежала в больнице целый месяц, ни разу меня не навестила. При этом я точно знаю, что ничем это объяснить и никак понять невозможно.

Л.Д. Тихонова, Козельск

Уважаемая читательница! Для того чтобы избавиться от груза на душе, надо по-честному заглянуть в собственную душу, разобраться, что именно Вас больше всего задело и почему. Очень часто мы идеализируем других людей — родных или друзей. То есть наделяем теми качествами, которые сами хотим в них видеть, которые, по нашему мнению, должны у них быть. Представлять-то можно все, что угодно, но вот люди, на самом деле, вовсе не обязаны соответствовать нашим представлениям. Например, Вы можете искренне полагать, что в подобной ситуации подруга должна постоянно быть рядом, ухаживать и поддерживать. А другая также искренне считает, что подруге надо дать возможность прийти в себя, не беспокоить ее или же что ей вовсе не хочется показываться другим в таком состоянии. У всех свои причины вести себя определенным, порой отличным от наших представлений о поведении образом.

Если Вам дорога подруга и ваши отношения, хочется избавиться от неприятных чувств и обид, попробуйте поговорить с ней и объяснить, что Вы чувствуете. Но учтите написанное выше: вряд ли будет правильным начинать с обвинений в ее бесчувственности, с упреков, что она «должна была», и

утверждения, что «ничем это объяснить и никак понять невозможно». Прежде всего определите для себя, чего бы Вам сейчас хотелось? Разругаться и показать человеку, как он плохо поступил? Попробовать понять подругу и выслушать причины, по которым все так произошло? Продолжать важные для Вас отношения, начать дружить по-новому или по-прежнему гордо не прощать предательство? Выберите желаемый для себя вариант и расскажите о нем подруге — собственными, искренними словами.

Можно ли любить сразу двух женщин? У меня банальная ситуация: жена и любовница. Но беда в том, что я и жену люблю, и к любовнице хожу не только для развлечения. Я их обеих люблю, жалею, забочусь, практически содержу материально. Как избавиться от угрызений совести по поводу того, что делаю что-то не так?

Н. Завьялов, Подольск

Уважаемый читатель, а что, собственно, Вас мучит? Что вызывает те самые угрызения совести, в чем, как Вам кажется, Вы не правы? Избавиться от каких-либо чувств зачастую очень сложно без понимания, что же именно Вас тяготит. Казалось бы, в этой ситуации все замечательно: Вы уверены, что обеих женщин любите, Вам с ними хорошо, Вы заботливый, участливый мужчина, к тому же финансово состоятельны и обеих содержите. Однако почему-то Ваша совесть неспокойна. Может быть, дело в том, что Вы не совсем честны? Наверное, все же вряд ли обе женщины в курсе того, что происходит? Жена может не знать о существовании любовницы, а Ваша подруга, скорее всего, имеет неточное представление о Ваших чувствах к жене. Как считаете, уважительно ли так относиться к тому, кого Вы любите? Но это не все.

Честны ли Вы сами с собой? Ведь если человек считает, что все делает верно, искренен в своих мыслях, чувствах, поступках, то он не будет оправдываться, рационализировать происходящее, а уж тем более испытывать стыд, душевные мучения, ощущения ошибочности происходящего. Он просто не сомневается, что поступает так, потому что иначе не может. Или все-таки может? Порой сложно признаться самому себе в истинных мотивах, понять, чего же мы пытаемся достичь тем или иным способом, посмотреть в лицо своим страхам или тревогам, признать себя тем, кем очень не хочется считаться. Помочь в этом может индивидуальная работа с психологом: он поможет Вам разобраться в определении искренности собственных чувств и поступков.

Моя жена (ей 65 лет) на старости лет стала очень странной. Ходит по рынкам и покупает всякий хлам, которому нет и не будет применения в нашем доме. Это дешевое белье, какие-то тряпки, кастрюли. Этим бараклом уже завалена целая комната в нашей двухкомнатной квартире. Когда приходит в гости наша взрослая дочь, она хочет все это разобрать и половину выбросить, а заканчивается все скандалом: жена стоит насмерть на защите своих «богатств». Как нам быть?

Тереценко Василий Иванович, Истра

Василий Иванович, Вы пишете, что жена стала такой «на старости лет», то есть раньше она вела себя иначе? вспомните, пожалуйста, а какой она была раньше, тогда, когда вы с ней только встретились и полюбили друг друга, потом, когда устраивали свой дом, воспитывали детей. Что заполняло ее жизнь, когда дочь стала взрослой и, возможно, покинула родительское гнездо? Знаете ли Вы, о чем сожалеет супруга, чего бы ей хотелось, что сейчас способно вызвать ее искреннюю радость, удовольствие? Попробуйте сравнить, чем была наполнена ее жизнь до этой самой «старости лет» и чем она наполнена сейчас. Подумайте, изменились ли ваши отношения с ней, Ваше отношение к жене, образ жизни Вас обоих. И, кстати, спрашивали ли Вы, зачем она покупает те или иные вещи, при этом не высказывая осуждения, а как бы интересуясь?

Иногда подобное резкое изменение поведения человека имеет физиологические причины — в таком случае надо обязательно обратиться к медикам. Стоит пройти соответствующую возрасту диспансеризацию и обратить внимание на состояние сосудов. Но порой человек таким способом как бы пытается заполнить некую пустоту, прежде всего в собственной душе. Возможно, нечто большое ушло из жизни Вашей жены или не пришло, утратило смысл и т.д. Конечно же, никакие вещи не способны заполнить душевный вакуум, но иллюзия-то наполнения есть. Но что бы то ни было, отнеситесь бережно к ее чувствам, будьте внимательнее и терпимее. Не стыдите и не критикуйте, не высмеивайте такой «плюшкизм». И Вы, и дочь постарайтесь больше времени проводить вместе с женой, делать что-то вместе, пробуйте заинтересовать ее чем-то новым, в том числе и для себя самого. Покажите супруге, что жизнь может быть насыщеннее, и в ваших с ней силах заполнить ее самыми разными вещами. В том числе и теми, на которые раньше не было времени, сил или возможностей. А дочь наверняка поможет Вам реализовать желаемое. Удачи!

Около двух лет назад стартовала программа «Лыжи мечты». Сегодня она доказывает свою эффективность при реабилитации детей с ДЦП, синдромом Дауна и аутизмом. Занятия горными лыжами демонстрируют стопроцентный терапевтический эффект.

ЛЫЖИ МЕЧТЫ

Проект «Лыжи мечты» основан в 2014 году известным актером и режиссером Сергеем Белоголовцевым вместе с женой Натальей, которые до этого опробовали подобную методику на своем сыне Евгении в США. Обучение первой группы инструкторов по горнолыжному спорту для реализации этого проекта провела Элизабет Фокс, исполнительный директор Национального спортивного центра для людей с ограниченными возможностями здоровья (NSCD, USA).

Официальное открытие программы состоялось 26 января в горнолыжном клубе «Кант» в Москве.

Первые девять участников в возрасте от 5 до 25 лет с разными диагнозами и тяжестью заболеваний начали заниматься горными лыжами по индивидуальным методикам, с использованием специализированного оборудования на базе пяти горнолыжных центров Москвы и Подмосковья.

С января 2014 года по сентябрь 2015 года на горнолыжных курортах восьми регионов России (Московский регион, Иркутская, Нижегородская, Рязанская, Сахалинская, Челябинская, Ярославская области и Пермский край) реабилитацию по программе «Лыжи мечты» прошли около тысячи людей с ограниченными возможностями здоровья. Предварительно 90 инструкторов по горнолыжному спорту обучались по специализированному курсу подготовки к работе с людьми с ограниченными возможностями здоровья на основе оригинальной авторской методики программы «Лыжи мечты». Успешно прошедшие обучение имеют сертификат государственного образца.

Сегодня в рамках программы «Лыжи мечты» организовываются занятия по горнолыжному спорту для людей с детским церебральным параличом, аутизмом, синдромом Дауна и другими нарушениями здоровья. В сезоне 2015–2016 годов программа начала работать в Сочи, в Красной Поляне. Сегодня в ней уже принимают участие 16 регионов России.

Лечебный эффект от занятий горными лыжами осно-

ван на том, что мозг и тело человека, поставленного в нестандартные условия, вынуждены одновременно выполнять большое количество новых заданий на непривычной скорости, с поразительной быстротой. При этом они перестраиваются: улучшаются осанка и координация, увеличивается подвижность суставов, сокращаются спастические симптомы, возрастает стойкость к простудным заболеваниям, повышаются уверенность в своих силах и самооценка.

Ведущие реабилитационные учреждения России подтвердили эффективность программы «Лыжи мечты».

Одно из них — Научно-практический центр детской психоневрологии. Его руководитель главный детский реабилитолог РФ, президент Национальной ассоциации экспертов по ДЦП Татьяна Батышева приводит такой пример: «Максим Юшин — первый ребенок, которого мы обследовали перед началом занятий по программе «Лыжи мечты», был неходячим. После десяти тренировок на новое обследование Максим вошел в мой кабинет сам с мамой за руку. С точки зрения доказательной медицины, метод реабилитации с помощью горных лыж бесспорно эффективен».

Это подтверждают и специалисты Научно-практического центра медико-социальной реабилитации инвалидов имени Л.И. Швецевой Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы. «После тренировок, — говорит директор центра доктор медицинских наук Светлана Воловец, — у нас прошли обследование тридцать человек, и у всех без исключения была отмечена положительная динамика в восстановлении двигательной активности. Но я бы не советовала ограничиваться одним курсом. Тренировки должны быть постоянными, для людей с инвалидностью это должно стать стилем жизни».

Сегодня проект «Лыжи мечты» ставит перед собой цель — создать возможность людям с проблемами здоровья реабилитироваться с помощью горных лыж на каждом российском горнолыжном курорте.



ЭКСТРЕМАЛ С БЕЛОЙ ТРОСТЬЮ

Тук-тук-тук... Каждый шаг петербуржца Андрея Гостева сопровождается синхронным движением белой трости. У этого человека первая группа инвалидности по зрению. На незнакомых и малознакомых маршрутах по городу мужчина передвигается медленно, осторожно, обдумывая каждый шаг.

Совсем по-другому Андрей ведет себя на знакомых маршрутах: и в городских условиях, и на лоне природы. Здесь верная подруга-тросточка ему уже не требуется! В любую погоду, осенью, весной и летом, Гостев преодолевает путь от работы до дома на роликовых коньках. В кругах петербургских инвалидов по зрению за ним давно закрепилась репутация экстремала.

Роликовые коньки — увлечение нашего героя, которым он уже успел «заразить» многих незрячих и слабовидящих петербуржцев.

— Дорога от работы до дома составляет немногим более четырех километров в одну сторону, — рассказывает Андрей. — Никаких происшествий у меня, слава Богу, на роликовых коньках не было.

Гостев чувствует присутствие транспорта и пешеходов с помощью слуха и небольшого остатка зрения. Но самое главное для него — это прекрасное знание

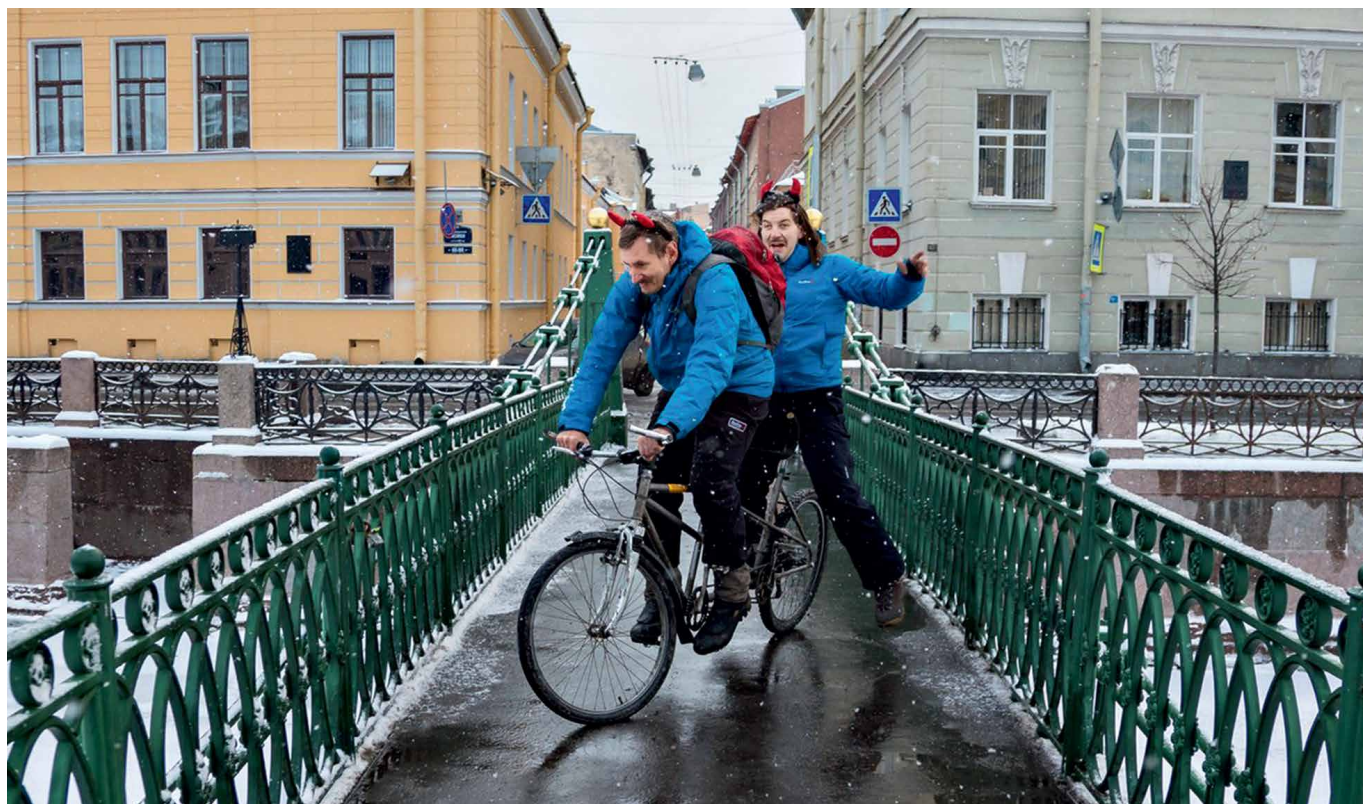
маршрута. Перед тем как встать на ролики, он несколько раз прошел его пешком, изучил каждую выбоину, каждую ямку на асфальте.

— Самостоятельно на роликах я передвигаюсь только по одному маршруту. Но довольно много езжу на роликах по разным маршрутам вместе с лидером, то есть со зрячим роллером, который всегда находится спереди, на определенном расстоянии, — говорит Андрей.

Инвалид по зрению и его «глазастый» напарник всегда перемещаются с одинаковой скоростью. Они координируют свое движение с помощью звуковых сигналов. С лидером катание на роликах доступно не только слабовидящим людям, но и тотально незрячим.

Наш герой неоднократно замечал, что, когда он медленно бредет по городу со своей белой тростью, прохожие смотрят на него с жалостью и сочувствием. Двигаясь на роликах, он ловит восхищенные взгляды и наслаждается этим: незрячие люди хотя лишены возможности визуально воспринимать окружающий мир, но чужие взгляды они «распознают» безошибочно.

Ролики — не единственное увлечение экстремала Андрея Гостева. Он мастерски лазает по деревьям и скалам. По его мнению, скалолазание и древолазание



закаляют волю, дают человеку уверенность в своих силах. Прикосновения к древесной коре или гранитной скале приносят совершенно новые ощущения, которые трудно сравнить с чем-либо еще. Человек преображается, забывает о своей инвалидности!

Однако Андрей предостерегает от попыток начать заниматься этим без предварительной подготовки.

— Самый разумный и безопасный путь — сначала позаниматься на скалодроме под руководством опытного инструктора, освоить технику скалолазания. А уже потом, набравшись знаний и опыта, можно самостоятельно отправляться на природные скалы и высокие деревья, — советует Гостев.

Кстати, в Санкт-Петербурге несколько скалодромов предоставляют свои услуги для людей с ограниченными возможностями здоровья, в том числе для инвалидов по зрению, совершенно бесплатно.

Древолазные путешествия Гостева порой приводили к забавным ситуациям. Некоторые грибники в Ленинградской области, увидев его на макушке сосны или березы, буквально впадали в ступор. Кто-то принимал его за таинственно-мифического «лесного человека».

О своем опыте, приобретенном на макушках деревьев, Андрей может рассказывать бесконечно.

— Если имеется хотя бы небольшой остаток зрения, то перемещение по стволам деревьев награждает удивительными видами, картинами далеких просторов. Но и тотальнику на макушке сосны или дуба находиться очень интересно. Своим внутренним зрением он может ощутить окружающую его красоту. И дышится в кронах деревьев иначе, чем внизу! Настоящий, насыщенный сосновый аромат можно почувствовать только на макушке сосны, — не скрывает своей радости Гостев.

Во время лесных приключений он не использует страховку. Не проявляются ли при этом легкомыслие и безалаберность?

— Во время подъема на скалы я всегда использую страховку, а также помощь зрячего ассистента, — возражает спортсмен-экстремал. — Но при подъеме на дерево в ней нет необходимости. Я опытный скалолаз, поэтому никакого страха перед деревьями у меня нет. Покорить скалу гораздо труднее и опаснее, чем взобраться вверх по стволу дерева. Любой человек, привыкший наблюдать за природой и часто бывающий в лесу, может отличить крепкое дерево от трухлявого. Крепкое, здоровое дерево просто не может упасть под тяжестью человека.

И все-таки, а вдруг обломится ветка, на которую опирается древолаз? Но Андрей Юрьевич старается развеять малейшие сомнения: «Ни один древолаз никогда не облакачивается на ветки! Мы перемещаемся исключительно по стволу. Опора всегда происходит на три точки. Например, древолаз опирается на



две ноги и руку или на две руки и ногу. Никогда нельзя отрывать от ствола, так же как и от скалы, обе руки или обе ноги!».

Скалолазание и древолазание дают возможность Гостеву обрести душевный покой. Эта «энергетическая подпитка» жизненно необходима, чтобы справляться с решением организационных вопросов, поскольку Андрей Гостев не только успешный спортсмен, но и организатор физкультурно-оздоровительной работы среди своих товарищей по несчастью. Он руководит спортивно-туристическим клубом «Масштаб-плюс», действующим при Санкт-Петербургской региональной организации Всероссийского общества слепых. Еще одно место работы нашего героя — Комплекс реабилитации инвалидов «Контакт», где он является инструктором по адаптивной физической культуре.

Работа Гостева включает в себя много направлений: развитие адаптивного скалолазания и горного туризма, лыжные походы, велосипедный спорт на специальных велосипедах-тандемах. Андрей и члены его команды уже покорили вершины Эльбруса и Казбека. Они уверенно чувствуют себя и на городских скалодромах, и в горах Крыма и Карельского перешейка.

Какие маршруты ждут их завтра? Пожелаем успеха этим мужественным людям.

Илья Бруштейн, фото автора



Аутизм — одно из тех нарушений развития, от которого нет и, скорее всего, никогда не будет исцеляющих таблеток. Путь детей с аутизмом к открытому миру тернист и труден, он проходит через долгие годы реабилитации и социализации.

Еще в недалеком прошлом эти дети вообще признавались необучаемыми, то есть безнадежными. Однако в последние десятилетия появились центры, где аутистам, детям и взрослым, дарят надежду.

Одним из первых таких учреждений в нашей стране стал центр реабилитации инвалидов детства со светлым названием «Наш Солнечный Мир», который сегодня успешно и эффективно занимается реабилитацией и социализацией детей, подростков и молодежи с ограниченными возможностями здоровья, чтобы их мир стал солнечным.

СОДРУЖЕСТВО ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

Так говорят о своем центре «Наш Солнечный Мир» его сотрудники. И это в полной мере соответствует основному принципу их работы, предполагающему содружество детей, которым в силу серьезных проблем со здоровьем непросто жить в нашем мире, и взрос-

лых, для которых помощь таким детям, их развитие стали делом всей жизни.

— Наше кредо, — говорят в центре, — убежденность в абсолютной ценности каждого человека вне зависимости от его индивидуальных особенностей. И еще в

том, что единственным критерием «нормы» является возможность адекватного индивидуального развития в реальной окружающей среде.

История центра своими корнями уходит в начало девяностых годов прошлого века.

В 1991 году специалистами и родителями детей с аутизмом и другими нарушениями развития был основан центр, который сегодня носит название «Наш Солнечный Мир». Он избрал для себя во многом дорогу первопроходца, занимаясь все прошедшие годы «селекцией» наиболее действенных реабилитационных и коррекционных методик.

Первым был апробирован метод иппотерапии, лечебной верховой езды, который показал свою эффективность и начал активно внедряться в практику реабилитации.

В 1996 году на базе центра были проведены первые в Москве соревнования по конному спорту в рамках программы Специальных олимпиад, а в дальнейшем и по программе Паралимпийских игр. Такие соревнования стали проводиться регулярно, а одними из ведущих спортсменов по конному спорту инвалидов в России были и остаются подопечные центра «Наш Солнечный Мир». В 1997 году при непосредственном участии его специалистов создается Национальная федерация лечебной верховой езды. Сегодня «Наш Солнечный Мир» является базовым центром федерации в Москве, совместно с ней организует обучающие курсы. На сегодняшний день подготовлено более 500 специалистов в области лечебной верховой езды и конного спорта инвалидов для России и ближнего зарубежья.

С годами появлялись новые направления, расширялся список нарушений развития детей, с которыми здесь научились успешно работать. Среди нынешних подопечных — дети, подростки и молодые люди, имеющие расстройства аутистического спектра, детский церебральный паралич, различные формы умственной отсталости, генетические нарушения, в том числе синдром Дауна, и другие недуги.

Центр работает по своей авторской программе комплексной реабилитации, опирающейся на собственные методики, а также на опыт зарубежных практиков в этой области. Программа создана специалистами «Нашего Солнечного Мира» в 1992 году, в 1997-м она была с успехом представлена на Международной конференции в Денвере (США), в 2002-м издана в виде брошюры.

В составе программы — разработанный руководителем центра И.Л. Шпицбергом метод коррекции особенностей развития сенсорных систем у детей с расстройствами аутистического спектра, который позволяет значительно улучшить взаимодействие



ребенка, имеющего нарушения в сфере восприятия, с окружающим миром. Метод используется более 15 лет и уже помог многим детям-аутистам расширить свои возможности вплоть до адекватного существования в социуме.

Сегодня процесс развития, реабилитации и социальной адаптации детей в центре включает в себя множество различных современных методик и направлений. Помимо иппотерапии, это кинезиотерапия, дефектология и логопедия, арт-терапия, музыкотерапия, канис-терапия и многое другое. Кроме индивидуальных занятий, проводятся групповые, очень интересные для ребят. В центре есть свой театр, мастерские традиционных ремесел, интеграционный клуб для подростков. Реализуются мини-проекты: подготовка к интеграции в группу детского сада, подготовка к школе. Разработана специальная программа занятий с родителями и обучение тьюторскому сопровождению.

**В ЦЕНТРЕ ЕСТЬ СВОЙ
ТЕАТР, МАСТЕРСКИЕ
ТРАДИЦИОННЫХ
РЕМЕСЕЛ,
ИНТЕГРАЦИОННЫЙ КЛУБ
ДЛЯ ПОДРОСТКОВ.**

С детьми работают шестьдесят квалифицированных специалистов различного профиля.

Еженедельно занятия в центре посещают около трехсот детей. Сюда приходят и совсем малыши — от полутора лет, и подростки, и молодые люди. За годы работы здесь оказали помощь и изменили качество жизни нескольким тысячам детей и их семьям. Благодаря занятиям в центре многие ребята получили возможность посещать обычные детские сады, поступили в коррекционные и общеобразовательные школы. А несколько бывших воспитанников сегодня работают в нем.

Центр действует круглый год. Летом он открывает инклюзивный реабилитационно-оздоровительный лагерь, который существует с 1992 года. Специалисты со своими подопечными выезжают за город и проводят там завершающие занятия по итогам года. Одновременно лагерь является и стартовой площадкой, дающей импульс к последующим занятиям в городе.





Для детей лагерь — маленькая модель открытого мира с его живой природой. Именно погружение в такую среду специалисты считают наиболее гармоничным и эффективным путем к реабилитации своих подопечных.

Интенсивный курс реабилитации, проводимый в лагере, как правило, дает ребенку возможность сделать серьезный позитивный скачок в развитии и социальной адаптации. Повышается его статус в глазах членов семьи, родные учатся лучше понимать его, правильно с ним взаимодействовать.

Центр «Наш Солнечный Мир» делится своим богатым опытом с коллегами. В нем регулярно проводятся круглые столы, семинары, тренинги для специалистов-реабилитологов из Москвы и других регионов, а также для родителей. Фактически уже более двадцати лет «Наш Солнечный Мир» является всероссийским ресурсным центром по реабилитации и социальной адаптации детей с аутизмом и другими нарушениями в развитии. Обучение в центре прошли многие специалисты и родители из всей нашей страны, а также из-за рубежа. Их количество растет каждый год, в том числе благодаря поддержке

этой работы губернаторами и главами правительств регионов.

Изначально центр ставил перед собой задачу — сделать свои услуги доступными для малообеспеченных семей, имеющих ребенка с нарушениями развития. Понятно, что большинство его подопечных находятся в тяжелом финансовом положении, поскольку это либо неполные семьи, либо такие, где в силу сложившихся жизненных обстоятельств работает только один из родителей.

«Наш Солнечный Мир» является некоммерческой, негосударственной организацией и осуществляет свою деятельность на благотворительные пожертвования и целевое финансирование, в том числе взносы родителей на реабилитацию своих детей.

Сегодня ему требуются средства на финансирование реабилитационных программ детей из особо нуждающихся семей, а также на оснащение необходимым оборудованием отделения двигательной коррекции.

**Желающие оказать поддержку могут обратиться по телефону: 7(903)668-93-45.
Записаться на занятия можно по телефону:
7(499)268-02-06.**

Особый прихожанин в храме

Проблемы доступности храмов и прихрамовых территорий для маломобильных людей обсудили участники круглого стола, прошедшего в Синодальном отделе по церковной благотворительности и социальному служению, в котором приняли участие представители Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы и общественные организации инвалидов.

По статистике, каждый десятый человек на земле является инвалидом, но мы не видим, чтобы в храмах каждый десятый прихожанин был человеком с инвалидностью. Это совсем не значит, что те, кто ограничен в своих возможностях, менее религиозны, чем здоровые люди, просто часто у них нет возможности прийти в храм, не всегда богослужение для них доступно, прежде всего это касается людей с потерей зрения и слуха.

Специалисты Центра развития социального и культурно-познавательного туризма при участии инвалидов провели обследование 54 московских храмов, 49 из которых находятся в Центральном административном округе. Они обнаружили практически полное отсутствие надписей на шрифте Брайля, а ведь в нашей стране, согласно статистике, более полутора миллионов слабо видящих или totalmente слепых людей. До недавнего времени в московском музее «Дом икон и живописи на Спиридоновке» были представлены рельефные деревянные и керамические иконы, шитые бисером образы, оклады и киоты, которые можно было потрогать руками, что позволяло слепым на ощупь узнать, как выглядят на иконах Спаситель, Богородица, Иоанн Предтеча и другие святые. Однако сейчас музей закрыт. Теперь гипсовые и пластиковые иконы имеются лишь в Симоновом монастыре.

Если говорить о доступности храмов для людей с нарушениями слуха, то цифры такие.

Богослужения с сурдопереводом проводятся по определенному графику в шести православных храмах Москвы.

В 50 храмах и общинах на территории России для работы с глухими и слабослышащими прихожанами церковь организует курсы русского жестового языка



для священников, в девяти приходах окормляют слепоглухих людей.

Участники круглого стола говорили о том, что необходимо выделить места общего паломничества, такие как Покровский монастырь, где покоятся мощи святой Матроны Московской, и Храм Христа Спасителя. Именно там целесообразно в первую очередь создавать доступную среду для маломобильных людей. Еще одной актуальной для столицы проблемой является перегруженность храмов, не рассчитанных на большое количество прихожан, особенно в дни главных церковных праздников и принесения святынь. Инвалидам бывает трудно в них попасть.

По итогам круглого стола Синодальным отделом по церковной благотворительности и социальному служению при содействии Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы, ПСТГУ и общественных организаций инвалидов будет разработан курс обучения для священнослужителей и социальных работников по программе «Организация доступной среды для маломобильных групп населения».

Участники круглого стола выступили с предложением издать Справочник московских храмов, доступных инвалидам.

ИНВАЛИД ЗА РУЛЕМ

Недавно появились изменения в правилах дорожного движения, касающиеся инвалидов.

Теперь действие некоторых запрещающих знаков не распространяется на автомобиль, если им управляет инвалид первой или второй группы или если он перевозит такого инвалида или детей-инвалидов.

Речь идет о знаках «Движение запрещено», «Движение механических транспортных средств запрещено», «Стоянка запрещена», «Стоянка запрещена по нечетным числам месяца» и «Стоянка запрещена по четным числам месяца».

С 6 февраля 2016 года действие этих знаков не имеет отношения только к тем транспортным средствам, на которых установлен опознавательный знак «Инвалид». Кроме того, в число документов, которые водитель обязан предъявлять по требованию сотрудника ГИБДД, теперь входит удостоверение инвалида.

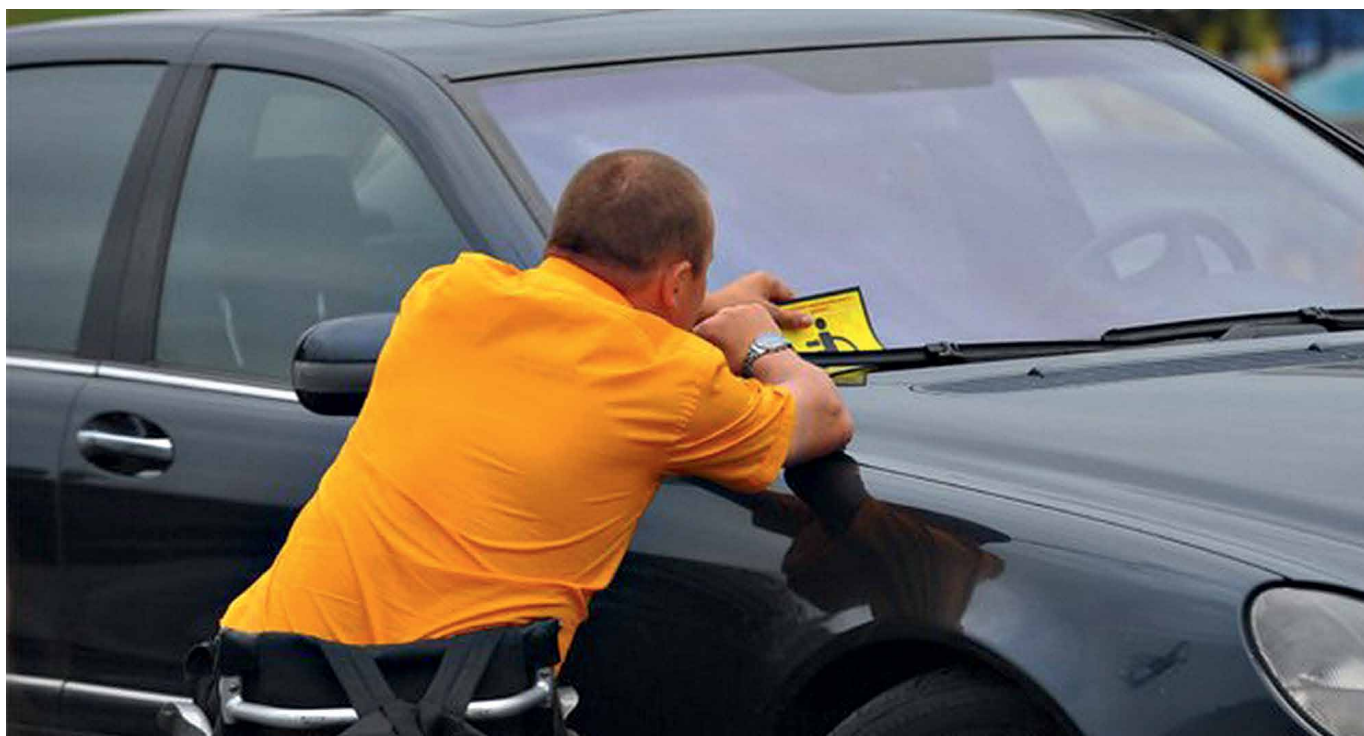
За незаконное использование опознавательного знака «Инвалид» предусмотрен штраф 5000 рублей.

Принятые решения позволят повысить социальную защищенность лиц с ограниченными физическими возможностями и исключить случаи неправомерного использования опознавательных знаков «Инвалид», а также предотвратить нарушения соответствующих запрещающих дорожных знаков лицами, не имеющими на это права.

В Москве, в отличие от других регионов, действуют особые правила парковки для инвалидов. Автовладельцы с ограниченными возможностями здоровья и законные представители ребенка-инвалида могут оформить специальные разрешения, которые дают право на круглосуточную бесплатную парковку в местах, предназначенных для инвалидов. Разрешение выдается в МФЦ.

Удобство этой льготы заключается в том, что документ оформляется на автомобиль. То есть, если в данный момент инвалида в машине нет, она все равно может находиться на стоянке для инвалидов, так как номер машины внесен в специальный реестр.

Эта льгота не распространяется на инвалидов, приехавших из других регионов в столицу, чьи транспортные средства не внесены в московский реестр автомобилей, принадлежащих инвалидам. Такой водитель оказывается виновником сразу трех административных нарушений: двух по федеральному (парковка в неполюженном месте и незаконное использование опознавательного знака «Инвалид») и одного по региональному закону (неоплаченная парковка).





ВЕСТИ ИЗ РЕГИОНОВ

МОСКВА

С этого года можно будет обустраивать жизнь детей с ограниченными возможностями здоровья, используя средства материнского капитала. Их разрешается потратить на медицинские изделия, коляски, тренажеры.

Полный перечень товаров подготовлен Минтрудом России. В него также вошли специальное спортивное оборудование и инвентарь для занятий адаптивной физкультурой, специальные столовые приборы, санитарно-гигиеническое оснащение и средства коммуникации, адаптированные для особых детей. Средствами из материнского капитала можно также оплачивать реабилитационные мероприятия, которые помогут ребенку развиваться и полноценно общаться со сверстниками.

Кроме того, в перечень вошли товары и услуги, которые не предусмотрены федеральным перечнем реабилитационных мероприятий, технических средств реабилитации и услуг, предоставляемых инвалиду. До этого они приобретались людьми за свой счет.

НОВОСИБИРСК

Предприятие холдинга «Швабе», входящего в госкорпорацию «Ростех», создает промышленный образец устройства, предназначенного для передвижения лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Идея принадлежит молодым новосибирским изобретателям — выпускникам технического университета и представляет собой квинтэссенцию передового технического опыта производства аналогичных устройств как в России, так и за рубежом.

Изделие представляет собой индивидуальное транспортное средство, которое предназначено для самостоятельного передвижения людей с ограниченными возможностями здоровья. Оно напоминает обычное кресло, но имеет «секрет»: способно преодолевать

ранее недоступные препятствия — бордюры и ступени, благодаря выдвигающимся гусеницам. Важно также, что транспорт является экологически чистым, так как работает на аккумуляторах.

После проведения специальных испытаний и тестирования, а также сертификации устройства его серийный выпуск, возможно, будет налажен до 2020 года.

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

Фонд поддержки слепоглухих «Со-единение» представил новый проект — инклюзивную театральную лабораторию, созданную при поддержке Министерства культуры Российской Федерации.

В ней объединились три театральные школы, каждая из которых исследует возможности совместного участия в спектаклях профессиональных и непрофессиональных актеров с ограниченными возможностями здоровья (сенсорными, ментальными и физическими).

В процессе работы три творческие группы — режиссеры, педагоги и актеры Школы-студии МХАТ, Театрального института имени Бориса Щукина и Российского университета театрального искусства — проводят инклюзивные тренинги и создают эскизы спектаклей по мотивам классических произведений мировой литературы.

Главной целью проекта является создание профессиональной инклюзивной театральной школы. Результатом станут спектакли, один из которых будет показан на сцене Государственного театра наций в Москве, а два других — на площадках, рекомендованных членами экспертного совета, в состав которого входят ведущие представители театра и социальной сферы.

В спектаклях будут использованы новые художественные средства и формы совместной работы актеров с разными возможностями на одной сцене.

ЮГРА

В Центре адаптивного спорта Югры подведены итоги конкурса на лучший символ спорта инвалидов. Победителями были признаны проекты двух авторов, которые предложили сделать символом-талисманом бабочку.

В конкурсе приняли участие 63 человека — дети и взрослые, с инвалидностью и без. Они прислали различные варианты талисманов, которые, по их мнению, символизируют спорт людей с инвалидностью, здоровый образ жизни, а также национальные и культурные особенности региона. Чаще всего предлагали воплотить талисман в образе белки, медведя, зайчика, лисички и других лесных обитателей Югры. Из всего этого многообразия экспертный совет выбрал две работы, на которых изображена бабочка. Как известно, бабочка — это символ бессмертия души, возрождения и воскресения.

Эскизы будут доработаны дизайнером, а затем по ним изготовят мягкие игрушки, которые подарят участникам окружного фестиваля спорта «Дети Югры» среди воспитанников реабилитационных центров.

Конкурс талисманов — начало большого творческого проекта, который реализует Центр адаптивного спорта Югры. Следующим шагом станет конкурс сказок и рассказов о красавице-спортсменке бабочке. Лучшая история ляжет в основу книжки-раскраски, которая познакомит детей с различными видами адаптивного спорта, развиваемыми в Югре.

КРАСНОЯРСК

В школах города смогут теперь учиться дети-колясочники. Для этого 29 школ оснастили пандусами. В 14 школах появились лестничные подъемники, сенсорные комнаты и специализированная мебель.

В прошлом году город приобрел школьный автобус для перевозки маломобильных детей. Сейчас в Красноярске вместе со здоровыми детьми учатся более одной тысячи школьников с особыми потребностями. Среди них ученики со слабым зрением и слухом, заболеваниями опорно-двигательного аппарата, задержкой психического развития, а также дети с нарушением интеллекта.

ЕКАТЕРИНБУРГ

Благотворительный фонд «Я особенный» реализует проект «Школа особых родителей».

В его рамках специалисты проводят бесплатные регулярные групповые психотерапевтические занятия, семинары и консультации для родителей детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения психического развития.

Основная цель — повысить педагогическую, психиатрическую, неврологическую грамотность родителей для того, чтобы они могли понимать, что происходит с их ребенком, в каком направлении работать, где и как получать информацию, где и на что обращать внимание, как сделать лечение ребенка более эффективным.

ИРКУТСК

Здесь начала работу некоммерческая организация «Фонд муниципального образования города Иркутск «Доступная среда для инвалидов». Одна из главных ее целей — оказание адресной помощи инвалидам за счет благотворителей.

В плане мероприятий — создание реестра спортивных объектов, где инвалиды разных групп и категорий могут тренироваться бесплатно; решение проблем тех лиц с ограниченными возможностями здоровья, которые обратятся в фонд по поводу обустройства подъездов в их домах, установки пандусов; заключение соглашения с муниципальным предприятием «Иркутскавтотранс» о перевозке инвалидов-колясочников и людей, которым сложно передвигаться.

КАЛУЖСКАЯ ОБЛАСТЬ

В городе Кондрово Калужской области компанией «Гигиена-сервис» запущено импортозамещающее производство средств для ухода за больными и пожилыми людьми, инвалидами-колясочниками.

По линии Фонда развития промышленности это предприятие получило заем 500 млн рублей в 2015 году и уже в начале 2016 года запустило новую линию. Стоимость проекта — 1,3 млрд рублей, на новом производстве будет дополнительно создано более 300 рабочих мест. Продукция стоит дешевле среднерыночной на 10-20 %. Производство позволит заместить до половины импортных аналогов.

В 2016 году планируется развернуть серийное производство подгузников для взрослых основных размеров и впитывающих пеленок на импортном оборудовании.





Итальянские Вершины



Так называют Флоренцию — город, расположенный в Центральной Италии и являющийся столицей Тосканы. Флоренция по праву признана одним из красивейших мест Европы и гордо носит эпитет «прекрасная». Это место, откуда берет свое начало эпоха Возрождения, истинное сосредоточение архитектурного великолепия и особой атмосферы, пронизанной духом творений Микеланджело и Боттичелли.

Флоренция уютно расположилась на юго-востоке равнины Флоренция-Прато-Пистойя, с трех сторон ее молчаливо охраняют невысокие живописные холмы. Жилые кварталы растянулись по берегам реки Арно, лениво несущей свои воды с востока на запад.

Это город-музей, подаривший миру сыновей, чьи имена стали иконами искусства. Современность в нем настолько гармонично соприкасается со стариной, что поневоле ощущаешь себя путешественником во времени, когда видишь величие дворцов, торжественность базилик, одухотворенность церквей, переходишь по

изящным мостам или отдыхаешь в тени на старинной площади.

История города, изменчивая и насыщенная событиями, начиналась более двух тысяч лет назад. Точной даты основания Флоренции ученые не знают, известно только, что первыми на этой земле обосновались племена этрусков, потом сюда пришли римские legionеры и в 59 году до нашей эры разбили поселение для ветеранов, безукоризненно выполнивших свой воинский долг по защите великого императора. Флорентия (цветущая), как называли тогда это поселение, часто связывалась с именем Юлия Цезаря, так как, по легенде, именно он заложил здесь град.

Город служил резиденцией епископа, был в подчинении у Византии, остготов и франков и лишь в XII веке обрел независимость, став коммунной, где особое развитие получили ремесленные цеха. Расцвет не только ремесла, но и искусства, ознаменовавший собой золотой век города, приходится на XIII столетие, когда Флоренция даже выпускает собственную монету.

В 1434 году власть в городе находилась у печально известной династии Медичи, не сумевшей, однако, долго удержаться на ее вершине.

Достопримечательности Флоренции поражают своим разнообразием. Одним из популярных мест туристических маршрутов является Дуомо, или Соборная площадь, где расположены самые древние и значимые архитектурные памятники. Именно здесь было возведено одно из первых сооружений, относящихся к ренессансной архитектуре, — собор Санта-Мария-дель-Флоре.

Неотъемлемая часть архитектурного ансамбля Дуомо — колокольня Джотто (Campanile di Giotto), которая стоит рядом с кафедральным собором. Фундамент одной из изящнейших итальянских кампанил был заложен в 1334 году.

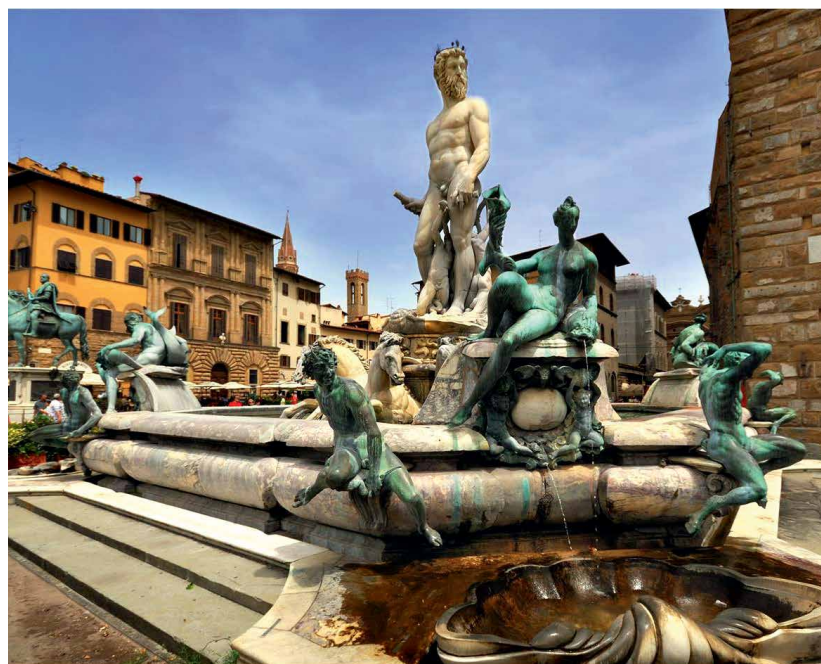
Главной изюминкой баптистерия являются двери. На южных 28 рельефах повествуется о деяниях Спасителя, на восточных («Врата Рая») — 10 рельефов из ветхозаветной истории.

От посещения Флоренции у всех остаются незабываемые впечатления.

Несколько советов для туристов с ограниченными возможностями здоровья, посещающих Флоренцию.

- К сожалению, на купол собора Дуомо и на колокольню нет лифта. Чтобы полюбоваться видами Флоренции, лучше отправиться в Пьяццаде Микеланджело.

- Посещения музеев лучше бронировать заранее. Знаменитая Галерея Уффици чрезвычайно популярна у туристов, но маленькая по площади. Если вы забронируете свое посещение, вам не придется ждать в очереди.



Музей в подарок городу

Юрий Степанович Нечаев-Мальцев — гофмейстер, член Совета мануфактур и торговли, почетный член Академии художеств России, вице-президент Петербургского общества поощрения художеств, почетный член Московского университета и Московского археологического общества. Но для нас с именем этого человека прежде всего связано создание Музея изобразительных искусств имени А.С. Пушкина в Москве.

Дворянский род Нечаевых происходил из рязанской губернии. Его отец Степан Дмитриевич — обер-прокурор синода, поэт, первый историк Куликовской битвы. Окончив Московский университет, служил чиновником при московском губернаторе князе Дмитрие Голицыне, затем в синоде. В Петербурге Степан Дмитриевич вступил в «Союз благоденствия». Будучи деятельным его участником, каким-то чудом избежал государевой кары и занялся отечественной историей. Увлекался литературой, был членом Общества любителей российской словесности. Изучая славное прошлое России, он сосредоточился на раскопках на Куликовом поле и в 1830–1860 годы стал известен как знаток русского средневековья и археолог. Родившийся в то время сын был назван в честь Юрия Долгорукого.

Мать, Софья Сергеевна, урожденная княжна Мещерская. После рождения четвертого ребенка, Юрия, умерла. В принадлежащем ей поместье в рязанской губернии близ Данково-Сторожева Нечаев устроил первый музей оружия и находок с Куликова поля, находившегося неподалеку.

Юрий Степанович окончил с серебряной медалью Первую московскую гимназию, затем юридический факультет Московского университета. Службу начал с должности помощника библиотекаря главного архива Министратва иностранных дел.

Затем был переводчиком, ездил с различными поручениями в Берлин, Париж и другие города Европы.

Он был хорошо знаком с иностранными музеями, всерьез интересовался вопросами искусства, унас-

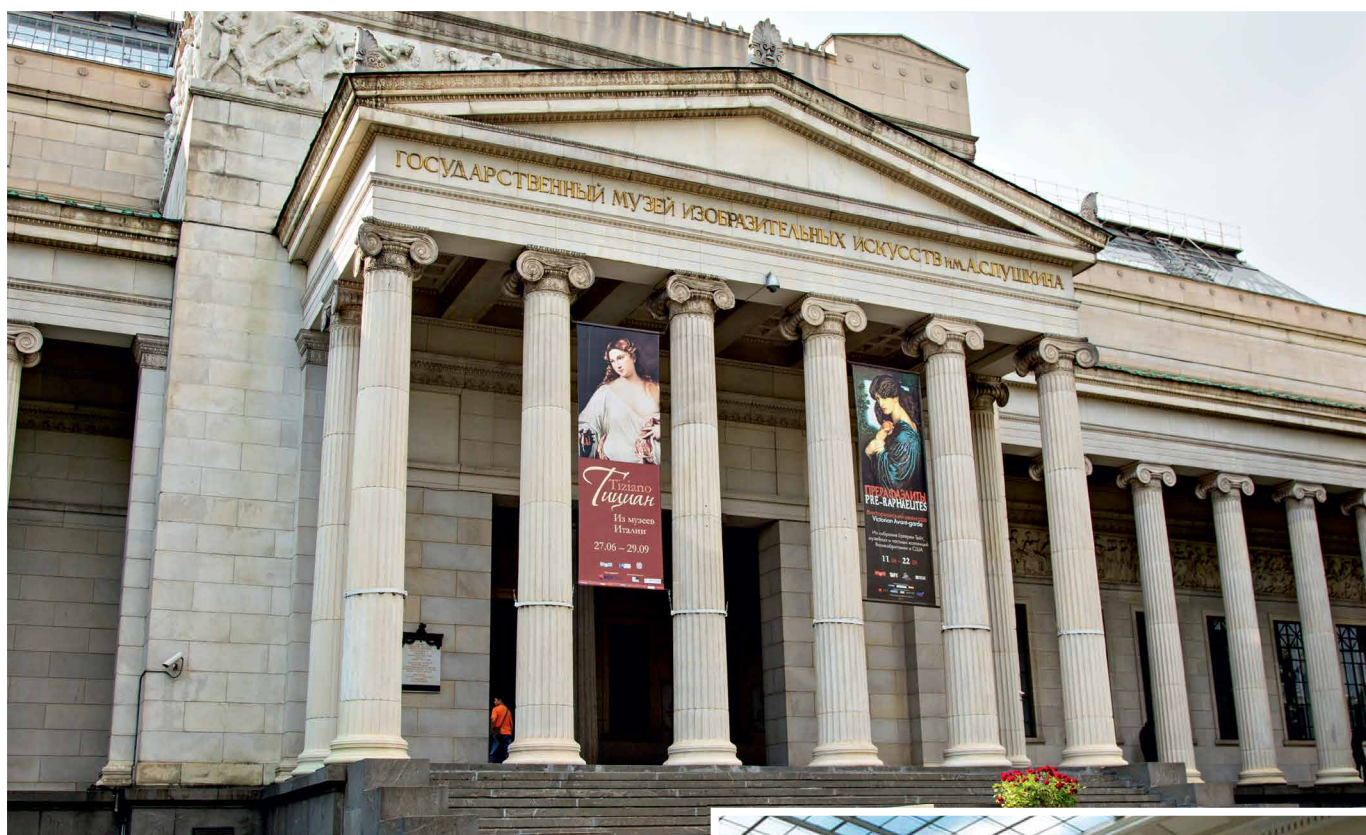


ледовав от отца вкус и любовь к древности, что впоследствии явилось основой страстного увлечения околдовавшим его Египтом и незаурядной личной коллекции.

Получив огромное наследство своего дяди с условием присоединить к своей родовой фамилии Нечаев фамилию Мальцев, Юрий Степанович стал Нечаевым-Мальцевым. Богатый и независимый, с большим художественным вкусом, он всерьез интересовался искусством. Славу щедрого мецената Нечаеву-Мальцеву принесла его деятельность по сооружению Музея изящных искусств имени Александра III (ныне Музей изобразительных искусств имени А.С. Пушкина) в Москве. Он взял на себя основные расходы по возведению и украшению здания, приобретению экспонатов для его коллекции.

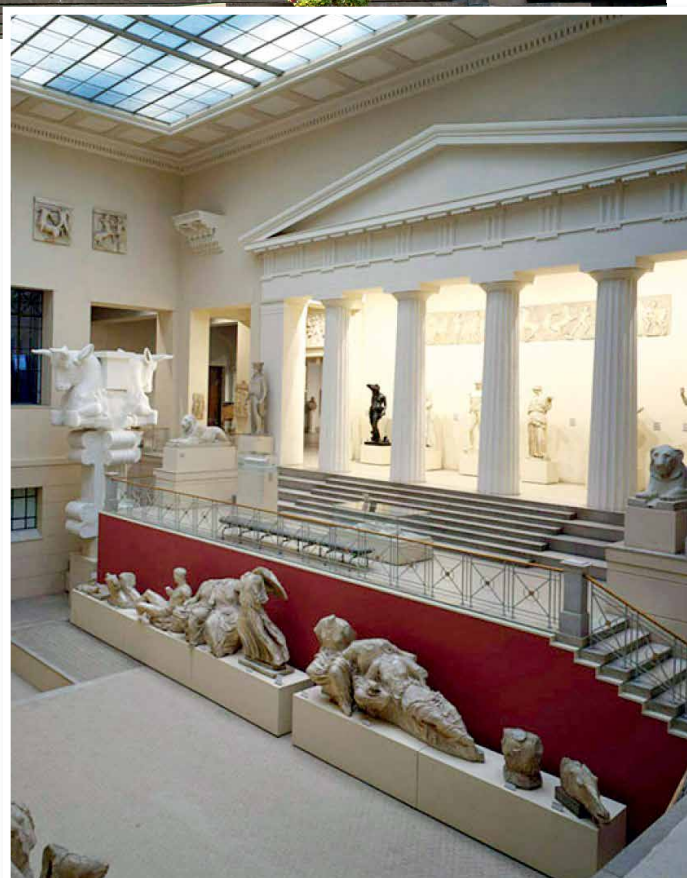
31 мая 1912 года произошло событие, которого ждала вся общественность Москвы и Петербурга. В самом центре Москвы, на улице Волхонке, открыл свои двери для широкой публики Музей изящных искусств имени Александра III при Московском университете. Открытию предшествовала кропотливая работа основателя музея Ивана Владимировича Цветаева. На протяжении 25 лет, день за днем, месяц за месяцем, профессор настойчиво осуществлял свою мечту — создание в Москве Музея изящных искусств. Он организовывал сбор денежных средств на постройку здания музея, искал меценатов и благотворителей, так как правительство в выделении денег отказало. Его деятельность оказалась успешной: идея музея была признана общественностью, была получена земля в центре города, закончен проект. Но для начала строительства не хватало значительной суммы. И Цветаев решил обратиться к Ю.С. Нечаеву-Мальцеву.

Юрий Степанович в то время был вице-председателем Общества поощрения художеств, помогал издавать журнал «Художественные сокровища России». Встреча Цветаева и Нечаева-Мальцева проходила в



«Славянском базаре», где Юрий Степанович предложил на строительство музея сумму в 300 тысяч рублей. Ранее на подобные нужды никто не жертвовал более 30 тысяч. К тому же на его средства были заказаны итальянским камнетесам каменные фасады музея, а в Норвегии — внутренняя колоннада. К 1905 году в обстановке политического и хозяйственного кризиса общество охладело к грандиозному проекту Цветаева. Касса оказалась пуста. Нечаев-Мальцев был единственным, кто не оставил музей и единолично продолжал финансировать работы, пожелав при этом остаться анонимным лицом. Он потратил на эти цели 2,5 млн рублей.

Строительство возобновилось. Нечаев-Мальцев не только рассчитался полностью по строительству, даже в самые тяжелые для себя времена «не урезая ни рубля у музея». На его средства была приобретена часть коллекций, в том числе микенские древности, египетские слепки (погибшие во время пожара), великолепный фаюмский портрет «Юноша в золотом венке», драгоценные украшения. Как выяснилось, вложив столь значительную сумму своих сказочных богатств в проект Цветаева, Нечаев-Мальцев был почти разорен. От казны между тем на музей Александра III за четырнадцать лет поступило лишь 300 тысяч рублей. А по документам общая сумма, потребовавшаяся на возведение здания и приобретение коллекций, составляла около 3 миллионов рублей.



Прошло много лет, а музей и сегодня остается одной из достопримечательностей нашей столицы и хранит добрую память о меценате Юрии Степановиче Нечаеве-Мальцеве.

И лекарь, и пекарь, и вдохновитель



Так можно сказать о корице. Она была известна очень давно. В китайских письменных источниках 2800 года до н.э. содержится упоминание о корице. В одном из египетских манускриптов, принадлежащих к 1500 году до н.э., найден кулинарный рецепт, в составе которого вместе с кардамоном была *капатаа* — так называли тогда корицу. В эти же годы египетская царица Хатшепсут посылала в страну Пунт экспедицию из пяти кораблей. Поход закончился успешно, и корабли вернулись, нагруженные золотом, слоновой костью и корицей. Эта пряность очень высоко ценилась в Греции, за 35 килограммов корицы давали 5 килограммов золота, но, по сравнению с другими странами, эта цена считалась приемлемой. Ведь в некоторых из них она ценилась в 15 раз дороже! Часто килограмм корицы менялся на килограмм золота.

Позволить себе корицу могли только очень богатые люди. В их домах с ней выпекали мучные изделия, добавляли в вино, освежали воздух. Первым европейским мореплавателем, открывшим в 1505 году на Цейлоне корицу, был Лоренцо де Альма.

Сегодня наиболее популярны четыре вида корицы: цейлонская, китайская, малабарская и циннамон.

Цейлонскую корицу (*Cinnamomum ceylanicum* Br.) еще называют циннамоном, благородной корицей или настоящей корицей. По качеству она превосходит все остальные виды, поэтому ценится особо. Название свое она получила по месту произрастания. На

Цейлоне корица растет в диком виде и на плантациях, заложенных во второй половине XVIII века. Сегодня ее выращивают в Индии, Индонезии, Малайзии, Бразилии, Гвиане, на Мартинике и Реюньоне.

Китайскую корицу (*Cinnamomum Cassia* Bl.) также называют индийской, ароматной, простой, кассией или кассией-канель. Родиной ее считается Южный Китай. Ее знали еще в 2800 году до н.э. — существует упоминание о ней в одном из памятников китайской письменности. Вкус ее значительно более резкий, чем у цейлонской, сладковатый, терпко-вяжущий, слегка жгучий.

Малабарская корица (*Cinnamomum Tamala* Nees) впервые появилась в Индии. Сейчас она растет еще и в Бирме. Называют ее бурой корицей, древесной корицей или кассией-верой. Отличается от двух предыдущих сортов внешним видом и вкусом. Толщина ее до 3 миллиметров и более, на вкус она более резкая, даже горьковатая и темно-коричнево-бурая по цвету.

Циннамон (*Cinnamomum Culilawan* Bl), или пряная корица, растет на плантациях Молуккских островов. Разводят ее также в Индонезии. У циннамона очень острый коричный запах, пряный вкус с оттенком жгучести.

Области применения корицы весьма разнообразные и порой неожиданные.

Недавно диетологи отнесли ее к продуктам для похудения. Исследования показали, что четверть чай-

ной ложки корицы, съедаемой с приемом пищи, помогает усваивать сахар более эффективно и снижать его уровень в крови. Корицу также можно использовать вместо сахара, поскольку она имеет натуральный сладкий вкус.

Корица обладает антисептическими, мочегонными, очистительными, противомикробными и стимулирующими свойствами. Нормализует работу желудка и кишечника, может послужить жаропонижающим, отхаркивающим и обезболивающим средством.

Коричное масло является хорошим глистогонным, а в смеси с медом помогает от лишая, может, в зависимости от интенсивности применения, успокоить или стимулировать нервную систему. Помогает при укусах насекомых. Считается также, что запах корицы наполняет тело и душу теплом, устраняет чувство одиночества, скованности и страха, усиливает вдохновение, создает домашнюю обстановку.

Корица помогает при большинстве желудочно-кишечных проблем, при комплексном применении даже способна помочь справиться с язвой. Помогает при цистите, заболеваниях печени.

Коричной водой промывают глаза при конъюнктивите.

В магии корице приписывают множество различных свойств. Она относится к стихии огня, по различным источникам, это растение Солнца, Юпитера и, по более редким упоминаниям, Марса.

Огненные свойства растения иллюстрируются одной легендой, связанной с волшебной птицей Феникс, символом бессмертия, возрождения. Согласно легенде, раз в 500 лет птица устраивает погребальный костер и сжигает себя, чтобы через три дня родиться из пепла вновь. Но мало кто знает, что погребальный костер должен быть сложен из листьев дикой корицы. Феникс зажигает корицу, взмахивая крыльями под лучами солнца и, окутанный коричневым огнем, сгорает, смешивая свой пепел с пеплом корицы.



Коричное дерево



Кто знает, может быть, именно связь с Фениксом придает корице такие магические свойства, как защита, исцеление, очищение, любовь, психическое восприятие. Оккультное значение корицы при этом — добро.

Корицу активно используют в ароматерапии. Зимой ее аромат помогает выйти из хандры, согревает, оживляет, подстегивает к действиям. Магическая сила корицы помогает вернуть веру в себя, надежду на лучшее, да и просто одарить хорошим настроением. Вам не хватает творческого подъема? Устройте себе вечер с коричневым запахом, и появится жажда жить, творить, стремиться к наиболее полноценному использованию своего времени.

Известна корица и своими свойствами притягивать деньги. Также ее используют в любовных зельях. Корица приносит успех, процветание, притягивает удачу.

Особым уважением пользуется корица в Китае. Там она означает бессмертие.

Корица издавна применяется в кулинарии.

В России с ней традиционно готовили молочные супы, оладьи, каши и заливную рыбу, в Закавказье ее добавляли в блюда из мяса, овощей и бобов, клали в супы (например, в харчо и чихиртму), в плов из баранины. В Белоруссии сдабривали моченую бруснику, на Украине применяли при мариновании огурцов и засолке арбузов.

Теплый, чарующий аромат пряности особенно хорошо сочетается с яблоками, грушами и шоколадом, поэтому настоящие гурмэ всегда добавляют в кофе-капучино шепотку тертого шоколада и корицы. Ее используют для ароматизации напитков, маринадов, печенья, булочек и сладких блюд из творога и фруктов, добавляют в овощные и фруктовые салаты, блюда из птицы, свинины и баранины. Например, классически приготовленные фаршированные баклажаны или греческое рагу из ягненка немыслимы без корицы.

Вот такая она, эта на вид неприметная пряность, на вашей кухне.

Посуда в вашем доме

Окончание. Начало в №4/2015

НОЖ

Ясное дело, нож, пожалуй, самый древний столовый прибор. Естественно, поначалу никаким столовым прибором он не был. Просто каждый мужчина, добытчик, имел нож. Сначала каменный, потом, по мере развития всего и вся, дело дошло и до металлического. Носили нож, например, за поясом, в специальных ножнах. Использовали его для разных целей: отрезать кусок мяса, защититься в драке, а то и напасть на кого-нибудь с ножом на большой дороге. В общем, никто до определенного времени не делал различий между ножом хозяйственным, боевым, охотничьим или столовым.



Только в XVI веке постепенно во время трапез начали использовать специальные ножи. Однако они все равно были похожи на кинжалы — конец их был острым. Видимо, чтобы дать отпор, если сосед покусится на твою порцию. Кстати, по одной из легенд, именно во избежание обеденных ссор Наполеон якобы велел концы столовых ножей закруглить.

Видов современных ножей — множество. Нас же интересуют только те, которые имеют отношение к приготовлению или поглощению пищи: кухонные и столовые. Первая группа — довольно большая: выделяют ножи для мяса, хлеба, масла, сыра и т.д. Столовые ножи — те, что входят в группу столовых приборов, вместе с ложкой и вилкой.



ВИЛКА

Первые вилки, еще с двумя зубцами, появились, судя по всему, где-то на Среднем Востоке в IX веке. Были они совершенно прямые, а не изогнутые в зубцовой части, как ныне.

Через пару сотен лет вилка «совершила путешествие» — попала в Византию, а потом в Италию. Там она пришлась ко двору, к столу, если хотите. В XVI–XVII веках без вилки за столом не мог обходиться ни один уважающий себя аристократ, пусть даже захудалый и обнищавший.

В Англии вилка начала входить в обиход только в XVIII веке. Столь неспешному ее распространению на тамошних трапезах весьма поспособствовала католическая церковь, объявившая нашу героиню «излишней роскошью».

А вот в Россию вилок привезла Марина Мнишек. Во время свадебного пира по случаю обручения с Лжедмитрием I она достала ее и употребила по назначению. Разумеется, такая невидаль привела в шок и трепет почти все присутствующее боярство, не говоря уже о духовенстве. До XVIII века вилок в России называли «рогатиной» или «вильцами».

Своей современной, изогнутой в зубцовой части формой вилка обязана немцам. Все в том же XVIII веке в Германии появились первые подобные образцы. Кроме того, у нее добавилось зубцов — их у классической вилки с тех пор четыре.

КАСТРЮЛЯ

Тарелки, ложки, ножи, вилки — все это, конечно, хорошо. Но без кастрюли, в которой готовится еда, чтобы потом быть выложенной на тарелку и поглощенной с помощью столовых приборов, никак не обойтись.

Здесь все просто. Сначала, понятное дело, был горшок. Глиняный, потом керамический. Именно в горшках варили каши и супы, а также просто кипятили воду. В них тушили мясо, рыбу, овощи, запекали разные продукты.

Естественно, ввиду того, что горшки были изделиями многоцелевыми, делались они гончарами разных размеров, а значит, вместимости. Были горшки на много ведер, огромные, а были и совсем небольшие, вмещавшие несколько стаканов жидкости.



Другое отличие — внешняя отделка. Те горшки, в которых еда подавалась на стол, украшались богаче. А обычные, печные, чаще всего вообще оставляли без украшений. Интересно, что чем ближе к нашему времени, тем меньше русские мастера (да и зарубежные тоже) уделяли внимания украшению горшков. На первом месте оставалась прочность. Если случалось все же, что горшок треснул, его не выбрасывали, а, когда это было возможно, оплетали, к примеру, берестой и использовали для хранения различных продуктов.

Увы, как бы ни был хорош горшок, кулинарные запросы населения в разных странах становились все более изощренными: он уже не мог их в полном объеме удовлетворить. Пришло время кастрюль (от французского *casserole*). Кастрюля — это известная всем нам металлическая емкость для приготовления (варки) пищи. Готовить в кастрюле можно на открытом огне или в духовке. Нормальная кастрюля — с ручками и крышкой. Чем толще дно (в разумных пределах), тем лучше — в такой утвари пища меньше пригорает.

Ныне на кухнях можно увидеть чугунные, алюминиевые кастрюли, кастрюли из нержавеющей стали, эмалированные и с антипригарным покрытием. Форма кастрюли может зависеть от того, для пригото-

вления какого блюда она, прежде всего, предназначена (например, овальная утятница).



СКОВОРОДА

Как ни старайся, без сковороды (причем не одной) полноценную кухню сложно себе представить.

История ее естественным образом связана с тем же глиняным горшком. Собственно, первые сковороды тоже были глиняными. Еще сейчас в кухнях многих народов предусмотрено использование оных для приготовления некоторых блюд (к примеру, обжаривание копченого мяса у абхазов перед подачей его на стол).

Ныне глиняные сковороды встречаются разве что в национальных ресторанах. Им на смену давно уже пришли металлические. Сковорода — родственница кастрюли, а потому, как и она, может быть чугунной, алюминиевой, из нержавеющей стали, с антипригарным покрытием. Делятся сковороды и по назначению: для гриля, для рыбы, китайская «вок»...



Сковорода может быть вообще без ручек, с одной или двумя. Как правило, она комплектуется с крышкой, которая может быть металлической или стеклянной (прозрачной).

Приятного аппетита!

Немощь, дряхлость, боли во всем теле, провалы в памяти — все это фрагменты довольно печальной картины под названием «старость». А вот интересно, можно ли как-нибудь обмануть свой физиологический возраст и в старости оставаться бодрым и сильным?

Как победить возраст?

Если не хотите, чтобы ваше тело отказалось служить вам раньше времени, поддерживайте его в активном, работоспособном состоянии. Другими словами, нужно постоянно давать мышцам нагрузку. В молодости потребность в движении и постоянных физических упражнениях не столь очевидна, потому что мышцы находятся в тонусе и быстро восстанавливаются. А вот с возрастом мышечная ткань начинает ослабевать, и если к этому моменту вы не укрепили свои мышцы должным образом, они станут дряхлыми и будут плохо вас слушаться. Отсюда вывод — занимайтесь спортом! В сильном, здоровом теле все процессы идут быстрее и активнее. Метаболизм клеток усилен, следовательно, они быстрее восстанавливаются и медленнее стареют.

Слышали про силу воли? Да-да, именно она заставляет вас подниматься ежедневно в семь утра с постели, чтобы ехать на работу. А тем временем сила воли может быть полезна и в борьбе со старостью. Чтобы возраст не давал о себе знать, необходимо очень много всего делать, вот и подключите силу воли к этому занятию. Если точно знаете, что нужно обязательно пройти не менее трех километров в день и съесть одну морковь, а вам просто лень этим заниматься, то сила воли вам поможет. Поверьте, ничто так не поднимает боевой дух, как постоянное подбадривание самого себя.

Как часто вы смеетесь над собой? Не очень часто? Ну, и напрасно. Ученые доказали, что чувство юмора повышает иммунитет, помогает бороться с депрес-

сией и различными болезнями. Когда с юмором смотришь на сложившуюся ситуацию, пережить ее гораздо легче. Перестаньте себя беспрестанно пилить за то, что в жизни что-то не так, просто примите это и попробуйте посмеяться над собой. Кстати, смех — это еще и отличная тренировка для лицевой мускулатуры. Если часто смеяться, кожа дольше остается в тонусе и не обвисает.

Любите! Сила любви способна творить чудеса. Она исцеляет смертельные болезни, врачует раны, помогает найти людей без карт и компасов, повышает настроение и просто делает нас счастливыми. Если вы испытываете любовь, ваша жизнь имеет смысл. А иметь смысл в жизни, наверное, самое главное. Между прочим, занятия сексом, даже в очень почтенном возрасте, являются одной из самых полезных оздоровительных и омолаживающих процедур. Так что, если вы чувствуете силы и желание, не останавливайте себя.

Каждый возраст прекрасен по-своему. Не стоит бояться старости или взросления, ведь это естественный процесс, свойственный любому живому организму. С возрастом приходят опыт, знания и мудрость, а это, согласитесь, дорогого стоит. Любите себя, сколько бы лет вам ни было, учитесь находить в себе силы, побеждающие ваш возраст, чтобы жить и радоваться жизни.

Евгения Чернышова

Одним из признаков наступающей старости являются такие нарушения в поведении человека, о которых принято говорить: у него с головой не все в порядке. Но и с этим можно бороться. Вот конкретные советы, как улучшить работу головного мозга.

- Решайте загадки и головоломки.
- Ешьте с завязанными глазами, заткните уши во время выполнения обычных дел, прикройте глаза с закрытыми глазами.
- Находите новые способы использования обычных предметов. Например, сколько разных способов применения обычного гвоздя вы сможете придумать?
- Опровергайте свои предположения.
- Развивайте творческое мышление.
 - Всегда выходите за рамки первого «правильного» ответа, подходящего на ум.



- Транспонируйте реальность. Всегда спрашивайте себя: «А что, если?..»
- Учитесь логике. Решайте логические задачи.
- Рисуйте. Что угодно. Для этого вам не нужно быть художником.
- Занимайтесь спортом.
- Играйте в шахматы или другие настольные игры.
- Развивайте чувство юмора. Придумывайте свои шутки.
- Тренируйте наблюдательность. Например, обращайте внимание на красный цвет в течение дня или находите автомобили определенной марки в общем потоке. Придумайте тему и сосредоточьтесь на ней.
- Ведите дневник.



- Учите иностранный язык.
- Смените окружающую обстановку.
- Сделайте перестановку мебели.
- Выполняйте арифметические расчеты в уме.
- Запоминайте имена людей.
- Меняйте скорость выполнения привычных дел. Попробуйте делать что-нибудь очень медленно или очень быстро.
- Найдите время для уединения и отдыха.
- Примите обязательство постоянно учиться чему-то новому.
- Общайтесь с теми, кто вам близок по интересам.
- Читайте классику.

- Не окружайте себя одними единомышленниками. Выслушивайте людей, которые не согласны с вами.
- Говорите вслух о своих проблемах.
- Опишите какой-нибудь случай из своей жизни в мельчайших подробностях.
- Дискутируйте. Приводите аргументы. Попробуйте принять противоположную сторону тоже.
- Будьте любознательными.
- Ходите разными маршрутами.

Будьте здоровы!

Семен Альтов

Женись, не женись...

Одни говорят: не будь дураком — женись! Другие говорят: не будь дураком — не женись! Так как тут не быть дураком! Кем быть?!

Говорят: если жениться, то на женщинах. Тут выбора нет. Но на каких? Старше или младше? Если она старше тебя, то, как говорят пострадавшие, жить с ней проще. Проще, но недолго. Потому что скоро она тебе в матери начинает годиться. А потом в отцы.

Если, наоборот, она младше, а ты старше, то, по словам потерпевших, с ней лучше, но дольше. Потому что она хороша, как майская роза, и с утра до вечера цветет, а ты, как старший товарищ, все делаешь сам. Готовишь, стираешь, ешь и ждешь, когда этот бутончик распустится! Ну, так как же?! Ладно, с этим разобрались.

А что лучше: умные жены или, наоборот, красивые? Конечно, каждому мужчине приятно держать

в доме красивую женщину. Но кто себе это может позволить? Остальные ходят в гости посмотреть. Начинается необоснованная ревность, неоправданные побои, непредумышленные убийства, — словом, нервотрепка!

А умные? Иметь жену умнее себя — это на любителя. Зато с глупой сам чувствуешь себя академиком! Но это не жизнь, а сплошной симпозиум! Ладно. С этим разобрались.

Хорошо, когда она хозяйственная или, наоборот, бесхозная? С хозяйственной всегда накормлен, заштопан, выглажен, побрит. Дома полный порядок. Придаться не к чему. Значит, целыми днями ходишь, ищешь, к чему бы придаться?! Если она бесхозная, все вверх дном и два часа ищешь брюки, потом плюешь и уходишь в пиджаке. Так жить, конечно, интересней, но сколько так вытерпишь?

И если жениться, то как часто? Но иногда хочется простой человеческой ласки, а дома жена! Как быть? И, наконец, сколько надо иметь детей? У кого их нет, советуют: пять-шесть, у кого единственный, говорят: один — многовато! И почему, когда ждешь мальчика, рождается девочка, ждешь девочку — рождается мальчик? А когда вообще никого не ждешь, откуда ни возьмись — двойня! И еще. Если уж ты женился и живешь, не рыпаясь, то дарить ей цветы каждый день, чтобы к запаху их привыкла, или каждый год, чтобы от мимозы шаралась и плакала?

Если помогать ей по хозяйству, то брать на себя только мужскую часть ее работы или не мешать ей? Пусть гармонично развивается. Уступать ей во всем или только в том, что самому хочется? Сохранять ли ей верность? Если сохранять, то сколько раз? Как часто говорить ей, что она самая хорошая, самая красивая, самая единственная? Раз в неделю? Или по четвергам? Или сказать один раз, но так, чтобы на всю жизнь запомнила?

Вот так-то. И с этим разобрались! Так что выход один. Даже два! Или женись, или, в крайнем случае, не женись! А там разберемся. Ведь вся наша жизнь состоит из мелочей, на которые не стоит обращать внимания.



Комплект

По случаю взял своей косметичку английскую. Коробочка аппетитная — щелк, а там дивности всякие: кисточки, красочки, чем чего красить — не ясно, но очень хочется! Моя на шею бросилась, обняла, в ухо шепчет:

— Спасибоочки, дорогой! Но из чего, по-твоему, эту прелесть вынимать?

Что скажешь? Права! Из ее кошелки потертой такую вещицу на людях не вытащишь. Решат — своровала!

Достал сумочку из ненашей кожи. Мягкая, как новорожденный крокодил. Моя в ладошки захлопала и говорит:

— Ты считаешь возможным ходить с такой сумочкой и косметичкой в этих лохмотьях? — И остатки платья на себе в слезах рвет.

Что скажешь? Стерва права. Ради жены чего только не прошибешь лбом. Приволок платье французское, все из лунного серебра. Нырнула она в него, а вынырнула незнакомая женщина. Я встал, место ей уступил.

И вот она вся в этом платье, достает из кожаной сумочки косметичку и заявляет:

— Пардон, месье считает, что это гармонирует с драными шлепанцами? Тебе же будет стыдно ходить рядом со мной! Я тебя опозорю!

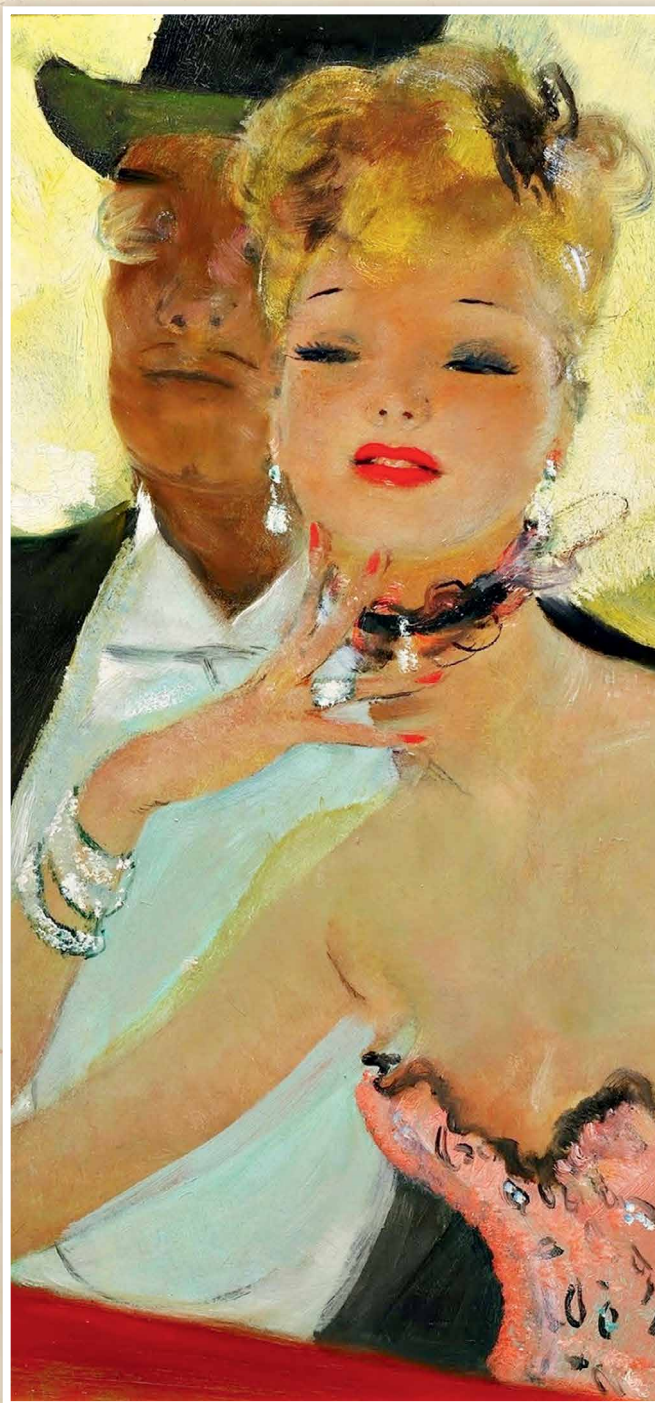
Что говорить? С француженкой не поспоришь! Пошел туда, не знаю куда, принес то, не знаю что. Надела — ей в самый раз! Ножка в туфельке — не узнать! Будто ноги купила новые! Платье надела, личико перекрасила.

— Ну как?

А у меня язык отнялся и прочие органы. Неужели мне, простому смертному, довелось все эти годы жить с королевой?

Она тушью реснички свои наострила, из-под них синим глазом стрельнула. Щечки в краску вогнала, губки алые обвела, встала рядом у зеркала, и понял я, что один из нас лишний! Короче, в этих туфлях, платье, с косметичкой в сумочке, тут же ее у меня увели.

Мужики, послушайте пострадавшего! Если вы свою любите, ничего ей не покупайте! В том, что есть, она никому, кроме вас, не нужна. Если хотите избавиться — другой разговор!



СТРАНА *и* МЫ *вместе*

Социальный информационно-аналитический журнал

Издатель — Центр духовного и физического оздоровления общества «Партнерство»

Главный редактор — **Марал Казакова**

Заместитель главного редактора — **Надежда Протасова**

Фото на обложке: веселая семья Зарецких на Марафоне талантов московских семей-2016

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

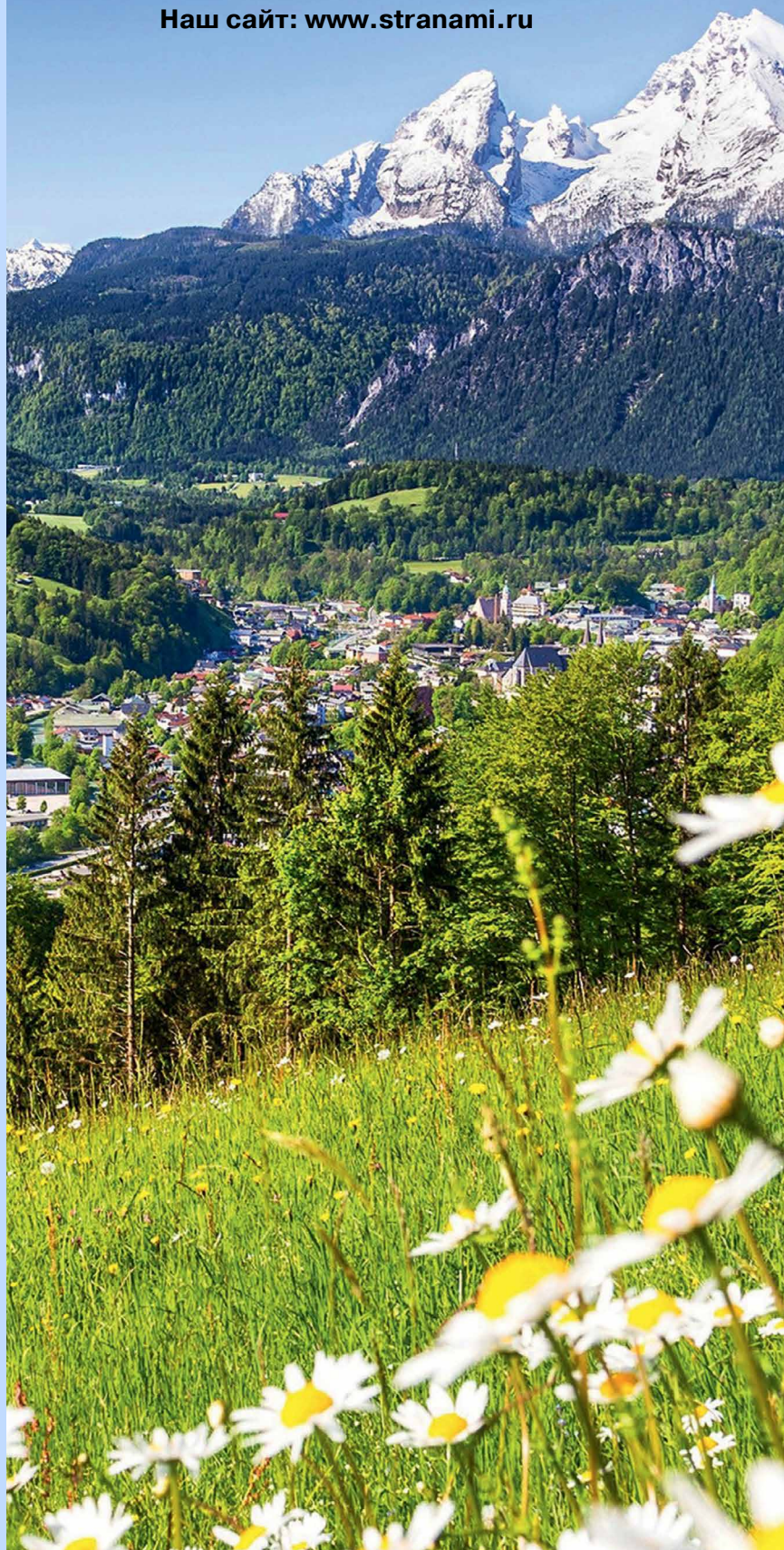
Номер подготовлен при поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям

Тираж 3000 экз.

**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





РАВНЫЕ ПРАВА — РАВНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ

**Производство и продажа инвалидных кресел-колясок,
проведение реабилитационных сборов
для инвалидов-колясочников**



127560, Россия, Москва, ул. Конёнкова, дом 14

Телефоны:

(499) 205-06-40

(499) 205-30-23

(499) 207-55-90

www.katarzyna.ru

info@katarzyna.ru