

ВЕСНА №1/2017

За физическое и духовное оздоровление нации

# СТРАНА <sup>и</sup> МЫ *вместе*

0+ Социальный информационно-аналитический журнал







И. Левитан  
«Весна в Италии»



## СОДЕРЖАНИЕ

### КОНВЕНЦИИ О ПРАВАХ ИНВАЛИДОВ — 10 ЛЕТ

За право на активную жизнь 2

### ОБРАЗОВАНИЕ

Ограничения и возможности 8

Комментарий законодателя 12

Две истории преодоления и успеха 14

### ДОСТУПНАЯ СРЕДА

Лик на кончиках пальцев 16

Город с завязанными глазами 20

Непростое путешествие 48

### ОПЫТ ОБЩЕСТВЕННОЙ ИНИЦИАТИВЫ

Клуб большой политики 18

### РЕАБИЛИТАЦИЯ

Жизнь в танце 24

Лечение лошастью 30

Яркая терапия для солнечных детей 36

### ГЕРОИЧЕСКАЯ ДАТА

Юная защитница Ленинграда 42

### СУДЬБЫ ЛЮДСКИЕ

Другие так не могут! 52

### ИСТОРИЯ

Сословная благотворительность 58

### ЛИТЕРАТУРНАЯ ГОСТИНАЯ

62

### ЭКОЛОГИЯ ДУШИ

На консультации у психолога 66

### ЧУДОТВОРНАЯ

Икона богородицы «Державная» 70

### СВЯТЫНИ РОССИИ

Валаам: остров преображения 72

### ОКНО В МИР

Тайна озера Бросно 75

### КАК У НИХ

Пасха великая и разная 78

### КОМПЬЮТЕРНАЯ ГРАМОТНОСТЬ

Российские пенсионеры уже в YouTube 80

### ЗДОРОВЬЕ

Очаровательные глазки, очаровали вы меня... 82

### ХОЗЯЮШКА

Готовимся к пасхе 84

### ЛЮБИМОЕ ИЗ ПРОЧИТАННОГО

М. Зощенко «Плохой обычай» 86



2



24



30



72

Региональная общественная организация людей с инвалидностью (РООИ) «Перспектива» является одной из ведущих общественных организаций России, отстаивающих права людей с инвалидностью. Вот уже 20 лет она активно работает над созданием в нашей стране условий для инклюзивного общества, в котором человек с инвалидностью может вести полноценную жизнь.

Одним из основных направлений своей деятельности РООИ «Перспектива» считает реализацию статей Конвенции о правах людей с инвалидностью на всей территории России: прежде всего это — защита и помощь в соблюдении прав людей с инвалидностью, борьба со стереотипами и барьерами, которые мешают созданию инклюзивного общества.

## ЗА ПРАВО НА АКТИВНУЮ ЖИЗНЬ





Десять лет назад Конвенция о правах инвалидов была одобрена Генеральной Ассамблеей ООН. К сегодняшнему дню положения этого документа приняли уже более 170 государств, в том числе Россия, которая ратифицировала Конвенцию в 2012 году.

Тем самым наша страна взяла на себя обязательства обеспечить полноценное участие людей с инвалидностью в гражданской, политической, экономической и социально-культурной жизни общества и добиться того, чтобы они смогли реализовать свои возможности. Надо отметить, что принятие Россией Конвенции о правах инвалидов стало одним из ключевых факторов реального разворота российской политики в сторону улучшения жизни инвалидов.

— «Перспектива» напрямую реализует статьи Конвенции, оказывая юридическую помощь людям с инвалидностью и членам их семей, поддерживая их в трудоустройстве и получении доступа к инклюзивному образованию, — рассказывает руководитель РООИ «Перспектива» Денис Роза. — Мы работаем для того, чтобы слова, написанные в Конвенции о правах людей с инвалидностью, стали делом. Большинство наших сотрудников имеют инвалидность и на собственном опыте знакомы с проблемами, с которыми сталкиваются люди с инвалидностью и члены их семей. Но они являются профессионалами в своем деле, занимаются координацией, управлением и реализацией крупных межрегиональных проектов, работой с прессой и грантодателями, выступают на российских и международных конференциях, то есть все они социализированы, успешно работают сами и помогают другим стать активными членами общества.

Еще не так давно проблемы людей с инвалидностью были скрыты от большинства населения. Имели место случаи дискриминации по признаку инвалидности. В 2016 году юристы «Перспективы» помогли консультациями почти тысяче человек, дали старт кампании «Стоп-дискриминация», в которой участвуют девять региональных партнеров и еще три организации.

Все страны, подписавшие Конвенцию о правах инвалидов, сталкиваются с проблемами. Важнейшая из них — инклюзивное образование. В юбилейный для международного соглашения год отдел инклюзивного образования РООИ «Перспектива» провел «Уроки доброты», в которых приняли участие более четырех тысяч детей из Москвы и Московской области. Наши специалисты способствовали открытию ресурсных комнат в девяти школах, а также оказали активную помощь в организации III Всероссийского конкурса на лучшую инклюзивную школу, участниками этого мероприятия стали 95 учебных заведений из 56 субъектов РФ.

Благодаря реализации Конвенции многие школы и вузы становятся доступными для людей с инвалидно-



Руководитель РООИ «Перспектива» Денис Роза

стью. В Москве начали действовать ресурсные центры, специалисты которых консультируют школы по вопросам поддержки детей с особыми образовательными потребностями.

— Мы видим много положительных изменений в сфере инклюзивного образования. Это пока происходит не везде, но предоставление людям с инвалидностью возможности обучаться — одна из задач Министерства образования и науки Российской Федерации, поэтому данное направление будет развиваться, — считает Денис Роза. — Также действуют государственные программы, в соответствии с которыми в вузах создаются условия для получения выс-







шего образования людям с инвалидностью. Это нас, конечно же, очень радует.

Воплощая в жизнь статью Конвенции о востребованности людей с инвалидностью, отдел по трудо-

#### СПРАВКА

Конвенция о правах инвалидов — это официальный перечень мер, направленных на достижение инвалидами равенства в соответствии с законом. Договор является основной движущей силой процесса глобальной интеграции людей с ограниченными физическими возможностями в общество. Положения Конвенции охватывают сферы благотворительности, медицинского обслуживания и социальной защиты. Документ призывает рассматривать инвалидов исключительно как полноправных членов общества, наделенных всеми свободами. Конвенция о правах инвалидов — первое соглашение по правам человека, принятое в третьем тысячелетии. Соблюдение требований Конвенции контролируется международным Комитетом по правам инвалидов.

устройству «Перспективы» в 2016 году помог найти работу более чем 150 специалистам и дал возможность пройти стажировку более 35 гражданам с ограничениями жизнедеятельности.

— Мы рады, что появился интерес к теме инклюзивного трудоустройства, — отмечает Денис Роза. — Мы видим большой всплеск активности со стороны компаний, представителей бизнеса в отношении трудоустройства людей с инвалидностью. Это говорит о том, что в обществе происходят изменения, и мы это чувствуем.

Реализуя пункты Конвенции о праве на социально-культурную вовлеченность в жизнь общества, специалисты РООИ «Перспектива» в 2016 году организовали поездку в Лондон, в известный инклюзивный театр Chickenshed, а позже помогли внедрить идеи инклюзивного театра в Москве — молодежная «Театральная перспектива» состоялась на амбициозной столичной площадке «Гоголь-центр». Самое важное достижение для отдела универсального дизайна в прошлом году — это проведение уже второго всероссийского конкурса «Универсальный дизайн». Его участниками стали более 160 студентов-архитекторов и дизайнеров из почти 20 городов. Спортивный отдел организации провел парафестивали для 2,5 тысячи школьников из пяти регионов. Благодаря web-школе



«Перспективы» в 2016 году прошли 47 вебинаров, в которых было задействовано почти 8 тысяч человек из 264 населенных пунктов России и стран СНГ.

Пожалуй, самым крупным культурным событием, организованным РООИ «Перспектива» в прошедшем году, стал VIII кинофестиваль «Кино без барьеров». Пять тысяч зрителей увидели 72 фильма о жизни людей с инвалидностью. На кинофестивале были представлены киноработы из 20 стран мира, а специальным гостем мероприятия стал Ар Джей Митт — звезда сериала «Во все тяжкие».

— Правительство Москвы поддержало нас, предоставив бесплатные рекламные площади: мы смогли активно анонсировать наш фестиваль, — рассказывает руководитель РООИ «Перспектива». — Это еще раз подтверждает, что город меняется, становится доступным и открытым для людей с инвалидностью. Наш фестиваль посетили 5 тысяч человек — это знак того, что общество реально меняется! Ведь к нам приходят не только инвалиды — эта тема сегодня интересна многим.

Сегодня важно развивать как инклюзию, так и активную социализацию. Ведь люди с инвалидностью

всегда нуждаются в серьезной поддержке не только со стороны государства, но и тех людей, которые выступают совместно с некоммерческими организациями в защиту их прав и законных интересов. Представители РООИ «Перспектива» добиваются того, что на базе Конвенции в лучшую сторону меняется законодательство и правоприменительная практика по отношению к этой категории граждан.

— То, что Конвенция принята на международном уровне, — крайне важно! Документ был подготовлен при активной помощи лиц с инвалидностью. Уважаемые люди из разных стран, являющиеся лидерами во многих областях, в течение долгих лет участвовали в создании Конвенции — это сделало документ по-настоящему передовым, — подчеркнула Денис Роза. — Ратификация Конвенции сместила приоритеты: стало появляться финансирование. Конечно, где-то на местах не всегда хватает средств, но лет 15–20 назад о людях с инвалидностью почти не думали. Поэтому нужно продолжать двигаться вперед, чтобы соответствовать всем статьям этого исторического документа.





## КОНВЕНЦИЯ В ДАТАХ

Текст документа был принят Генеральной Ассамблеей Организации Объединенных Наций 13 декабря 2006 г. и был открыт для подписания 30 марта 2007 г. После ратификации договора двадцатью странами, 3 мая 2008 г. Конвенция о правах инвалидов вступила в силу. По состоянию на декабрь 2016 г. она принята 171 государством и Европейским союзом, ратифицировавшим Соглашение 23 декабря 2010 г.

В декабре 2012 г. после голосования в сенате США Конвенция не была принята — для необходимых двух третей голосов «за» ей не хватило шести подписей. Ближайший сосед России, Белоруссия, ратифицировала Конвенцию совсем недавно — 18 октября 2016 г.

## ЧТО КОНВЕНЦИЯ О ПРАВАХ ИНВАЛИДОВ ДАЕТ ГОСУДАРСТВУ?

Конвенция вооружает властные органы проверенным и эффективным методом системного подхода, включающим формирование законодательного и нормативного поля для защиты прав лиц с ограниченными

возможностями здоровья. Документ предусматривает также пропаганду правильного отношения к проблемам людей с инвалидностью со стороны общества. Конвенцию можно разделить на две группы положений — права человека без инвалидности применительно к человеку с инвалидностью и права людей с инвалидностью.

## КАКИЕ ЗАКОНЫ ЗАЩИЩАЛИ ПРАВА ЛЮДЕЙ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ В РФ ДО ПРИНЯТИЯ КОНВЕНЦИИ?

В 1995 году был принят Федеральный закон от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации». К сожалению, он не был подкреплён финансированием, и его принципы в полной мере не осуществились. В 2015 году появился Федеральный закон от 02.05.2015 № 122-ФЗ «О внесении изменений в Трудовой кодекс Российской Федерации...», опирающийся на идею разработки социальных стандартов для регионов. Но, кроме монетизации льгот, его положения также не были реализованы. Таким образом, в стране назрела необходимость привести взаимоотношения общества и людей с инвалидностью к единому качественному стандарту. И 3 мая 2012 года Президент РФ подписал Федеральный закон № 46-ФЗ «О ратификации Конвенции о правах инвалидов».

## Закон о ремонте технических средств реабилитации инвалидов

**Президент России Владимир Путин 7 марта 2017 года подписал закон, по которому ремонт технических средств реабилитации инвалидов будет происходить вне очереди, бесплатно или на льготных условиях.**



Документ уточняет статью 28 Федерального закона «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации».

«Ремонт технических средств реабилитации инвалидов производится вне очереди с освобождением от оплаты или на льготных условиях, — говорится в правовом акте. — Порядок предоставления услуг по ремонту технических средств реабилитации инвалидов определяется Правительством Российской Федерации».

В федеральном перечне к техническим средствам реабилитации относят трости, костыли и поручни, кресла-коляски с ручным и электроприводом, протезы и ортезы, ортопедическую обувь, противопролежневые матрасы и подушки, приспособления для одевания, раздевания и захвата предметов, специальную одежду и устройство для чтения «говорящих книг», медицинские термометры, слуховые аппараты, телевизоры с телетекстом, голообразующие аппараты, моче/калоприемники, а также кресла-стулья с санитарным оснащением и собак-поводырей.





**Михаил Терентьев, председатель  
Всероссийского общества  
инвалидов, заместитель  
председателя Комитета Госдумы  
по труду, социальной политике  
и делам ветеранов:**

— Конвенция ООН о правах инвалидов, принятая резолюцией 61/106 Генеральной Ассамблеи в декабре 2006 года, вступившая в силу в мае 2008 года и закрепляющая основные права и свободы личности по отношению к людям с инвалидностью, — первый всеобъемлющий договор в области прав человека XXI столетия. Конвенция знаменует собой смену парадигмы в том, что касается отношения и подходов к инвалидам. Новые подходы направлены на широкое межведомственное взаимодействие по устранению барьеров в обществе для интеграции инвалидов.

Сегодня мы продолжаем воплощать необходимые условия и реализовывать инициативы для обеспечения комфортной и безбарьерной жизни людей с ограниченными возможностями здоровья. В Российской Федерации в последнее время всё больше внимания уделяется решению проблем инвалидов и инвалидности. По-настоящему переломным событием в отношении к инвалидам, которое привело к глобальным переменам в восприятии обществом людей с ограниченными возможностями здоровья, стало подписание 3 мая 2012 года президентом России Федерального закона № 46-ФЗ «О ратификации Конвенции о правах инвалидов».

Значение ратификации Россией в 2012 году Конвенции о правах инвалидов трудно переоценить. Оно очень важно как для людей с инвалидностью, так и для становления развитого во всех отношениях общества России в целом. За прошедшие с момента ратификации Конвенции годы Всероссийским обществом инвалидов (ВОИ) было решено большое количество задач в сфере обеспечения равной и доступной среды, поддержаны и внедрены ключевые инициативы для последующего планомерного и системного преодоления проблем людей с инвалидностью, оказана поддержка всесторонней интеграции инвалидов России в современное общество. Мы активно занимаемся вопросами обеспечения трудоустройства инвалидов, вовлечения людей с инвалидностью в культурную и спортивную сферы, поддерживаем права инвалидов на получение образования и необходимого медицинского обеспечения.

Реализация необходимых прав и возможностей инвалидов зачастую невозможна без юридического обоснования и их описания в законодательстве РФ. ВОИ методично добивается приведения российского законодательства в соответствие с нормами Конвенции. В результате проведенной работы касательно вопросов и проблем людей с инвалидностью позиция



ВОИ нашла отражение во вступивших в силу законодательных документах:

— ФЗ от 01.12.2014 № 419-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам социальной защиты инвалидов в связи с ратификацией Конвенции Организации Объединенных Наций «О правах инвалидов»;

— ФЗ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». ВОИ планомерно добивалось отражения в данном законе норм Конвенции о правах инвалидов, законодательной регламентации организации обучения детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, уточнения правового статуса центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи;

— ФЗ от 28.12.2013 № 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания граждан». Его подписание во многом явилось итогом усилий ВОИ по совершенствованию системы социальных служб для инвалидов и их социального обслуживания, признанию права некоммерческих организаций быть полноправными поставщиками государственных социальных услуг;

— в государственной программе «Доступная среда на 2011–2015 годы» и инициировании ее продления до 2020 года;

— в подзаконных актах в целях совершенствования реализации норм ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» от 24.11.1995 № 181-ФЗ;

— в Приказе Минздрава России от 13.02.2013 № 66 «Об утверждении Стратегии лекарственного обеспечения населения Российской Федерации на период до 2025 года и плана ее реализации» и других.

На будущие годы мы ставим перед собой множество целей и задач для продолжения последовательной работы и поддержки людей с инвалидностью в России на пути решения их ключевых проблем во всех сферах современной жизни.



# ОГРАНИЧЕНИЯ И ВОЗМОЖНОСТИ

## КАКУЮ ПРОФЕССИЮ ВЫБРАТЬ ЧЕЛОВЕКУ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И КАК ЕЕ ПОЛУЧИТЬ?

Выбрать профессию и учебное заведение, в котором ее получать, — не просто, особенно если человек имеет физические ограничения. Юлия Кулешова, инвалид с детства, прошедшая этот путь, делится своим опытом.

**Н**а мой взгляд, определение своего профессионального пути лучше начать с выбора специальности. Какая профессия подходит человеку с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)? Та, которая доступна с учетом физических ограничений и при том востребована на рынке труда.

Сегодня актуальны профессии в сфере информационных технологий. Они подойдут людям с ограни-

чениями двигательных функций, так как позволяют работать удаленно. К ним относятся такие специальности, как программист, новостной менеджер, переводчик текстов, копирайтер, бухгалтер, провизор, социолог, специалист по рекламе, финансовый аналитик.

Слабослышащим и не слышащим, по понятным причинам, лучше выбирать направления, не требующие







четкой дикции, такие как веб-дизайнер, делопроизводитель, закройщик, сурдопереводчик, инженер-проектировщик, оператор связи, сборщик ПК.

Слабовидящие и невидящие востребованы в области интеллектуального труда — их приглашают на вакансии юристов, психологов, педагогов, музыкальных руководителей, телемаркетологов. В последнее время стали популярными невидящие массажисты, поскольку отсутствие зрения повышает тактильную чувствительность рук. Салоны красоты при наличии двух кандидатов в массажисты — здорового и инвалида по зрению — часто выбирают второго.

Людей с ментальной инвалидностью ценят в прикладном искусстве, ремесленных мастерских, в области ландшафтного дизайна и садоводства, на различных производствах — швейном, обувном, токарном, пекарном. Помимо этого, «ментальников» берут на работу лифтерами и гардеробщиками.

Когда специальность выбрана, встает вопрос: где и как ее получать? Выбирая учреждение для профобразования, важно учитывать предыдущий опыт обучения и степень ваших ограничений, ведь именно от этого зависит, нужна ли вам в специализированном образовании.

Если ограничения здоровья серьезные и школьное образование было получено на дому или в спецучреждении, то в первую очередь обращайтесь внимание, насколько выбранное учреждение и форма обучения соотносятся с вашими возможностями, доступны ли они вам.

Но если острой нужды в специальных условиях (таких как пандусы, лифты, сурдоперевод лекций, аудиоучебники и т.п.) нет, то идти в вуз/суз для инвалидов не обязательно. Достаточно обговорить с администрацией выбранного учреждения нюансы, связанные с вашим обучением. К слову сказать, два своих высших образования я получала в обычных вузах. Из-за болезни мне тяжело писать, поэтому при поступлении я просила

разрешения сдавать экзамены в устной форме, и оба раза мне шли навстречу.

В связи с этим встает вопрос: имеет ли право администрация учебного заведения отказать в приеме абитуриенту-инвалиду? В большинстве случаев не имеет, поскольку закон нашей страны гарантирует каждому равные права на обучение. Но, как и в любом законе, здесь существуют подводные камни. Так, отказ в приеме будет обоснованным, если у вас в ИПР прописаны рекомендации по созданию специальных условий обучения, а в учреждении, выбранном вами, таких условий нет, или же если вы учились в школе по специализированной (адаптированной) программе. В этих случаях для дальнейшего обучения придется выбрать специализированную организацию.

Следующий вопрос, который предстоит решить: какое образование выбрать — высшее или среднее специальное? Это тоже зависит от ваших потребностей и возможностей. Есть три варианта получения специального образования.

Можно окончить 9 классов школы и пойти в колледж. В этом случае вы получите профессиональное образование в короткие сроки. В процессе учебы вы сможете понять, подходят ли вам выбранная специальность и форма обучения, что поможет лучше сориентироваться при дальнейшем поступлении в вуз. Сроки обучения в вузе после окончания колледжа сокращаются, поскольку зачисление происходит сразу на третий курс, поэтому общий период обучения будет примерно равен сроку обучения в вузе с первого курса. Но вы за это время получите два диплома (суза и вуза). Если же вдруг что-то пойдет не так, то с первого курса суза можно вернуться в школу и доучиться там до 11-го класса. Это позволено действующим законом, причем неважно, вернетесь ли вы в прежнюю школу или перейдете в новую. К тому же поступление в суз после 9-го класса является единственной возможностью избежать сдачи ЕГЭ.

Второй вариант — поступление в высшее учебное заведение после 11-го класса — подойдет тем, кто уверен в своих силах и хочет получить больше знаний, ведь качество преподавания дисциплин на первом и втором курсах вуза на порядок выше, чем в сузе, но и спрос строже, сложнее сдавать экзамены, выше конкурс при поступлении. Это хороший вариант для тех, кому нужно дополнительное время на выбор профессии и дольше хочется оставаться в школе.

Если здоровье не позволяет выдержать больших нагрузок и учиться длительное время, можно после 11-го класса пойти в суз. В этом случае на профобразование уйдет всего лишь 1,5-3 года, но при трудоустройстве вы не сможете выдержать конкуренции с выпускниками вузов. Конечно, окончив суз после 11-го класса, также можно поступить в высшее учебное заведение, но при этом на обучение придется потратить на 2-3 года больше, чем в предыдущих двух вариантах.

Еще один важный вопрос: какая форма обучения больше подходит для людей с ОВЗ? Как и в случае выбора между специализированным и обычным учебным заведением, выбор формы обучения зависит от физических возможностей будущего студента. Сей-

час большинство людей с инвалидностью стремятся выбирать для обучения дистанционную или очно-заочную формы, чтобы минимизировать свое очное присутствие на занятиях, но у этих форм обучения, впрочем, как и у остальных, есть не только «плюсы», но и «минусы». На мой взгляд, чтобы выбрать форму обучения, подходящую именно вам, нужно сравнить все «за» и «против» и соотнести их с собственными возможностями. В настоящее время существуют четыре основных формы обучения. Давайте рассмотрим их подробнее.

Так, очная форма поможет человеку с ОВЗ быстро социализироваться в обществе и «втянуться» в специальность. Она дает возможность жить полноценной студенческой жизнью: общаться с группой студентов, задавать вопросы преподавателям, выступать с докладами на семинарах и конференциях, участвовать в конкурсах и творческих вечерах. Есть возможность воспользоваться «квотой инвалида» и поступить на бюджетное отделение. При успешном обучении студентам начисляют стипендию. Предоставляются базы для прохождения практики, многие вузы/сузы оказывают содействие выпускникам в трудоустройстве.





Существенным минусом является необходимость ежедневно присутствовать на занятиях, где придется усваивать и конспектировать большой объем информации, «промежуточные» контрольные и зачеты придется сдавать даже не в период сессии, а на сессионных экзаменах, спрос преподавателей будет гораздо строже, чем со студентов иных форм обучения.

Дистанционная форма обучения, как известно, позволяет осваивать профессию, не выходя из дома, что открывает возможность обучения в другом городе или даже стране, можно самостоятельно выбирать время для занятий, некоторые лекции и семинары проходят в формате онлайн, то есть студент «присутствует» на них через «скайп» в реальном времени, промежуточные контрольные работы сдаются тоже дистанционно, что позволяет меньше волноваться и при необходимости «списывать».

Но вместе с тем студент теряет возможность очного контакта с группой и преподавателями, оторван от студенческой жизни; стипендия не выплачивается; во многих вузах\сузах «инвалидная квота» на дистанционную форму не распространяется и обучение проводится только на платной основе, не предоставляются базы для прохождения практики, и студент вынужден искать их сам.

Заочная (классическая) форма, как и дистанционная, позволяет поступить в вуз или суз другого города при условии очного присутствия на сессии, и дает возможность обучаться в любое удобное время. Промежуточные контрольные при этой форме обучения полностью отсутствуют, сдаются только семестровые экзамены в период сессии, причем предъявляемые на них требования в целом ниже, чем к студентам других форм обучения.

К негативным сторонам заочной формы относится то, что возможность участия в студенческой жизни утрачивается, контакт с группой и преподавателями доступен только в период сессии, стипендия не выплачивается, не все учебные учреждения предоставляют базы для практики «заочникам», «инвалидная квота» также действует не везде. Особое внимание абитуриентам с ОВЗ стоит обратить на то, что в период «установочных лекций» студенты-заочники испытывают большие нагрузки.

Очно-заочная (вечерняя) форма обучения является промежуточным вариантом между очной и заочной формами. Количество очных часов на ней сокращено вдвое, сохраняется возможность общения с группой и преподавателями, но участие в студенческих мероприятиях, таких как творческие вечера и праздники, возможно не всегда; контрольные есть, но их количество и предъявляемые на них требования меньше по сравнению с очной формой.

Обучение по очно-заочной форме проходит два-три раза в неделю в вечернее время и/или в выходные дни, что будет удобно не всем, помимо этого, как и при заочной форме, не выплачивается стипендия, не предоставляются базы для практики, «инвалидная квота» также действует не везде. Дополнительным фактором, усложняющим процесс обучения, является то, что большое количество теории преподносится в сжатые сроки, что тоже приводит к большой перегрузке студентов во время очных занятий.

Помимо вышеперечисленных форм обучения, студенты с инвалидностью могут получить профессиональное образование в интернатах. Самый крупный из них — Московский институт-интернат для инвалидов, хотя подобные интернаты есть и в других городах — Санкт-Петербурге, Новосибирске, Челябинске, Курске, Владимире, Иванове, Туле.

Полный список специализированных профессиональных заведений для инвалидов с адресами и телефонами можно найти в Интернете, на портале для инвалидов <http://www.inva-life.ru/>, в разделе «Полезные ресурсы».

### **Если возник вопрос о получении профобразования для человека с ОВЗ, его можно задать в следующих организациях:**

- справочной службе Министерства труда и социальной защиты РФ: +7 (495) 606 00 60;
  - справочной Министерства образования и науки РФ: +7 (495) 539 55 19;
  - справочной Всероссийского общества инвалидов: +7 (495) 935 00 12, +7 (495) 935 00 13;
  - в Управлении образования и социальной защиты вашего города, а также в краевых и региональных общественных организациях инвалидов.
- На вопросы о правомерности отказа в поступлении инвалида в вуз\суз могут ответить юристы РООИ «Перспектива»: +7 (495) 725 39 82, и сайта для людей с ОВЗ «Двери в мир»: +7 (499) 703 14 91.

Ну и, конечно, не стоит забывать о ресурсах Интернета, ведь при необходимости там можно найти как общую информацию о поступлении инвалидов в вуз/суз, так и адреса и телефоны конкретного учебного учреждения.

А мне остается пожелать вам удачного выбора и взвешенных решений, ведь если удастся найти грань между тем, чего желаешь, и тем, что позволяют возможности, то все обязательно получится!



# КОММЕНТАРИЙ ЗАКОНОДАТЕЛЯ



*Депутат Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации, заместитель председателя Комитета Государственной Думы по информационной политике, информационным технологиям и связи В.А. Крупеников*

**Р**атификация Российской Федерацией в мае 2012 года Конвенции о правах инвалидов придала мощный импульс развитию всех сфер жизнедеятельности инвалидного сообщества.

Согласно данному документу государство должно принимать по отношению к инвалидам все необходимые меры, обеспечивающие им равные с другими лицами условия для реализации прав человека без какой бы то ни было дискриминации. Это, безусловно, относится и к образованию.

Вместе с тем выбор учебного учреждения, будущей специальности, а также формы обучения неразрывно связан с ограничениями состояния здоровья каждого конкретного инвалида.

Безусловно, наиболее эффективным, качественным и востребованным в дальнейшей жизни является очное образование. Именно эта форма обучения позволяет овладеть самыми главными и базовыми навыками: навыками обучения. Говоря другими словами, главная

цель качественного очного образования — это научить человека учиться. Привить ему комплекс навыков, позволяющих находить, обрабатывать, анализировать, систематизировать и запоминать необходимую информацию, видеть и понимать существующие взаимосвязи, структуру приобретаемых знаний.

Если навыки правильной и системной работы сформированы, то через определенное время будет наработана необходимая база профессиональных знаний и умений, которая станет гарантом дальнейшего успешного обучения.

И вот на данном этапе вполне приемлемой и эффективной формой образования становится дистанционное обучение.

У такой формы обучения имеется ряд существенных преимуществ, главными из которых являются доступность и широта выбора.

Сегодня в форме дистанционного обучения можно приобрести самые различные профессиональные



навыки, которые позволят стать конкурентоспособными на рынке труда.

В свою очередь, действующее российское законодательство предоставляет гражданам новые возможности дистанционной работы.

Соответствующие поправки внесены в Трудовой кодекс Российской Федерации и закон «Об электронной подписи». Так, в Трудовом кодексе появилось определение удаленной работы. Согласно документу это трудовая деятельность, при выполнении которой сотрудник организации находится вне стационарного рабочего места, контролируемого работодателем или его представителями. При этом связь между подчиненным и начальником осуществляется с помощью коммуникационных сетей общего пользования, включая Интернет.

Теперь трудовые отношения между дистанционным работником и работодателем подлежат обязательному оформлению. Документ предполагает, что «дистанционник» в праве самостоятельно устанавливать режим рабочего времени и отдыха, а трудовой договор и дополнительные соглашения могут заключаться при помощи обмена электронными документами.

Напомним, данный способ работы получил в настоящее время широкое распространение, особенно среди тех специалистов, чье присутствие на рабочем месте необязательно. В первую очередь, это представители так называемых «свободных профессий»: программисты, переводчики, дизайнеры, журналисты, а также те, кто не имеет возможности находиться в офисе или на производстве — люди с ограниченными возможностями здоровья или матери, занятые уходом за детьми.

Принятый закон значительно усилит позиции дистанционных работников. Они получают право на пенсию, а также медицинскую страховку и гарантию на отдых. Если права «дистанционников» будут нарушены, их возьмет под защиту трудовая инспекция. В перспективе закон позволит построить современную и цивилизованную систему трудовых отношений между работодателями и дистанционными работниками.

Прелести «удаленки» давно оценили во всем цивилизованном мире. Если в конце 90-х — начале 2000-х годов в США и ЕС дистанционно работали примерно 30 млн человек, то сегодня, по разным оценкам, количество таких специалистов достигает 55–60 млн человек.

Законодательно оформленная организация дистанционного труда будет способствовать решению ряда важных социальных проблем, в том числе трудоустройства инвалидов.

Региональная общественная организация инвалидов «Стратегия», председателем правления которой являюсь, была создана в Москве в 2000 году группой единомышленников.

Одним из направлений деятельности РООИ «Стратегия» стало оказание помощи в получении образования, профессиональной подготовки и трудоустройства инвалидам с учётом специфики заболевания, в том числе посредством создания компьютерных центров, использования интернет-технологий и возможностей дистанционного образования.

Нашей общественной организацией совместно с преподавателями факультета вычислительной математики и кибернетики (ВМиК) Московского государственного университета имени М.В. Ломоносова был разработан и применяется ряд новых технологий и методик дистанционного обучения инвалидов. Научное руководство этим направлением осуществляется заместителем декана факультета ВМиК МГУ имени М.В. Ломоносова, заведующим лабораторией открытых информационных технологий профессором В.А. Сухомлиным.

РООИ «Стратегия» провела 6 Международных олимпиад по IT-технологиям среди людей с ограниченными возможностями здоровья, в которых приняло участие более тысячи человек из России и ближнего зарубежья. Только за последние 5 лет в программе дистанционного обучения РООИ «Стратегия» приняли участие более 600 человек.

Дистанционное образование — крайне удобная форма дополнительного образования. Программы дистанционного обучения являются прикладными и имеют разные уровни сложности, позволяющие обучающимся овладевать знаниями как начального уровня, так и последующих уровней сложности. Кроме того, дистанционное обучение, являющееся дополнительным образованием, охватывает те области знаний, которые не входят в основные образовательные программы. Это позволяет обучающимся овладевать практическими навыками и способствует их дальнейшему трудоустройству.

РООИ «Стратегия» проводит дистанционное обучение по таким направлениям, как веб-дизайн, компьютерная графика, офисные технологии, платформа 1С Предприятие, информационные технологии.

На сегодняшний день на образовательном портале <http://obrazozovanie.ooi.ru> размещено 32 электронных курса и 14 видеокурсов по указанным направлениям.

Все курсы РООИ «Стратегия» являются сугубо прикладными и бесплатными.

Наша организация имеет возможность предложить различные формы обучения — дистанционную, очную и очно-заочную.

Наличие оборудованных учебных помещений, расположенных по адресу: Москва, ул. Автозаводская, 17, корп. 4, позволяет проводить очные курсы численностью до 40 человек одновременно.

Вот уже много лет РООИ «Стратегия» занимается дистанционным обучением инвалидов современным информационным технологиям. За эти годы бесплатные курсы смогли окончить несколько сотен людей с ограниченными физическими возможностями.

## ДВЕ ИСТОРИИ ПРЕОДОЛЕНИЯ И УСПЕХА



Олег Мелкумов — молодой инвалид-колясочник с весьма непростой судьбой. Он окончил школу и политехнический колледж в подмосковном Щелкове, работал, занимался спортом, поступил в Открытый университет, строил планы на будущее. Жизнь шла своим чередом, пока не случилась тяжелая травма шейного отдела позвоночника, в результате которой он полностью утратил способность передвигаться. Даже руки слушались его с огромным трудом. Потом было все как у всех, кому, казалось бы, подобная травма перечеркнула жизнь: длительная реабилитация, работа над собой, тренировки, преодоление... Олег справился. Более того, вся его дальнейшая жизнь стала непрерывным учебным процессом. Приходилось заново учиться есть, обслуживать себя, выполнять элементарные движения руками, заново заставлять организм совершать действия, которые ранее не представляли труда. После перерыва Олег продолжил обучение в Открытом университете по сложной технической специальности «Энергоснабжение» и успешно окончил его.

В 2010 году Олег узнал о бесплатных дистанционных курсах РООИ «Стратегия».

Незадолго для этого он включился в работу по созданию «с нуля» информационного интернет-портала INVA.TV. Эта работа требовала глубоких знаний в области программирования и компьютерного дизайна. И тут курсы РООИ «Стратегия» пришлось как нельзя кстати. За несколько лет Олег прошел обучение на полутора десятках курсов всех уровней сложности. Компьютерная графика, веб-дизайн, сайтостроение, архитектура компьютерных сетей, социальные технологии. На курсах он изучал практически все, что могло ему помочь в работе, ставшей для него одной из важнейших жизненных опор. Новые языки программирования, маркетинг социальных сетей... Знания, полученные на курсах компьютерной графики, стали для него не только важным подспорьем в работе, но и превратились в насто-



ящее хобби, где он продолжает совершенствоваться в навыках векторной и растровой графики.

Можно сказать, что курсы РООИ «Стратегия» сыграли в жизни Олега определяющую роль. С их помощью он не только смог получить работу по администрированию информационного портала, его развитию и совершенствованию, но и в полной мере осознал ту важную роль в жизни людей с инвалидностью, те возможности, которые открывает дистанционное обучение.

Курсы РООИ «Стратегия» научили Олега самосовершенствоваться. Именно поэтому он принял решение получить второе высшее образование с применением технологий дистанционного обучения. Олег поступил в Международный независимый эколого-политологический университет (Академия МНЭПУ), на специальность «Реклама и связи с общественностью» и в 2016 году успешно окончил его с присвоением квалификации «Бакалавр». Вот так, благодаря полученным знаниям на дистанционных курсах РООИ «Стратегия» и их закреплению на практике на информационном портале INVA.TV, Олег достиг успеха в этой новой, серьезной профессии.

История Алексея Шитикова во многом похожа на историю Олега Мелкумова. Обычная жизнь до травмы со своими маленькими радостями и огорчениями. Все как обычно: школа, успехи в спорте, занятия в музыкальной школе, техникум, интересная работа. Все перевернулось в один день — неудачный прыжок в воду... и тяжелейшая травма позвоночника приковала его к инвалидной коляске. Из Москвы Алексею пришлось вернуться в родной Смоленск к семье. Потянулись годы реабилитации и восстановительного лечения. Уже тогда Алексей стал задумываться о дальнейших планах на жизнь. Изучив Интернет, он понял, что больше всего шансов найти приличную работу на дому имеют специалисты в области IT-технологий и программисты. Он стал искать дистанционные курсы по программированию и веб-дизайну. Попадались, увы, только платные курсы. Но удача улыбнулась Алексею, в Интернете он познакомился с Олегом Мелкумовым, который предложил ему подключиться к разработке интернет-портала INVA.TV для людей с ограниченными возможностями здоровья. Но необходимых знаний в области программирования Алексею явно не хватало. Уже участвуя в проекте, он узнал о существовании дистанционных образовательных курсов «Стратегии» и выбрал именно те, которые были ему нужнее всего при работе над проектом: основы программирования, веб-дизайн, основы верстки, компьютерные языки HTML и PHP. Успешно завершив дистанционное обучение, Алексей получил заслуженный сертификат. После чего с новыми знаниями молодой человек активно включился в работу над развитием информационного интернет-портала INVA.TV, который



в итоге из обычного сайта превратился в серьезный информационный ресурс, выводимый по ряду параметров в первые строки поиска в системах «Яндекс», Google и Mail.ru. В этих достижениях Алексей, прежде всего, видит результат обучения на дистанционных курсах РООИ «Стратегия». Теперь благодаря пройденным дистанционным курсам Алексей Шитиков может полноценно и эффективно работать в сфере программирования.

Жизнь Алексея в значительной степени наладилась. Есть любимая работа, любимая девушка, рядом друзья и любящая мама. Он чувствует себя счастливым, свободным и независимым человеком. Этот пример живо и наглядно показывает ту роль, которую дистанционное образование и постоянное повышение квалификации играют в жизни людей с ограниченными возможностями здоровья.

Каждый человек обращает свои молитвы к святым: просит у них здоровья, счастья, любви. Но не каждый имеет возможность увидеть святой лик. Для них, слепоглухих, незрячих и слабовидящих, создаются тактильные иконы.

## ЛИК НА КОНЧИКАХ ПАЛЬЦЕВ



**Ф**онд поддержки слепоглухих «Со-единение» и проект «Прикоснись к иконе» передали в московский храм Космы и Дамиана в Шубине тактильную икону «Спаситель», выполненную в технике высокого рельефа. Автором работы и художником-скульптором проекта «Прикоснись к иконе» является Олег Зон.

Передача тактильной иконы — это завершающий этап в обеспечении доступности храма Космы и Дамиана для слепоглухих. Летом 2016 года в церкви была установлена индукционная петля, и теперь слепоглухие со слуховыми аппаратами могут лучше слышать происходящее во время службы.

Настоятель храма Космы и Дамиана протоиерей Александр Борисов поблагодарил фонд «Со-единение» за новую икону и отметил важность развития

### МЕЖДУ ПРОЧИМ

В России резьба по дереву получила широкое распространение еще при святом преподобном Сергии Радонежском в Сергиевом Посаде. Сам преподобный был искусным резчиком и даже основал школу. С тех времен и пошла традиция изготавливать резные паломнические иконы небольшого размера (высотой около 11 сантиметров). Большой популярностью они пользовались не только в России, но и во всей Европе. После революции 1917 года этот промысел, к сожалению, пришел в упадок. Только в конце XX века утраченные знания и умения начали понемногу возрождаться.





Первая «тактильная» икона вышла из-под руки святого апостола Луки. Это была икона Богородицы «Одигитрия», что в переводе означает «Путеводительница». В предании говорится, что слепые, которым Богоматерь указала путь к источнику, захотели увидеть ее Образ, и святой Лука выполнил их просьбу, сделав икону рельефной при помощи смол.

доступной среды в церкви. Он подчеркнул, что такие иконы позволяют стереть границы при посещении храма людям с ограниченными возможностями здоровья — слепым, слабовидящим и слепоглухим.

Декан психологического факультета Российского православного университета и служитель в храме Космы и Дамиана священник Петр Коломейцев дал высокую оценку новой иконе как достойному продолжению проекта «Прикоснись к иконе».

А начиналось все так. В мае 2016 года в рамках данного проекта первая тактильная икона была передана фондом в кафедральный храм Христа Спасителя. Тогда Олег Зон создал уникальную икону, которая представляла собой образ Богородицы с благословением Спасителя. А уже в сентябре фонд «Со-единение» представил православные молитвословы для людей с нарушением слуха и зрения. Слепоглухие могут получить книгу в нескольких вариантах: брайлевском, плоскопечатном и смешанном.



Передача тактильной иконы «Спаситель» в московский храм стала заметным событием в развитии доступной среды в храмах Русской православной церкви.

# КЛУБ БОЛЬШОЙ ПОЛИТИКИ

К опыту клуба международной политики «Мир сегодня», созданного в известном своими новациями столичном пансионате для ветеранов труда № 1 Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы, применима формула: «Первый блин, но не комом». Иначе не скажешь — ведь сейчас на ежемесячные встречи в клубе приходят не только проживающие в пансионате, но и активисты ветеранских организаций района «Левобережный» САО города Москвы и городского округа «Химки». Заглядывают на клубный огонёк даже студенты подшефного Красногорского колледжа. С чего начинался клуб и как он работает сегодня, нашему журналу рассказал его руководитель, ветеран дипломатической службы Валерий Никанорович Швец.



После лекции профессора В.Н. Гарбузова к нему осталось еще много вопросов

**Д**ва года назад, после моего поселения в пансионате, ко мне обратился светлой памяти председатель Совета ветеранов Вячеслав Михайлович Ильинков.

— Прошу вас, возьмитесь за ежемесячные политические информации, — сказал он. Я немного опешил.  
— Мне кажется, Вячеслав Михайлович, — ответил я, — нет резона повторять сообщения СМИ. Я подумаю...



Через несколько дней, однако, родился замысел — создать клуб, в котором можно обсуждать актуальные международные проблемы. Откровенно говоря, первый опыт напоминал тяжёлую ручную работу индивидуальных предпринимателей. Представляете, насколько трудоёмкий процесс подготовки увлекательной и познавательной лекции, которую к тому же желательно подкрепить уникальной кинохроникой? Помню, когда пришлось работать над темами «Современная дипломатия в мире» и «Правда и мифы о дипломатии», я три дня провёл в Историко-дипломатическом департаменте МИДа и его научной библиотеке.

Но лёд тронулся. И как же было обидно, когда на первую встречу в клубе пришло всего ... пять человек. А тема, между прочим, к которой я готовился в апреле 2015 года, была весьма «горячей» — «Новая стратегия национальной безопасности США и её последствия для российско-американских отношений».

Правда, на следующей встрече, организованной на танцевальном «пятакке» киноконцертного зала, было уже двадцать слушателей. Потом — тридцать. Заместитель директора пансионата по социальной работе Мария Александровна Мовчан предложила использовать малый зал на первом этаже. К нашему удивлению, он тоже оказался мал. Желающие приобщиться к «большой политике» передавали стулья из холла через головы уже сидящих в этой комнате слушателей.

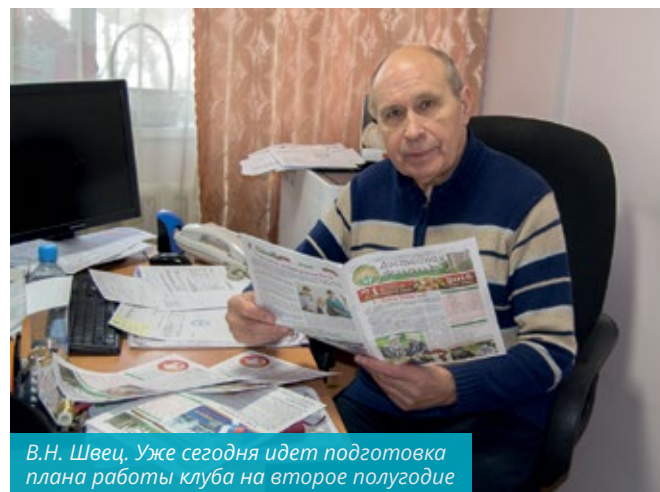
И тогда администрация решила — клубу быть в киноконцертном зале. Наступил новый этап реализации проекта: микрофоны для лектора и участников встречи, кинохроника на большом экране, приглашения для гостей со стороны. Плюс к этому главное — мы решили привлечь известных учёных и преподавателей вузов к выступлениям перед ветеранами. Это ещё больше расширило аудиторию, увеличило и число задаваемых слушателями вопросов.

По геополитическим проблемам отношений между США и КНР и актуальным вопросам европейской без-

опасности выступили доктор экономических наук, профессор Дипломатической академии МИД России Эдгард Михайлович Агабабянц и кандидат философских наук, профессор этого учебного заведения Лев Николаевич Клепацкий. Исторический и современный аспекты политики Запада в отношении России интересно раскрыл заместитель председателя Совета ветеранов района «Левобережный» САО города Москвы Константин Ивлианович Закарая. Ситуацию в Крыму и перспективы его развития блестяще осветил доктор экономических наук, профессор Академии народного хозяйства и госслужбы при Президенте России Владислав Дмитриевич Баранов.

Практика убеждает — клуб может стать притягательной площадкой, если присутствующие почувствуют себя его активными участниками. Это наглядно показала встреча с директором Института США и Канады РАН, доктором исторических наук, профессором Валерием Николаевичем Гарбузовым, посвящённая президентским выборам в США и возможному сценарию американской внешней политики. Многочисленные вопросы и конкретные, аргументированные ответы завершились выступлением участника Великой Отечественной войны Анатолия Семеновича Муратова. Он предложил обратиться к американским ветеранам — участникам антигитлеровской коалиции с призывом совместными усилиями бороться с угрозой третьей мировой войны. Текст его выступления был передан в Московский городской Совет ветеранов.

Откровенно говоря, не каждая из 15 проведённых встреч проходила так бурно. Поэтому, планируя их тематику на полгода вперёд, стараемся тщательно взвешивать «на весах» всей системы международных отношений актуальность выносимых на обсуждение вопросов. Ведь каждая встреча в клубе призвана всем нам помочь понять настоящее и будущее мира, в котором предстоит жить нашим детям и внукам.



В.Н. Швец. Уже сегодня идет подготовка плана работы клуба на второе полугодие

# ГОРОД С ЗАВЯЗАННЫМИ ГЛАЗАМИ

Необычный экскурсовод Алексей Орлов, потерявший зрение еще в раннем детстве, открывает совершенно другой Санкт-Петербург, который туристам обычно не показывают.



**26** -летний незрячий питерский гид Алексей Орлов стал известен на всю страну только сейчас. Хотя идея проводить экскурсию «Осязаемый Петербург» возникла у него довольно-таки давно. Он тогда учился в Российском государственном педагогическом университете имени А.И. Герцена. Ему очень хотелось воплотить в жизнь



свой уникальный проект, в рамках которого самые обычные люди превращались бы в незрячих, чтобы на себе почувствовать, каково это — ничего не видеть. Однако уже готовые разработки так и остались бы в домашнем компьютере на уровне заявки на грант, если бы не одна случайная встреча, ставшая поистине судьбоносной в его жизни.

## КАК ПИТЕР СТАЛ ОСЯЗАЕМЫМ

— В Санкт-Петербургской государственной библиотеке для слепых и слабовидящих я случайно познакомился с 20-летней студенткой Института кино и телевидения Аленой Хромовой. Рассказал ей о своем проекте. Она сразу загорелась. После чего и началась подлинная «движуха», как говорится. Мы вместе тщательно прописали программы экскурсий, а затем рассказали о себе в СМИ. И понеслось! Как сейчас помню: стартовало 26 марта 2016 года. И с каждым днем наш «Осязаемый Петербург» стал набирать все большую популярность. Порой приходилось давать по четыре интервью в день для разных телеканалов, радио, газет, журналов и сайтов. В раскрутке помогло и участие в городских фестивалях — «Открытая карта», «VK Фест», «Живые улицы» и других.

Правда, как это нередко бывает, в журналистские материалы вкралось немало неточностей. Например, после того как одна газета написала, что «профессиональный экскурсовод Алексей Орлов потерял зрение из-за ошибки врачей несколько лет назад», эту версию начали постоянно повторять. Кое-кто добавил, что зрение было потеряно после автомобильной аварии. Однако в беседе с нашим журналом питерец уточнил, что в действительности Орлов вовсе не профессиональный экскурсовод. А не видит практически с детства. «Я родился зрячим. Так мне рассказывали родители. Однако уже на четвертый день зрение пропало. Не знаю, почему это произошло. Возможно, была ошибка врачей, а возможно, причина в чем-то другом», — отметил Алексей.

## ПЕРВЫЕ ШАГИ ИЗ ДОМА

С пяти лет он самостоятельно стал выходить из дома. Гулял с ребятами во дворе. В семь начал ходить в ближайший магазин. Спасибо родителям. Вместе с сыном они тщательно проговаривали весь маршрут. Отрабатывали малейшие детали. Заодно и память тренировалась. Паренек мог не только досконально описать весь путь, но и то, что лежит на магазинных полках. По словам Алексея, когда он запомнил эту первую в своей жизни «экскурсию» со всеми нюансами, для него началась подлинная свобода. Он уже сам мог выбирать товары,

сам общался с продавцами, сам пересчитывал деньги. Потом появился новый маршрут: школа-интернат для слепых и слабовидящих. На дорогу с пересадками в общественном транспорте уходило полтора часа.

С первоклашкой ездила мама или бабушка. Позже Алексей добирался до школы без провожатых. Хотя несколько раз даже терялся по дороге. Приходилось обращаться к прохожим. Они охотно помогали найти верный путь. Затем Орлов поступил учиться на культуролога в Российский государственный педагогический университет имени А.И. Герцена. «Конечно, это само по себе было нонсенсом — незрячему учиться на культуролога, — улыбается наш герой. — Ведь шедевры нужно видеть». Впрочем, самым «напряженным» для него тогда было даже не это, а первый месяц учебы. Потребовалось немало сил, чтобы как следует выучить путь от станции метро до здания университета и запомнить расположение аудиторий.

## НА ОЩУПЬ ПО ГОРОДУ

— Помещения в нашем вузе никак не были помечены, — поведал Алексей. — Мне то и дело приходилось прибегать к помощи зрячих. Скажем, старосты



или одnogруппников. Хотя, честно говоря, очень не хотелось им надоедать. Поэтому я сильно переживал. Но потом изучил все как следует, и все мои страхи куда-то ушли. Получив степень магистра культурологии, я устроился в библиотеку для незрячих и слабовидящих. Где, к огромному моему счастью, познакомился с Аленой. У нее нет проблем со зрением, а в библиотеку она пришла по каким-то делам. Сегодня это мой незаменимый помощник и единомышленник.

Строго говоря, маршруты, которые предлагает Алексей, нельзя назвать экскурсиями в традиционном смысле. От него не услышишь привычной фразы: мол, посмотрите, пожалуйста, налево, а теперь направо. Не сыплет он датами или фамилиями. Нет, у этих прогулок по красивейшему городу Петра совсем другая задача: показать самым обычным людям, что именно чувствует незрячий человек, когда выходит на улицу с белой тростью. Экскурсантам сразу завязывают глаза, раздают палочки, и они оказываются в непривычной для себя реальности, где нет никаких «картинок». Многие участники городских туров поначалу чувствуют себя весьма и весьма некомфортно: постоянно боятся споткнуться или даже упасть.



Им кажется, что справа или слева от них непременно находится «пропасть». Некоторые сосредотачиваются исключительно на трости. Поэтому одна из основных задач Алексея — отвлечь народ от собственных страхов, помочь расслабиться. Он с удовольствием показывает свои любимые места. Скажем, парки на Крестовском острове и возле станции метро «Горьковская». Кроме того, ему самому очень нравится Сосновка. «Здесь можно уйти в самую чащу и наслаждаться звуками природы, не уезжая за город. А после прогулки на свежем воздухе можно зайти в какую-нибудь церковь, чтобы послушать хор. И не важно, атеист ты или верующий, это так умиротворяет и восстанавливает. Усталость как рукой снимает!»

### НЕВСКИЙ ПАХНЕТ ДУХАМИ

Алексей отметил, что проект «Осязаемый Петербург» раскрывает город на Неве совершенно с другой стороны. «Перед нами целый мир звуков, запахов, вкусов. Скажем, центр Питера пахнет духами, поскольку на Невском проспекте много парфюмерных магазинов. Кроме того, там немало ресторанчиков и кафе. Знаете, с незрительной стороны Санкт-Петербург мне вообще представляется очень солнечным, весенним и каким-то кофейным. А еще мы предлагаем прогуляться по многим известным улицам, проехать на общественном транспорте. К этому добавляются всякие игры на развитие осязания и обоняния. Это помогает не только ориентироваться в городе с закрытыми глазами. Люди учатся бороться со своими страхами. Они начинают больше доверять окружающим. Ведь даже самому замкнутому человеку приходится постоянно общаться».

По словам Алены Хромовой, на экскурсию «Осязаемый Петербург» записываются с разной целью. Кто-то хочет просто проверить, как хорошо развиты его органы чувств. Кто-то решил оценить собственный страх перед потерей зрения. Кто-то пришел из праздного любопытства, случайно услышав или прочитав о необычном незрячем гиде. Однако после экскурсии все в один голос говорят, что пережили, действительно, что-то необычное. Интересны замечания участников. Один из них оказался строителем дорог. «Признаюсь, я даже не думал, что у нас такие кривые тротуары!» — воскликнул он. Увы, зачастую обычным людям даже невдомек, как тяжело живется незрячим, которые оказываются в городе с недружественной для себя средой.

### ПЛАНЫ ГРОМАДНЫЕ

— В рамках нашего проекта мы также проводим ознакомительные занятия со шрифтом Брайля, —





рассказала Алена. — Есть у нас и весьма необычный квест с погружением в темноту на один день. Кроме того, мы устраиваем различные любопытные тренинги. Сотрудничаем с библиотекой для слепых и слабовидящих, а также со студией лепки, преподаватели которой специально обучены тому, как следует обращаться с незрячими. В будущем планируем взять еще несколько гидов, чтобы проводить больше экскурсий по новым маршрутам. А еще хотим заниматься реабилитацией детей, которые потеряли зрение. Будем учить их ориентировке, помогать с адаптацией. Очень важно параллельно с этим проводить занятия и для родителей.

Заинтересовались необычной экскурсией? В таком случае советуем присоединиться к очередной группе, которую поведет Алексей Орлов. Конечно, если вы живете в Санкт-Петербурге или собираетесь посетить город на Неве.

Впрочем, подобные познавательные туры наверняка можно организовать и в других городах. Согласитесь, тут самое широкое поле для деятельности. А может быть, у вас тоже есть какие-то необычные идеи, о которых еще никто не знает? Поделитесь!





## ЖИЗНЬ В ТАНЦЕ

Когда человек в силу неблагоприятных обстоятельств лишается возможности самостоятельно ходить, депрессия и отсутствие интереса к жизни могут стать его неизменными спутниками. По крайней мере, многим обывателям это может показаться закономерным. Но разве кто-то может дать гарантию того, что абсолютно здоровый человек обязательно будет счастливым и полностью реализует свой потенциал? Как показывает жизнь, многие люди попросту не ценят своих возможностей, предпочитая транжирить талант и тратить свое здоровье в угоду мимолетным радостям.



Люди вправе выбирать, как им жить. Одним интересно сидеть дома и наблюдать за жизнью из окна, а другим, наоборот, хочется быть в гуще событий. И то, и другое — личный выбор человека вне зависимости от того, здоров он или инвалид. Все зависит от природы человека.

Чемпионка мира, пятикратная чемпионка России, многократный победитель Кубков мира Ирина Гордеева — человек, воплотивший свою мечту в реальность и помогающий сделать это десяткам людей на инвалидных колясках.

В 16-летнем возрасте Ирина Гордеева попала в автомобильную аварию. Было очень страшно, когда она осознала, что произошло. Несмотря на обрушившееся на нее несчастье, юная девушка хотела жить, танцевать, радоваться и любить. Несмотря ни на что. Но избежать инвалидности не удалось — она стала передвигаться на инвалидной коляске. Началась упорная и трудная реабилитация. Вопреки всем диагнозам она выбрала будущее как движение вперед, несмотря на все испытания, которые выпали на ее неокрепшие плечи.

Танцевать Ирина любила с детства. Маленькой девочкой ходила в танцевальный кружок. Кто бы мог подумать, что после случившегося Ирина снова будет танцевать, правда, на коляске.

— Танцы — нелегкий способ реабилитации, как это может показаться. Для того чтобы танцевать на коляске, — признается Ирина, — нужно владеть телом не хуже, чем если ты танцуешь без нее. Научиться этому можно, лишь имея большое желание, но способности все равно нужны, без этого никак. Но даже если я вижу, что пришел человек не очень способный, и заранее понятно, что чемпионом он не будет, я не стану его отговаривать. Возможно, танцы помогут ему поверить в свои силы, сделают его жизнь интереснее, расширят круг общения, позволят обрести новых друзей.

Конечно, тренировки выматывают, особенно болят руки. Зато реабилитационный эффект лучше, чем от любых других упражнений. Но главное, что у людей с ограниченными возможностями здоровья появляется интерес к жизни. Ведь танцы на колясках появились в Великобритании в конце 60-х годов как метод реабили-

---

Я с большим удовольствием наблюдаю за переменами, которые происходят с новичками: из неуверенных, зажатых людей они становятся открытыми, сильными и добиваются успехов не только в спорте, но и в личной жизни.

---

— Я была еще совсем ребенком, когда произошла авария. Но у меня никогда не было мыслей, что я не такая, как все. Мое мироощущение не менялось. Как я ощущала себя до травмы, так и после нее. Не было отчаяния, которое могут переживать люди, попадая в подобные обстоятельства. Возможно, это было связано с возрастом. Первые несколько лет после аварии мне казалось, что все наладится. В это время я активно реабилитировалась в различных медицинских центрах и санаториях. Спасибо моим родителям, которые поддерживали меня во всем. В это время я видела много людей в инвалидных креслах, которые активно занимались спортом, создавали семьи, учились. И это меня очень поддерживало, жизнь не закончилась...

В начале 90-х трудно жилось всей стране. Государство инвалидами особо не занималось, их просто старались не замечать. К счастью, я узнала о специализированном колледже для инвалидов и поступила в него. Учеба на факультете полиграфии давалась легко и доставляла удовольствие. Так что я специалист по издательскому делу. Но поработать по специальности так и не пришлось, захватила страсть к спортивным танцам.

тации инвалидов. До сих пор считается, что это лучший способ укрепить мышцы. Главное, не культивировать жалость к себе, а идти и что-то делать, — убеждена Ирина, — учиться, петь, заниматься спортом, танцевать. Я считаю, что спортивный танец — это самый интересный, самый мощный вид реабилитации.

В России этот вид спорта появился в конце 90-х годов. «Питер был первым городом в России, где появились танцы для людей на колясках, столица подтянулась позже, и тут инициатором была я, — вспоминает Гордеева. — Когда-то в Москве реализовывалась социальная программа, по которой я поехала на лечебно-оздоровительный отдых в Белоруссию. Там побывала на базе белорусских танцоров-колясочников, это вошло в программу пребывания. Я так была впечатлена этим зрелищем, что захотела сама попробовать танцевать. И, вернувшись в Москву, твердо решила открыть аналогичный центр. Но до воплощения мечты в реальность прошло еще несколько лет.

Первое время было очень трудно. Не было ничего — ни колясок, ни тренеров, ни помещения. Три года работали на голом энтузиазме. Конечно, им помо-



С первыми учениками, 2007 г.



Кубок мира — Кубок Континентов по танцам на колясках, 2014 г., Санкт-Петербург



гали, один из благотворительных фондов предоставил помещение для тренировок. Правда, ненадолго, но за это время успел сложиться крепкий коллектив единомышленников, который решил, что нужно выходить на более серьезный уровень, начинать профессионально заниматься этим видом спорта. Реализуя свою мечту, Ирина создала и возглавила региональную общественную организацию инвалидов «Московская федерация спортивных танцев на инвалидных колясках».

В 2009 году танцевальный клуб Ирины Гордеевой был официально зарегистрирован как РООИ «Дуэт». Сейчас в нем занимаются 30 танцоров. Многие из них стали чемпионами России, призерами Кубков мира и Европы. Сегодня «Дуэт» — первый и единственный официальный клуб в Москве, который занимается подготовкой танцоров на инвалидных колясках для участия в российских и международных соревнованиях. Также в клубе тренируются и те, кто не планирует покорять пьедесталы, а хочет танцевать просто для души. Хотя, как объясняет Ирина, новичкам все-таки важно участвовать если не в серьезных спортивных соревнованиях, то хотя бы в фестивалях, ведь предстоящее выступление всегда повышает уровень мотивации. А пробудить в людях с ограниченными возможностями здоровья желание совершенствоваться в выбранной сфере жизненно необходимо.

Пользуясь непререкаемым авторитетом среди своих партнеров по «паркету», Ирина совмещает подготовку и участие в престижных спортивных мероприятиях с серьезной тренерской работой. На тренировочных занятиях она старается преподавать не только балльные танцы, но и танцы современного направления. В основном ее клуб посещают люди в возрасте от 20 до 30 лет, но есть и детская, и подростковая группы. Тренировки проходят не менее двух-трех раз в неделю, но их количество может расти в зависимости от физических возможностей танцоров.

— Я с большим удовольствием наблюдаю за переменами, которые происходят с новичками: из неуверенных, зажатых людей они становятся открытыми, сильными и добиваются успехов не только в спорте, но и в личной жизни, — отмечает Ирина.

Сама она нашла свою любовь также благодаря танцам.

— С Дмитрием Торгунаковым, — вспоминает Ирина, — мы стали четырехкратными победителями Кубка мира. Но самое главное, так вышло, что с ним у нас сложились и личные отношения. Семь лет мы вместе! В его жизни тоже был трагический момент, в 18 лет упал с дерева и сломал позвоночник. Он пришел к нам на занятия в клуб и уже на второй день сделал мне предложение. Потом, правда, смутился и сказал, что



С организатором фестиваля для детей-инвалидов Данилой Козловским, 2014 г.

это шутка, но как говорится, в каждой шутке есть доля правды. Я только улыбалась в ответ и посоветовала: «Сначала стань чемпионом!».

Дмитрий с усердием начал тренироваться. Сначала они просто дружески общались, а через полгода раскрылись друг другу с новой стороны. Дима оказался очень активным, открытым, позитивным. Они встали в пару и много времени проводили вместе. Настоящие

Москвы. Клуб спортивных танцев на колясках «Дуэт» реализует городскую программу «Социальная реабилитация инвалидов через танцы на колясках», Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы регулярно предоставляет автобусы для перевозки участников клуба на тренировки и выступления. Центр социального обслуживания «Мещанский» помогает с помещением для занятий. Но как бы госу-

---

Настоящие партнеры не могут быть друг к другу равнодушными. Тем, кто танцует, этого объяснять не надо. Так что в некотором роде у них случился служебный роман, который благополучно закончился свадьбой.

---

партнеры не могут быть друг к другу равнодушными. Тем, кто танцует, этого объяснять не надо. Так что в некотором роде у них случился служебный роман, который благополучно закончился свадьбой, и теперь любящие супруги в жизни, в паре, с успехом добиваются спортивных высот в танце.

Высокие результаты клуба Ирины Гордеевой были бы невозможны без поддержки Правительства

дарство ни поддерживало организацию, пока этого, к сожалению, недостаточно. Ведь участие в международных соревнованиях требует огромных затрат: костюмы, спортивные коляски, перелеты. Здесь на выручку клубу приходят благотворительные фонды и привлеченные спонсоры.

— Главное, не замыкаться в себе, — дает совет Ирина тем, кто волею случая оказался в сложной жиз-



В Музее-усадьбе Н.А. Дурасова, 2015 г.





С учениками — победителями и призерами Чемпионата России, 2015 г.

ненной ситуации, — нужно идти к людям, общаться, не комплексовать. Нужно найти какое-то интересное для себя дело. Пока ты сам не решишь, чем тебе заниматься, никто не поможет. Сейчас в Москве очень много различных социальных программ, направленных на реабилитацию инвалидов — через спорт, творчество, программы по трудоустройству. Обратившись в службу соцзащиты, нужно узнавать, что есть в вашем городе, районе подходящее и интересное вам. Конечно, в Москве возможностей больше, но и в регионах начинают работать различные программы реабилитации инвалидов, ведь они — полноценные члены общества, которые могут достойно проявлять себя в различных сферах жизни.

В России в последнее время много делается для инвалидов. В Москве жизненное пространство становится более приспособленным, работает государственная программа «Доступная среда», но все же еще есть недоступные для инвалидов культурные объекты. Решается задача трудоустройства людей с ограниченными возможностями здоровья.

— А еще, мне кажется, — делится наболевшим Ирина, — неправильно то, что в отличие от других регионов московским танцорам на колясках — чемпионам России и победителям международных соревнований не платят спортивных стипендий. Я считаю очень важным, чтобы СМИ как можно чаще поднимали проблемы инвалидов и показывали примеры людей с ограничен-

ными возможностями здоровья, которые живут полноценной жизнью: работают, создают семьи, добиваются успехов в спорте и карьере.

Личностями, настоящими людьми, нас делают именно трудности и несчастья, они закаляют, делают сильнее, заставляют любить жизнь и двигаться вперед, — убеждена Ирина Гордеева.

В прошедшем 2016 году клуб спортивных танцев на колясках «Дуэт» помог многим людям с инвалидностью реализовать себя в спорте и творчестве. Танцоры побывали на сборах в Республике Беларусь, приняли участие в «Танцевально-парашютном фестивале» в городе Минске, Кубке мира по танцам на колясках в Санкт-Петербурге, где завоевали 4 медали. На чемпионате России в декабре спортсмены принесли 6 медалей в копилку столицы. Также они становились лауреатами фестивалей творчества инвалидов: «Парафест», «Темп», «Пара-Арт», «Цветик-семицветик» и многих других. Ближайшие серьезные мероприятия, в которых танцорам клуба «Дуэт» предстоит участвовать в 2017 году, — Кубок Москвы и фестиваль танцев на колясках, где соберутся участники не только из России, но и из Белоруссии, Казахстана и других стран ближнего зарубежья. Ирина Гордеева, подготавливая своих подопечных к этим событиям, настраивает их только на победу. И, глядя на эту красивую, уверенную в себе и своих партнерах женщину, понимаешь — так и будет!





# ЛЕЧЕНИЕ ЛОШАДЬЮ

ТАК ЗВУЧИТ СЛОВО «ИППОТЕРАПИЯ» В ПЕРЕВОДЕ С ГРЕЧЕСКОГО ЯЗЫКА

Людьми давно было замечено, что воины-наездники гораздо быстрее оправляются от травм и ранений. Еще в XVIII веке был создан энциклопедический труд, повествовавший о значении верховой езды для здоровья. Но длительное время иппотерапия не являлась отдельной медицинской дисциплиной. Только в 1960-х годах постепенно стали применять верховую езду в качестве дополнительного метода лечения различных заболеваний под наблюдением и руководством физиотерапевта. Иппотерапия стала распространяться в Европе: Австрии, Швейцарии, Германии.

Сегодня иппотерапия — это один из методов лечебной физкультуры, который назначается как дополнительный метод реабилитации пациентов с неврологическими проблемами, нарушениями опорно-двигательного аппарата, а также с расстройствами психического характера. Эффективно применяется иппотерапия для детей. Маленькие пациенты активно и с большим удовольствием, интересом и радостью принимают такой необычный способ исцеления. Ведь для детей, которые в результате болезни или несчастного случая оказались «не такими, как все», проблема адаптации становится порой делом всей их жизни.

В Москве на улице с нежным названием «Тихая», в живописном старинном парке в Люблино, вот уже девять лет работает региональная детско-молодёжная общественная организация содействия развитию спортивно-оздоровительной верховой езды и иппотерапии «Флёна».

Ее создатели — супруги Анатолий и Елена Морозовы. Их семья столкнулась с проблемой реабилитации людей с ограниченными возможностями здоровья, когда у них появилась дочка Флёна. В шесть месяцев врачи поставили девочке диагноз «детский церебраль-

ный паралич» (ДЦП). Конечно, сразу же задумались, каким образом лечить ребенка, как и где реабилитировать. Информации было мало. Но однажды к ним в руки попала информация по лечению лошадьми — иппотерапии. Морозовы нашли контакты центра, договорились с инструктором по верховой езде о прогулках на лошадях для своей дочери. Результат первых занятий превзошел все ожидания. Впечатленные, они решили создать свою организацию по спортивно-оздоровительной верховой езде и иппотерапии. В 2008 году мечта стала обретать реальность: освободилось подходящее помещение и общественная организация «Флёна» начала свою деятельность. Сегодня здесь занимаются более 250 детей и молодых инвалидов. Работа ведётся круглогодично. В планах — проведение масштабных фестивалей, организация летнего лагеря. И, конечно, впереди — победы на соревнованиях различного уровня, вплоть до международных: в 2015 году спортсменка «Флёны», воспитанница московского психоневрологического интерната № 11 Алина Грищенко участвовала во Всемирных играх Специальной олимпиады в Лос-Анджелесе (США) по конному спорту, завоевав золото, серебро и бронзу.





Целью деятельности «Флёны» стало развитие инвалидного конного спорта в Москве, а также реабилитация и социальная адаптация детей, подростков, молодёжи с ограниченными возможностями здоровья методом иппотерапии, создание новых форм организации социально-воспитательной и досуговой работы с молодёжью, развитие коммуникативных, художественно-творческих способностей, познавательной и продуктивной деятельности, расширение круга социальных контактов молодых инвалидов.

Существуют тысячи реальных примеров, когда именно животным удавалось сделать то, что порой оказывалось не под силу медицине. О некоторых таких случаях может рассказать руководитель региональной детско-молодёжной общественной организации содействия развитию спортивно-оздоровительной верховой езды и иппотерапии «Флёна» Елена Николаевна Моро-

зова. А перемены в физическом и психоэмоциональном состоянии детей после занятий с лошадами с радостью и удивлением отмечают их родители.

«Иппотерапия — это особая форма лечебной физкультуры. Это уникальная возможность помочь человеку с ограничениями по здоровью в реабилитации и социализации, дающаяся самой природой, — рассказывает Елена Николаевна. — С древнейших времен известно благотворное влияние на человека езды на лошадях и общения с ними. Иппотерапия особенно эффективна в работе с детьми, страдающими нарушениями опорно-двигательного аппарата. Этот метод лечения замечателен ещё и тем, что воздействует и на физическое состояние, и на психоэмоциональную сферу человека. Уже по собственному опыту работы в нашей организации мы можем утверждать, что иппотерапия оказывает неоценимый лечебный и психологический эффект».

Елена Морозова окончила курсы иппотерапии в Российском государственном университете физической культуры, спорта и туризма, работала в Московском конноспортивном клубе инвалидов. Она — психолог-педагог со стажем более 20 лет: окончила педагогическое училище, Московский гуманитарный институт. Чувствуя её душевную щедрость, к ней интуитивно тянутся не только дети, но и их родители, нахо-



дящие рядом с этой спокойной и уверенной женщиной реальную поддержку и настоящую помощь.

Все работающие в региональной детско-молодёжной общественной организации содействия развитию спортивно-оздоровительной верховой езды и иппотерапии «Флёна» спортсмены — инструкторы со специальным медицинским или педагогическим образованием. В штате также невролог, психолог, ветеринар, берейтор, обучающий лошадей работе с инвалидами. Для каждого ребёнка совместно с психологом, неврологом и инструктором составляется индивидуальная программа занятий.

Если рассматривать лошадь как средство реабилитации, то это уникальный «тренажер». Когда человек сидит верхом на движущейся лошади, ему приходится постоянно контролировать равновесие, синхронизируя работу мышц спины, туловища и всего организма, поэтому тело работает одновременно в трех плоскостях. Таз движется по направлению вверх/вниз, назад/вперед, задействуется позвоночник, работает достаточно большая группа мышц, включая те, которые в обычной жизни не активны. Одновременно те мышцы, которые расслаблены, напрягаются, а напряжённые — расслабляются. Увеличивается кровоток и лимфоток, соответственно улучшается питание всех органов, включая конечности и мозг. Расширяются возможности в раз-



ведении и отведении ног в стороны, что способствует улучшению походки ребенка. Занятия иппотерапией позволяют также избегать развития ранних контрактур суставов у больных ДЦП и увеличивать возможность их двигательной активности.

Температура тела лошади на 1–1,5 градуса выше температуры человеческого тела, и это тепло тоже даёт расслабление. Получается эффект, которого невозможно добиться при массаже.

Иппотерапия привлекательна еще и тем, что создает уникальные условия воздействия на эмоциональную сферу ребёнка. Ведь инвалиды-колясочники смотрят на мир снизу вверх, а когда садятся на лошадь, то их восприятие меняется: весь мир перед ними, им подчиняется большое и сильное животное, и это значительно увеличивает их самооценку.

Во время занятий во «Флёне» обязательно соблюдаются меры безопасности: инструктор во время занятий подстраховывает и одновременно работает с ребенком, а коновод спокойно ведет лошадь под уздцы. Не каждая лошадь подойдет для иппотерапии, животные тщательно отбираются и готовятся. Лошадь должна быть определенной породы, со спокойным характером, специально обученной не реагировать на крик, плач или какие-то другие раздражители, кроме голоса инструктора. Для детской иппотерапии особенно под-



ходят низкорослые лошади: это удобно для более тесного взаимодействия тренера и ребенка.

Занятия делятся на несколько ступеней: первая — когда ребёнок не управляет лошадью, вторая — когда он уже окреп, стал постарше и начинает учиться управлять лошадью, третья ступень — участие в соревнованиях. По такой схеме во «Флёне» за годы её деятельности были подготовлены более десяти спортсменов.

Сейчас во «Флёне» существует несколько специальных бесплатных социальных программ для работы с инвалидами: с Департаментом труда и социальной защиты населения города Москвы, Центром содействия семейному воспитанию «Вера. Надежда. Любовь», московскими психоневрологическими интернатами № 11 и № 20 и столичными центрами социального обслуживания.

В 2017 году «Флёна» отмечает девятилетний юбилей. За годы своей деятельности она удостоилась десятков

наград за реальную помощь в реабилитации и социальной адаптации детей-инвалидов и молодых инвалидов. Одна из самых значимых — награда «За сбережение народа», торжественное вручение которой было приурочено к 70-летию Организации Объединенных Наций по вопросам науки, культуры и образования (ЮНЕСКО). Так был оценён и отмечен вклад «Флёны» в поддержку и улучшение качества жизни россиян, имеющих проблемы со здоровьем. Ведь благодаря ей родители, воспитывающие детей с ограниченными возможностями здоровья, могут получать квалифицированную помощь, общаться в диалоговом режиме, обозначать имеющиеся проблемы, совместно обсуждать пути их решения и возможности реабилитации своих детей.

Елена Морозова известна не только как создатель «Флёны». Она — депутат Совета депутатов муниципального округа «Люблино» первого созыва по первому избирательному округу. Каждый месяц, обсуждая на встречах со своими избирателями — жителями двенадцати улиц Люблино — волнующие их проблемы, она старается помочь не только конкретному жителю, но и сделать свой округ ещё более благоустроенным, комфортным, удобным для жизни. Её энергии и работоспособности, внимания и заботы хватает на десятки дел, на новые проекты и большие планы, на встречи в школах, поддержку нуждающихся — моральную и материальную.





Однако основная деятельность Елены Николаевны и её организации — помощь детям. Реализуя социальные программы, оказывая весомую гуманитарную поддержку, развивая инвалидный конный спорт, «Флёна» вносит большой вклад в лечение и восстановление здоровья сотен больных детей. Интеграционные фестивали, Дни открытых дверей, окружные и районные праздники, участие в соревнованиях различного уровня, круглогодичные занятия с высокопрофессиональными педагогами являются залогом успешной реабилитации детей с нарушениями здоровья.

Именно во «Флёне» дети-инвалиды и их родители получают надежду на то, что они найдут себя в окружающем мире, займут достойное место в современном обществе.

Для того чтобы попасть на занятия иппотерапией, родители привозят детей во «Флёну» не только из всех округов столицы, но и из Московской области, а накопленный опыт и практические наработки этой организации в развитии инвалидного конного спорта известны и востребованы даже за рубежом.

Общение с лошадьми, профессионализм тренеров, высокий организационный уровень проведения мероприятий, готовность разделить вместе успехи и неудачи — всё это даёт хороший реабилитационный эффект, помогает в борьбе с болезнью.

Выполняя государственные программы, с 2010 года РДМО «Флёна» тесно сотрудничает с Департаментом труда и социальной защиты населения города Москвы, а в 2013–2014 годах началось сотрудничество с московскими Департаментами по культуре и по физической культуре и спорту, с общественными организациями, заинтересованными в создании новых форм социально-воспитательной и досуговой работы с молодёжью.

Деятельность Анатолия и Елены Морозовых отмечена медалями и грамотами мэра Москвы Сергея Собянина, Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы, Москомспорта и многих других организаций.

Сегодня отношение общества к людям с ограниченными возможностями здоровья меняется. Конкретная помощь, оказываемая «Флёной» детям и молодым людям с ограничениями жизнедеятельности, становится в итоге мощной поддержкой, особенно необходимой тем, кто с раннего возраста столкнулся с трудностями и недетскими социальными проблемами.

Иппотерапия даёт очень много детям и взрослым, инвалидам и просто людям, которые хотят поправить своё здоровье. И конечно, если у вас появится желание заниматься иппотерапией с нами — приезжайте во «Флёну». Здесь будут рады видеть вас и ваших детей.



## ЯРКАЯ ТЕРАПИЯ ДЛЯ СОЛНЕЧНЫХ ДЕТЕЙ

В рамках Всероссийского конкурса проектов «Семейный фарватер» на базе московского Центра содействия семейному воспитанию «Вера. Надежда. Любовь» состоялась трехдневная стажировка для специалистов, работающих с особенными детьми и их семьями. Мероприятие проходило при поддержке Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.

**В** нашей стране почему-то непринято говорить вслух о том, что твой ребенок не такой, как все. Это связано с множеством стереотипов восприятия так называемых особенных детей. К этой группе условно относятся дети с синдромом Дауна, аутизмом, множественными нарушениями развития, генетическими патологиями, органическим поражением центральной нервной системы. При этом количество таких малышей год от года не становится меньше. Только страдающих синдромом Дауна, по данным благотворительного фонда «Даунсайд Ап», в России ежегодно появляется на свет

около 2,5 тысячи особенных детей, и 85% семей отказываются от них в родильном доме.

Тем же, кто нашел в себе силы и мужество оставить ребенка, заниматься его воспитанием и развитием, приходится сталкиваться с множеством трудностей. Это и непонимание общества, и бытовые проблемы в связи с необходимостью быть всегда рядом с малышом, и, главное, сложности при непосредственном общении с ребенком, мир которого кардинально отличается от привычного нам. Родители находятся в растерянности, не знают, куда идти за помощью, к кому



обращаться. А в это время уходят драгоценные часы, ведь, по словам специалистов, для достижения наилучшего результата терапии необходимо своевременное обращение за консультацией и поддержкой. Однако возможность получить такую помощь есть не у всех.

К счастью, в современном мире появляется все больше специальных центров помощи детям с особенностями развития. Один из таких успешно работает в Москве. Это — Центр содействия семейному воспитанию «Вера. Надежда. Любовь». Он находится в Южном административном округе, в районе «Орехово-Борисово». Сотрудники этого учреждения, помимо работы по устройству в новые семьи детей-сирот, осуществляют комплексную поддержку и сопровождение семей, в которых растут особенные дети.

За годы работы накопилось достаточно опыта для того, чтобы поделиться им с коллегами. Именно поэтому на базе Центра была организована стажировочная площадка «Инструменты профилактики сиротства особого ребенка: работа с кровной и замещающей семьями». В семинаре приняли участие специалисты и приемные родители из разных регионов России, эксперты по работе с особыми детьми, руководители социальных учреждений. За три дня участники познакомились с эффективными способами диагностики



**Елена Юрьевна Морина, старший воспитатель Центра содействия семейному воспитанию «Вера. Надежда. Любовь»:**

— Для каждой семьи выбирается свой путь, и сопровождаться эта семья будет особым образом. Поэтому общих способов оценки не существует, для нас важно оценить качество изменений, их динамику. К сожалению, есть и отрицательная динамика, но положительной намного больше. Если говорить про нашу группу дневного пребывания, то риск, что родители отдадут ребенка в учреждение, минимален.





**Елена Ивановна Астраханцева, Красноярск:**

— Если говорить об отношениях «мама-ребенок», специалист поддерживает родителей, создавая ситуацию их компетентности, и это очень важно. Состояние взрослого участника действия, педагога, было на мастер-классе очень заразительным. Здесь я увидела очень много молодежи, она включена и хорошо мотивирована, относится с большой любовью к детям. Это большой потенциал. И нам бы тоже хотелось, чтобы приходили молодые люди-волонтеры, так как мы работаем с маленькими детьми.

и оценки взаимоотношений родителей с детьми, включая методы, адаптированные к российским реалиям, а также подробно рассмотрели модель взаимодействия специалиста с родителями «Куратор семьи особого ребенка».

Во время стажировки ее участники посетили занятия, на которых своими глазами увидели методы и приемы работы с особенными детьми, ознакомились с практическим опытом вовлечения родителей в совместную с ребенком деятельность. В течение третьего дня участники побывали на серии мастер-классов. Каждое занятие проходило в форме тематической мастерской. Это были коллективные игры, приготовление еды и сервировка стола в рамках кулинарного занятия, изготовление поделок из глины, а также мастер-класс по художественному «пачканию и мазанию».

По словам специалистов Центра содействия семейному воспитанию «Вера. Надежда. Любовь», материалы для художественного творчества можно использовать нетрадиционно. Творческая художественная деятельность раздвигает границы дозволенного, стимулирует детскую активность, провоцирует на шалости и выплеск эмоций. Такая возможность особенно важна для детей с различными нарушениями развития. Именно поэтому в мастерской художественного «пачкания и мазания» «Боди арт» детям







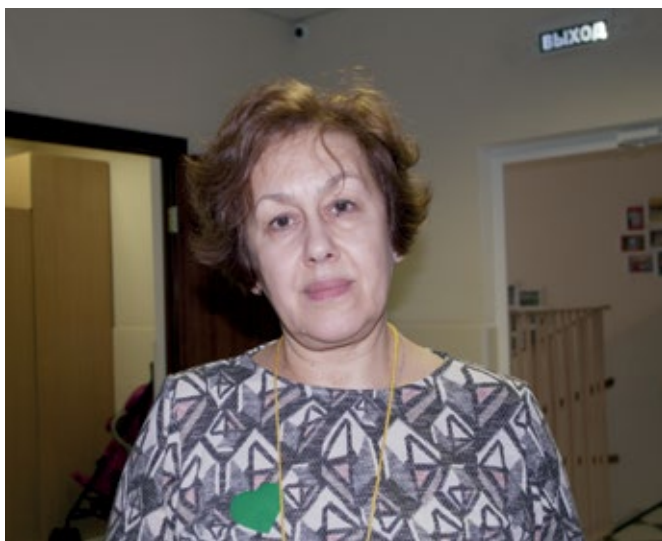
не только можно, но и нужно рисовать на стенах, полу и даже на своих преподавателях. Проявление интереса к процессу, вовлечение в активную деятельность в данном случае — главная задача педагога. Здесь вы не услышите слово «нельзя». Здесь можно все, поскольку специалисты Центра умеют ловко корректировать действия своих подопечных. Самое главное не запрещать, а вовремя отвлекать ребенка, но не просто переключить внимание, а дать альтернативу действию: «Давай, вот здесь порисуем, смотри, сколько белого пространства». Нужно отметить: этот процесс так понравился детям, что вся приготовленная краска вскоре закончилась, а на специально подготовленных белых листах появились яркие рисунки и отпечатки детских ладошек и стоп.

— Когда идет моторная работа, стимулируются речевые поля. Ребенок начинает разговаривать. Рисунок — это та же письменная речь, — поясняет педагог-психолог Центра Елена Николаевна Дрождина. — Кроме развития эстетического вкуса, мы провоцируем детей на шалости, которые разрешены. Это способ культурного отреагирования чувств, крайне необходимое психотерапевтическое действие. Возможность проявлять себя, реагировать, как я хочу, повышать настроение, тонизироваться, быть самим собой. Также одна из задач нашей работы — показать



### **Данил Раисович Гаптрахимов, Екатеринбург:**

— Я побывал в мастерской «высокой кухни». Я в восторге! Это та идеальная форма работы с детьми, когда через игровые приёмы прививается эстетический вкус и развивается мировоззрение детей. Мы обязательно используем эту формулу в своем центре. Спасибо педагогам, были видны их горящие глаза. Мы не смогли остаться в стороне, приготовили вместе с детками мусс и печенье.



**Оксана Михайловна Матвеева, Красноярск:**

— У нас частный центр, мы помогаем домашним детям, и семьи приходят сами, уже замотивированные на сотрудничество. Один из принципов ранней помощи — это добровольность. Здесь с этим сложнее, приходится прикладывать значительные усилия, чтобы создать условия для взаимодействия матери и ребенка. Конечно, лучше обращаться за помощью сразу с рождения, а еще лучше — до рождения, чтобы подготовить родителей. Чем раньше помощь оказывается семье, тем более успешен ребенок будет в жизни. Я была на мастер-классе по еде. Мне было полезно увидеть, каким образом ситуация формирования навыков ручной умелости, чистоплотности происходит в естественной домашней среде и как это можно воспроизвести в условиях центра.

родителям особенных детей, что у них есть ресурсы при взаимодействии со своим ребенком, есть перспективы. Они не одиноки. Вокруг большое количество людей помогающих профессий, которые иначе смотрят на проблему детей с инвалидностью и их родителей.

Рисовать любят все дети без сомнения, а когда можно творить, используя, кроме кисти, свои руки, ноги и другие предметы, это увлекательно вдвойне. Многие взрослые участники встречи отметили, что были бы рады присоединиться к воспитанникам Центра. Кстати, чтобы повторить данную процедуру дома, нужно всего лишь немного фантазии и терпения, а также остатки белых виниловых обоев (они прочнее).

— Поскольку обычные покупные краски не жидкие, рисовать на стенах ими не очень удобно. К тому же их мало, а стоят они прилично. Поэтому дома можно прибегнуть к хитрости: смешать пищевой краситель, воду

и муку для густоты. Получается цветная масса оптимальной консистенции, как сметана. Практически эта замена пальчиковых красок, только более доступная. Такие «самодельные» краски приятно держать в руках, они не растекаются, — пояснила педагог дополнительного образования Центра содействия семейному воспитанию «Вера. Надежда. Любовь» Лариса Бодрова. — Чем больше придумаете, тем лучше. Текстура тоже влияет на восприятие. Дети знакомятся с миром: шершавое, гладкое, скользкое, холодное... Потом детки анализируют разницу и возникают предпочтения, так пробуждается интеллектуальная деятельность. Через свободу движения, свободу творчества мы пробуждаем у детей интерес. Здесь и элементы игры, и коллективизация, они смотрят друг на друга плюс приобщаются родители.

В завершающий день стажировки гости из регионов поделились своими впечатлениями от увиденного и услышанного за три дня.

Все материалы даны участникам, и они могут, приехав к себе, смело реализовывать эту модель, так как есть методическое сопровождение. У нас эта модель прижилась, все семьи знают своего куратора и имеют с ним тесный контакт. Многие родители стали больше доверять и кураторам, и специалистам Центра.



**Анна Павловна Минигулова, Екатеринбург:**

— Три дня стажировочной площадки, по моему мнению, прошли на высшем уровне. Считаю важным в нашем общем деле обмен опытом, принятие новой успешной методики, технологии по работе с семьей, воспитывающей особого ребенка. Спасибо прекрасным педагогам и специалистам за полученные знания. Совместными усилиями мы сможем преодолеть трудности и решить многие социально значимые проблемы.





### **Юлия Эдуардовна Гонтаренко, Санкт-Петербург:**

— Сегодня нам показали взаимодействие с детьми, а в предыдущие дни мы смотрели на то, как можно исследовать коммуникацию мамы с ребенком, как понять, какие ресурсы у семьи есть, как мама отвечает на потребности ребенка. Если сравнивать отечественный и зарубежный опыт, можно сказать, что наши специалисты могут дать родителям сразу какие-то практические рекомендации, помочь конкретным детям.



### **Марина Александровна Ушакова, Челябинск:**

— Дикая зависть к Москве, в хорошем смысле слова, поскольку у московских родителей детей с ограниченными возможностями здоровья есть возможность выбрать для себя: поместить ребенка в стационар либо приводить на занятия ежедневно. У нас такого нет. Мне был очень интересен опыт сопровождения семей по модели «семейный куратор». Большое спасибо за проделанную работу.



### **Ирина Юрьевна Шпитальская, директор Центра содействия семейному воспитанию «Вера. Надежда. Любовь»:**

— В стажировке приняли участие 47 представителей регионов России плюс специалисты фонда Елены и Геннадия Тимченко, всего около 70 человек. Мы представляли модель «Куратор семьи особого ребенка». Она прошла апробацию на базе нашего Центра и других центров Москвы. Здесь мы подробно рассказали о методах диагностики, сопровождения семей, об особенностях работы куратора, включая возможность взаимодействия кураторов между собой и со специалистами, в том числе с использованием электронных ресурсов. То есть весь спектр деятельности куратора как координатора всех специалистов вокруг ребенка. Участники стажировки могли включиться в обсуждение, выполнение некоторых заданий.

Стали менее напряженными отношения между Центром и родителями, а это, безусловно, способствует укреплению детско-родительских отношений. Когда родитель становится нашим партнером, а не просто делает запрос и ждет, какую услугу ему предоставят, он вместе с куратором и специалистами обсуждает возможности ребенка, его развитие, разделяет ответственность за своего ребенка. Это дает толчок к развитию и улучшает качество жизни и ребенка, и семьи.

Приживется этот опыт или нет в других центрах, покажут семинары. Сейчас модель дана в регионы для апробации, мы ожидаем обратную связь. Многие участники стажировки выразили свою заинтересованность и ждут от нас сопровождения.

Блокада Ленинграда длилась 871 день. Это самая продолжительная и страшная осада города за всю историю человечества. Почти 900 дней боли и страдания, мужества и самоотверженности...

Трагичная и великая страница российской истории, унесшая более 2 миллионов человеческих жизней. Знаменательная дата 27 января 1944 года вошла в историю как день, когда блокада города была полностью снята.



## ЮНАЯ ЗАЩИТНИЦА ЛЕНИНГРАДА

**В**о время Великой Отечественной войны в Советской армии служило около 800 тысяч женщин. Большинство из них были не на передовой, а трудились во вспомогательных службах — поварами, шоферами, связистами и, конечно, медиками. Несмотря на то, что сами они непосредственно не уничтожали врага, но, неся на своих хрупких плечах тяжелейшее бремя войны, помогая нашим солдатам защищать Отечество, родную землю, дом, семью от

беспощадного врага, эти юные девочки, девушки, женщины вносили свой огромный, бесценный вклад в Победу.

Одной из таких защитниц была 18-летняя жительница блокадного Ленинграда Анна Ивановна Бугаевская (Левандовская), работавшая в то время фельдшером в госпитале.

Родилась Анна Ивановна Левандовская 1 января 1923 года в Киевской области. Когда ей было 7 лет,





вместе с родителями переехала в Ленинград. Здесь Аня окончила школу и поступила в медицинское училище. В 1941 году она завершила обучение в училище и 7 июня получила диплом.

Однажды в теплый воскресный день Аня с друзьями собиралась пойти в парк, покататься на лодках. Неожиданно во дворе ожил черный репродуктор: «Началась война!» — разнеслось тревожным эхом по городу. Все планы молодых людей рухнули, закончились безза-



ботное детство и спокойная мирная жизнь. Началось самое страшное время в истории страны. Это было 22 июня 1941 года.

После сообщения все ребята гурьбой побежали в военкомат — каждый хотел пойти на фронт и защищать родной город от врага. Анна тоже просилась на передовую. Но так как у нее уже была медицинская профессия, ей присвоили звание младшего лейтенанта и направили фельдшером на окраину Ленинграда под Пулково, в здравпункт при мясокомбинате,

приспособленный с началом войны под лазарет. Там началась тяжелейшая круглосуточная работа под постоянными бомбежками без сна и отдыха. В Пулково стоял бронепоезд, который стал главной мишенью врага — бомбежки не прекращались ни днем, ни ночью, бомбы летели и с самолетов, и из дальнотбойных орудий. В те дни было очень много раненых. Юная 18-летняя девочка сама принимала раненых солдат, делала им перевязки, накладывала шины. «Это было ужасно. Кровь, боль, оторванные руки, ноги. Бывало, я и в обморок падала», — вспоминает Анна Ивановна.

Но это было только начало. Тогда казалось, что война ненадолго, и к зиме враг будет разбит. Но Победы пришлось ждать долгих четыре года. Самым тяжелым испытанием для всех ленинградцев стала зима 1941–1942 годов. 9 сентября немцы окружили город кольцом блокады. Склады с продовольствием и водопровод были разрушены в первые же блокадные дни. Все дороги перекрыты. Доставить продовольствие в город стало невозможно. Начался жестокий голод. А зимой грянули сильнейшие морозы — температура опускалась ниже -40. Очень много людей погибло тогда — более 600 тысяч жизней унесла блокада. На улицах в те дни повсюду лежали умершие, замерзшие люди. Умерла в тот год и Анина мама. На Киевском фронте погиб отец. Девушка осталась одна. Но, несмотря на все тяготы и ужасы, люди верили, что враг будет побежден, и даже мысли сдать, оставить родной Ленинград у них не возникало. Хотя немцы и старались всеми силами заставить людей сдаться, сломить их дух. Они постоянно раскидывали по городу пропагандистские листовки, но жители рвали их, даже не читая. Вера в победу и любовь к Родине помогли ленинградцам пережить блокаду, выстоять в суровое военное время. А юную

#### КАК ЭТО БЫЛО

Зима 1941 года в Ленинграде стала испытанием на выживание: были введены продуктовые карточки. Размер пайка постоянно снижался, в ноябре он достиг своего минимума. Тем, кто работал, полагалось 250 граммов хлеба, военные, пожарные и участники истребительных отрядов получали по 300 граммов, а дети и те, кто был на чужом обеспечении, — по 125 граммов. Блокадный хлеб мало чем напоминал наш, обычный, хорошо знакомый мучной продукт. Да и этот кусочек состоял из целлюлозы, жмыха, обойного клея, перемешанного с мукой.







Даже в самое сложное время в осаждённом Ленинграде была романтика: молодые люди знакомились с девушками, делали им предложения руки и сердца. Всего за 871 день блокады в осаждённом городе было заключено 14 тысяч браков. Разумеется, о шумных застольях в то время речи не шло, но девушки тем не менее всегда старались быть красивыми. Об этом говорит и частная коллекция свадебных платьев блокадного времени, хранящаяся в Музее свадьбы, семьи и детства в посёлке Тярлево.

Аню за упорный труд одной из первых наградили медалью «За оборону Ленинграда».

Вопреки всему жизнь в блокадном городе продолжалась. Зимой 1942 года по льду Ладожского озера прошла «Дорога жизни»: в город начали доставлять продовольствие и эвакуировать жителей. А с приходом весны, в мае, в лазарете, где работала Аня, начали проводить танцы под аккомпанемент духового оркестра. «Мы сразу бежали на звуки музыки. Там забывалось все — голод, беды. Душа отдыхала, и вспоминалось, как мы жили до войны», — говорит







Анна Ивановна. На танцах Анна познакомилась с будущим мужем Львом Моисеевичем Бугаевским. В то время он был молодым военным, недавно окончившим топографическое училище. Как и Аня, очень любил танцевать и до войны даже учился в школе танцев. Она сразу обратила на него внимание, хотя тогда он танцевал с ее подругой. Но, неожиданно, кружась под музыку, он посмотрел на нее, их глаза встретились. «Как будто вдруг пробежала искра!», — смеется Анна Ивановна. Он пригласил ее на танец, взял за руку и после этого больше не отпускал. Но вскоре его отправили воевать на Ленинградский фронт. Им пришлось надолго расстаться, но они постоянно переписывались друг с другом и ждали встречи.

И, наконец, настал самый счастливый день — 9 мая 1945 года. Утром объявили о долгожданной Победе. «Все выскакивали на улицу, обнимались, целовались. Это было настоящее счастье!» — признается Анна Ивановна. А вскоре вернулся и Анин любимый, уже дошедший до Берлина. Молодые люди поженились 6 ноября 1945 года.

Послевоенная мирная жизнь для Анны и ее мужа тоже не была легкой. Лев как кадровый военный постоянно кочевал по гарнизонам, жить им приходилось в съемных комнатах. Вместе они объездили всю страну — были в Моздоке, Саратове, Краснодаре. А в 1947 году, когда у них родился первый ребенок, Льва Бугаевского отправили в Германию, без семьи. Анне с малышом пришлось ютиться в Москве у родителей супруга. Вернулся он только через полтора года, в 1949 году, и поступил в Военно-инженерную академию. После окончания Академии они снова отправились служить, на этот раз в Иркутск на долгих 14 лет. Окончательно вернулись в Москву в 1967 году. Лев Моисеевич защитил диссертацию, стал доктором наук, профессором, написал учебник по математической картографии. А Анна Ивановна вплоть до выхода на пенсию работала в поликлинике врачом-физиотерапевтом. За долгий самоотверженный труд она награждена медалью «Ветеран труда».

Анна Ивановна и Лев Моисеевич прожили вместе 65 лет и воспитали двоих детей — дочь Галину и сына Юрия.

Сегодня Анне Ивановне и другим ветеранам оказывает помощь Центр социального обслуживания района «Отрадное». По индивидуальной программе социальные работники помогают ей по дому, приносят продукты, лекарства, помогают оплачивать коммунальные услуги.

Но и сама Анна Ивановна старается быть полезной и активной — встречается со школьниками, рассказывает им о военных годах, о своей жизни.

«Чувство патриотизма воспитывается, — уверена Анна Ивановна. — Это не просто слова о любви. Это еще и уважение к старшим, стремление быть полезным обществу, любовь к родителям, своей семье, своему городу. Об этом надо откровенно говорить с молодыми. Я с большой ответственностью прихожу на встречи с московскими школьниками, веду с ними серьезный разговор о жизни, о войне, об ответственности каждого перед своей страной».

В преддверии 73-й годовщины снятия блокады Ленинграда Анну Ивановну, как и других блокадников, поздравили на дому и вручили подарки, выразив свою признательность и благодарность за подвиг, представители социальных служб Москвы.



### Начальник УСЗН СВАО города Москвы Кудряшова Валентина Николаевна:

— Анна Ивановна Левандовская живет в нашем Северо-Восточном округе Москвы. Здесь проживают более 400 настоящих героев, награжденных медалью «За оборону Ленинграда» и знаком «Житель блокадного Ленинграда», тех, на чью долю выпали тяжелейшие испытания. Столичные социальные службы постоянно заботятся о них, не оставляют без внимания и помощи. И 27 января в день воинской славы — День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады наш человеческий долг еще раз высказать им слова благодарности за предоставленную всем нам возможность любить, растить детей и быть полезными.

# НЕПРОСТОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ

Алексей Карлов живет в Московском психоневрологическом интернате № 20 Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы. Несмотря на свою болезнь, сложную форму ДЦП, активно путешествует, занимается самообразованием и пишет статьи, заметки и очерки, самостоятельно печатая на ноутбуке.

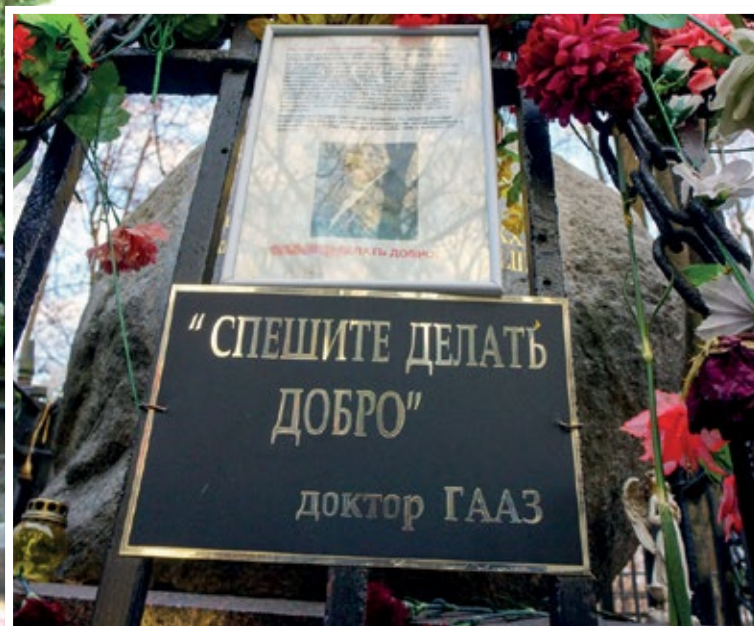
Предлагаем вам познакомиться с новым рассказом о его участии в паломничестве от могилы доктора Гааза до храма Троицы в Хохловском переулке.

**В** этом году нас с моей подругой Леной пригласили участвовать в паломничестве от могилы доктора Гааза до храма святой Троицы в Хохловском переулке. Мы с радостью согласились. Раньше о докторе Гаазе я немного слышал, и было очень интересно больше узнать об этом замечательном человеке.

Федор Петрович (Фридрих Иозеф) Гааз по происхождению немец. Он родился 10 августа 1780 года в Германии, в городе Рейне. Стал врачом. Познакомился с семьей графа Репина из России, который предложил ему стать семейным доктором. Гааз решил пере-

ехать в суровую Россию. Он поселился на Кузнецком Мосту. Вначале Гааз был чиновником — статским советником, но вскоре стал прославленным врачом. Федор Петрович дружил со многими учеными, аристократами, писателями. В том числе с Федором Михайловичем Достоевским. Я нашел в Интернете материал о том, что доктор Гааз явился одним из прообразов князя Мышкина в романе «Идиот».

Про себя доктор Гааз говорил так: «Да, я есть немец, но прежде всего я есть христианин». Он посвятил себя беднейшим из бедных, как и мать Тереза. Часто лечил арестантов, нищих, бродяг, беглых крепостных — в общем, всех «несчастных», как их тогда называли. Заступался за них перед начальством, стремился облегчить им жизнь и даже изобрел облегченные кандалы на руки и на ноги. В то время в России заключенных, приговоренных к каторжным работам, отправляли







Федор Петрович Гааз

пешим этапом в Сибирь, но вначале они шли в кандалах на руках и ногах до Владимира по Владимирскому тракту (сейчас Шоссе Энтузиастов). Кандалы стирали ноги и руки до крови, и люди не могли идти дальше (уже раскованные), потому что ноги и руки были стертые до костей. Доктор Гааз создал облегченные кандалы и даже проверил их на себе. Однажды его знакомый зашел к нему в гости, а Федор Петрович ходит по квартире быстрым шагом. На нем кандалы. Оказалось, он

бище. Водитель спросил: «Зачем?» Лена ответила грустно и задумчиво: «Встретиться с друзьями». Мне интересно, что подумал таксист в тот момент, но он промолчал. Мы ему объяснили, что едем на могилу доктора Гааза. «А это, простите, кто?» — растерялся водитель...

Мы вышли из машины, и к нам подошли Жан-Франсуа Тири и Вика. Охранник открыл ворота, и мы въехали (я передвигаюсь на инвалидной коляске) на немецкое

---

В туристических группах существует такое правило: «Самый медленный должен идти впереди». Так что я ехал впереди и все видел первым.

---

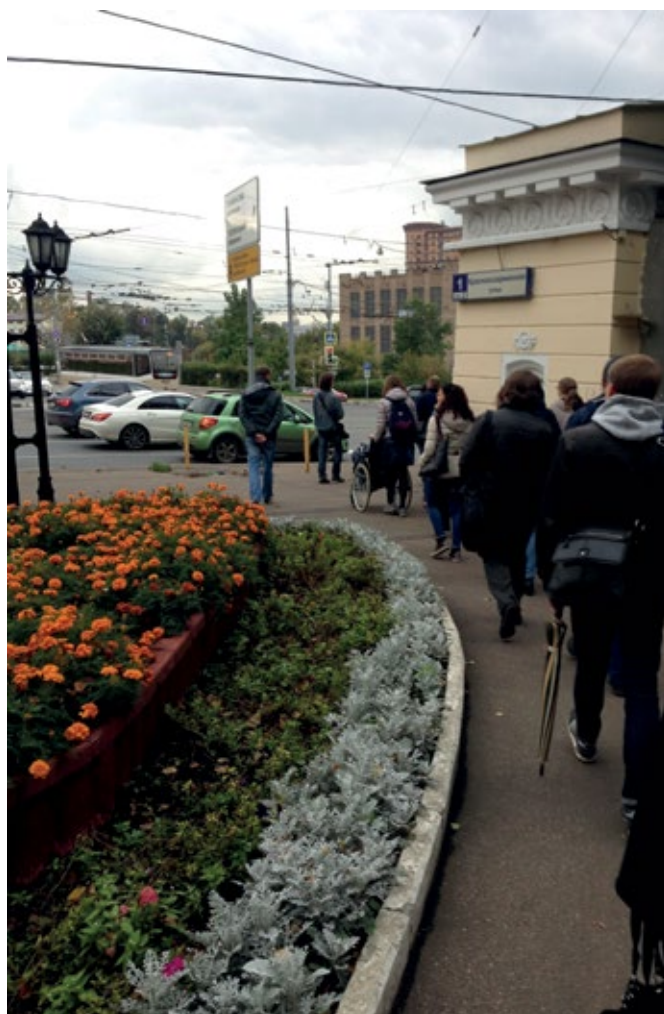
«наматывал» 30 километров по квартире, чтобы испытать на себе свое изобретение. Его облегченные кандалы спасли много жизней. За 25 лет доктор Гааз лично встретился с 25-ю тысячами заключенных. Он сделал много добра и умер в 1853 году. На его похороны пришло 20 тысяч человек, большая часть православных. Митрополит Филарет Милостивый приказал отпеть его по православному чину.

Наше паломничество началось с могилы доктора Гааза на Введенском кладбище в Лефортове. Мы с Леной приехали раньше всех. Таксист спросил: «Куда вы едете?» Мы сообщили, что на Введенское клад-

бище. Мы пошли по аллее. Я заметил указатель к могиле французского повара Оливье, который изобрел знаменитый в России салат, и удивился, что он похоронен в нашей стране.

Справа была старинная католическая часовня. Она оказалась закрытой. Но на ее стене красовались замечательные письма Богу. Это были крики чьих-то душ, то забавные, то отчаянные.

Наконец мы подошли к могиле доктора. Я слышал, что она ограждена кандалами, но их не было. На днях должна была произойти эксгумация его тела из могилы, так как идет процесс канонизации доктора



Гааза. Постепенно собралась вся группа, мы помолились и отправились в путь.

Наше паломничество началось от немецкого кладбища и закончилось в храме святой Троицы в Хохловском переулке. Длина пути составляла около 6 километров. Мы шли молча, кто-то про себя молился. Путь проходил через Лефортовский парк, по очень красивым местам. Погода была пасмурной, зато сухо и тепло. Наверное, доктор Гааз по многочисленным молитвам помог нам пройти маршрут и остаться сухими. Мою коляску катили все по очереди. Мне было приятно. Для многих это был первый опыт движения с инвалидной коляской по улицам столицы. Пришлось преодолевать бордюры, мешала желтая плитка. Я любовался московскими переулками. Мы даже прошли с коляской по подземному переходу. Ребята из общины пронесли меня по лестнице, так как швеллер наклонен под углом 45 градусов, а это недопустимо. Зато мне понравился подъем из перехода по удобному пандусу. По пути нам попались около пяти храмов. Уже потом Жан-Франсуа нам с Леной рассказал, что в туристических группах существует такое правило: «Самый медленный должен идти впереди». Так что я ехал впереди и все видел первым.

Путешествие закончилось в храме св. Троицы в Хохловском переулке.

В этом храме служит настоятелем протоиерей Алексей Уминский. Храм старинный, я понял это по стилю внутреннего убранства. Мы немного подождали, отдыхая от похода в тишине, в храме никого не было. Потом



вышел отец Алексей Уминский. Он поздоровался с нами и начался молебен. В этот день память об удивительном человеке докторе Гааза, о подвиге его жизни помогла собрать православных и католиков вместе. Хор пел слаженно и красиво. На проповеди настоятель интересно, как о личном знакомом, рассказал нам о докторе Гааза. Мне запомнилась фраза о «неудобном милосердии» врача.

Еще мне запомнился постулат (адвокат) доктора Гааза. В процессе беатификации Римско-католическая церковь назначает двух людей — защитника (адвоката) и обвинителя. Адвокат должен доказать святость и собрать свидетельства в пользу святости, обвинитель — собрать и высказать сомнения, затем комиссия взвешивает и выносит решение. Все как в обычном суде. Меня заинтересовал этот процесс. Со дня смерти доктора Гааза прошло много лет, сменилось несколько поколений. Адвокату трудно собирать свидетельства. Его зовут отец Джермано Марани. Я думал, что отец Джермано — строгий высокопоставленный чиновник Римской курии, а увидел невысокого мужчину с добрым лицом. Он всем искренне улыбался, и лицо озарялось светом. Отец Джермано

пожал мне руку. Нам с Леной показалось, что он сам похож на доброго доктора Гааза.

Я пообщался еще со многими людьми. Потом был маленький концерт, чаепитие. После окончания вечера Жан-Франсуа Тири, несмотря на напряженный день, усталость, множество забот, нашел в себе силы довести нас до интерната, а Лену потом подбросил до метро. День получился насыщенным и интересным, дай Бог таких побольше. Спасибо всем, кто нам помогал.

Думаю, каждому человеку нужна христианская община. Мы с Леной вдвоем никогда бы не смогли преодолеть такое расстояние по Москве и устроить прекрасный праздник. Когда я несколько раз был на службе в православном храме, я заметил, что, в основном, каждый прихожанин сам по себе. У каждого своя проблема, а ведь вместе ее решить гораздо проще. Или, например, кто-то бьется над жизненной головоломкой, а его сосед ее уже решил и мог бы поделиться, но они молчат, и ничего не происходит. В результате оба обращаются к священнику, каждый со своей проблемой, и у пастырей перегрузка, голова кругом идет. Может быть, я не прав, это только мое мнение.



# ДРУГИЕ ТАК НЕ МОГУТ!

Совершенно неожиданно оказалось, что проводить беседу с Анатолием Семеновичем Муратовым мне выпало в день его рождения, 12 января. Анатолий Семенович пришел на встречу с папкой своих материалов и фотографий. Сразу обозначил, что его время ограничено. Инициатива полностью перешла в его руки, и он начал рассказывать о себе, попутно демонстрируя свои фото и вырезки из газет и журналов. Скоро стало ясно, что мне повезло встретиться не просто с ветераном, а с удивительной незаурядной личностью.



— В прошлом году у вас был юбилей — 90 лет. Как вы считаете, много ли это?

— Эх! — вздыхает ветеран, махнув рукой, — да вроде и не жил! Надо бы еще 90. Знаю, так каждый ощущает, что время быстро бежит. Вот вы — жили 20-30 лет, и вам кажется, будто бы время быстро пролетело. В 90 лет — то же самое.

Анатолий Семенович производит впечатление человека с чувством юмора и очень гордится своим активным образом жизни. Любит танцы, лыжи, коньки, плавание. Обязательно занимается спортом 2-3 раза в неделю. «Другие так не могут!» — говорит он с гордостью.

По ходу беседы выясняется, что Анатолий Семенович всю жизнь работал журналистом и литературным



редактором, а в 1961 году стал членом Союза журналистов СССР. В Пансионате для ветеранов труда № 1 Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы, где проживает Анатолий Муратов, действует большое количество досуговых центров, в том числе есть возможность продолжать журналистскую деятельность: пансионат издает газету «Достойная жизнь». Анатолий Семенович, как один из самых активных проживающих, является ее постоянным корреспондентом.

— В каком издании вы работали? — спрашиваю я.

— Ой, в очень важном! — с сарказмом произносит он, — на гражданке начинал с районки. Затем работал в тернопольской областной газете, печатался в областных газетах Львова, Ровно, Луцка, в газетах и журналах Киева. А начинал писать еще в армии: в окружных газетах Восточно-Сибирского, Белорусского и Прикарпатского военных округов. Всегда старался писать по-своему. До сих пор я пишу во все-российскую газету «Ветеран». В ней я описываю впечатления и воспоминания солдата-окопника о том, как союзники открывали Второй фронт, его мысли на этот счет, возмущение, негодование и так далее. Вот совет вам, мотайте на ус, — говорит мне Муратов, — пишите свои статьи так, чтобы их можно было бы включить в книгу. Берите интервью у интересных людей, исследуйте серьезные темы, делайте хорошие репортажи. Важно, чтобы все это оставалось актуальным и через много лет.

## МОСКВА — ПАРИЖ

— Мне сказали, что у вас были интересные путешествия по Европе.

— Да, не без этого. Летом 91-го года я совершил большое путешествие по Советскому Союзу, от Чопа до Находки. Искупался в Тихом океане — и обратно. Путь в каждую сторону занял две недели! Я ехал в почтовом вагоне, напросился туда к знакомому начальнику поезда, и он оформил меня как ученика. Мне повезло проделать такой большой путь за считанные дни до того, как распался СССР.

Жены Анатолия Семеновича не стало в 2000 году. Есть две дочери и трое внуков. Женился второй раз в Москве в 83 года. Всего живет в Москве 10 лет, вторая жена умерла 3,5 года назад.

— Год назад я взял туристическую путевку в Европу, — продолжает он, — мы поехали поездом из Москвы в Брест, а из Бреста — автобусом в Варшаву. Мне понравилась Варшава — хороший город, симпатичный. Затем въехали в Германию, были в Берлине, посетили там памятные места, братские захоронения советских воинов. Потом мы побывали в Бельгии,





Светлана и Анатолий Муратовы, 1959 г.

Люксембурге, Голландии, Франции. Честно говоря, европейцы мне показались скучными и зажатými: это нельзя, то — не можно... Будучи в Париже, я даже оделся особым образом: брюки клеш, цветной газетный шарфик и берет набекрень. Знай наших! А оказалось, парижане так не одеваются, они выглядят куда проще. По сравнению со мной они выглядели, как нищие, были плохо одеты.

— На каком языке вы общались в Европе?

— На немецком языке, знаю его неплохо. Английский учил, но не говорю. В некоторых городах говорил и вовсе по-русски, некоторые понимали. Ну что, Париж? Ну да, красивый город. Чистый, по большей части в центре, но не везде. Я совершенно не согласен с выражением «Увидеть Париж и умереть»! Москва не хуже Парижа и других европейских столиц, а в некоторых смыслах даже и лучше. Так что, езжайте, люди добрые, смотрите и не умирайте.

— В каком году вы были в Париже?

— Я был в Париже дважды, в 2015 и 2016 годах. В первый раз я ездил туда с туристической группой, а во второй раз был там проездом, когда ехал на свадьбу своей внучки Маши. Торжество проходило в замке Шато-Шалон, недалеко от города Нант. Там мы пробыли двое суток, а после я с дочкой и ее друзьями по институту полетели на Канары, где и проживают

молодые; они же, молодые, полетели в Таиланд на свой медовый месяц. Да, на маршруте Париж — Канары сделали остановку в испанской Барселоне на двое суток. Как же без Барселоны... Остановились на острове Тенерифе и отдыхали на вилле с семьей мужа Маши. Мне очень понравился океан, вообще, считаю своей стихией воду. На память об острове Тенерифе я взял кусочек вулканической породы. Так же интересное и запоминающееся было путешествие в Турцию.

## ДЕТСТВО

— Я родился в России, под Курском, 12 января 1926 года. В работающей, здоровой, непьющей семье. Жили мы небогато, у моего деда была мельница — по тем временам это считалось признаком зажиточности. Мы переехали на Украину перед тем, как я пошел в первый класс.

В детстве я был хулиганистым, доставлял родителям много хлопот. А в 11 лет в нашей семье произошло горе: в результате транспортной аварии на производстве погиб отец. Эта смерть меня настолько поразила, что я в корне изменился, стал послушным помощником для мамы.

Вскоре мы переехали в город Константиновку (под Донецком), к бабушке, и купили там дом. В 8-й класс



я пошел в лучшую в районе школу. Пришел босиком на первый урок, по привычке — мы же до этого жили в селе. Пришел так один на всю школу, в которой училась тысяча человек. Забавный был случай. Меня выгнали с урока, сказали: обуйся и приходи.

Я до сих пор помню своих учителей: их голоса, их лица, их имена. Считаю, что привилегия для учителей заключается в том, что дети их помнят всю свою жизнь, даже когда становятся взрослыми. Этого лишены представители других профессий.

## ФРОНТОВЫЕ ЗАМЕТКИ

— Как попали на фронт?

— Мне пришла повестка осенью 44-го года, я работал на металлургическом заводе имени Фрунзе. Сначала меня направили в запасной полк, в Днепрпетровск, а потом — на фронт. Определили в стрелковую часть. Мы были в обороне перед Будапештом с целью не допустить прорыва немцев в окруженный Будапешт, стояли у Дуная. 13 февраля Будапешт пал, мы двинулись по Венгрии и дошли почти до Вены. Вели там бои за аэропорт «Швехат». Вся армия была награждена медалями за взятие Будапешта и Вены. Любопытный факт: я побывал в Будапеште и Вене спустя много лет после окончания войны, а во время войны я этих городов не видел. Не все войска, которые участвуют во взятии городов, бывают внутри них.

Я посетил Будапешт с делегацией московского городского совета ветеранов 7–8 лет назад. Мы принимали участие в торжественном мероприятии по случаю Дня Победы. Там мы ходили на городской митинг, к монументам, возлагали цветы, отдавали честь, выступали там, где требовалось. По моей просьбе съездили на братское кладбище под Будапештом, где похоронены мои однополчане, павшие в том самом бою в феврале 1945 года.

— Отмечаете ли вы 9 мая? Как относитесь к нему?

— Обязательно иду куда-нибудь, обычно в город, сам или с кем-нибудь. Но в последнее время это стало почти невозможно: из пансионата я не могу уйти, здесь меня обязывают участвовать в торжественной части, выступать на трибуне, говорить слова приветствия. А мне хотелось бы пойти в город, на Красную площадь, на Воробьевы горы.

— Что думаете о запущенной не так давно общественной акции «Бессмертный полк»?

— Это очень хорошо, — отвечает Анатолий Семенович, — так люди показывают, что помнят, какие у них в семье были потери, кто погиб. Но это страшно, что мы потеряли столько людей!

— Как вы думаете, из-за чего Советская армия понесла такие большие потери?



— Причины разные. Плохо были обучены и солдаты, и сержанты, и командиры. Плохо знали боевую технику и ее возможности. В военное время надо обучать состав более требовательно, но и заботиться о солдате нужно гораздо лучше. В нашей армии забота была самой минимальной. Мы носили гимнастерки и такие же брюки. А что такое гимнастерка? Та же рубашка, только с двумя карманами. У немцев в то же время были суконные френчи с шестью карманами. Отсутствие дисциплины, лень — тоже имели место быть.

На фронте само по себе тяжело. Сна нет, сон — дефицит номер один, где упадешь — там и заснешь. Все передвижения ночью, чтобы противник не видел. Как только передвинулся — копай окоп, вырыл — рой траншею, ходы-сообщения в тыл. Все измотаны до предела. На фронте солдат становится немного ненормальным из-за переходов, обстрелов, окапываний, недоеданий. Он плохо соображает, появляется безразличие к происходящему: убьют — так убьют, ранят — значит, ранят.

## КАК В КИНО!

— Какое у вас наиболее яркое воспоминание с фронта?

— Однажды мы въезжали в какую-то деревню, спали. Вдруг слышим: бьет автоматная очередь по кузову, по



нам. Вылезает из кузова и понимаем, что с какой-то горки бьет пулеметчик. Все разбегаются кто куда. Я в это время увидел насыпь у крестьянских домов. Думаю, надо перебежать огород, а за насыпью можно укрыться и оттуда вести огонь. Побежал по этому огороду, а пулеметчик начал стрелять по мне! Пули свистят слева и справа, и я вижу, как фонтанчики земли подскакивают по несколько штук слева и справа от меня, а я будто бы в заколдованной зоне. Как в кино! Так я добежал до насыпи и был уже вне огня. Там оказался вырытый ранее немцами окоп, в нем я и укрылся. Наши в это время подавили атаку немцев, все поутихло. Начали завозить орудие. Я выбрался из укрытия, стою и не понимаю, что делать. Вдруг недалеко от меня вижу: поднимается султан земли. Немецкий снаряд. Я упал в окоп и надо мной засвистели осколки. Вот так вышло, что за такой короткий промежуток времени — примерно за полчаса — меня могло убить три раза!

- Получается, из боев вы вышли без ранений?
- Да, почти... Было легкое, в ногу, и контузия.
- Следите ли вы за политической обстановкой в мире?
- Слежу. Вот санкции, например. Я думаю, и Рос-

сия, и СССР всю жизнь жили под санкциями, так что это нам не в новинку. Запад боится нас, понятно почему: они смотрят на размеры России и думают, что мы их вот-вот проглотим. Хотя это не мы напали на них, а они на нас! Цели завоевания России Наполеоном мне не понятны, так же и с Гитлером. Неужели он думал, что, пока немцы будут идти до Архангельска, русские будут смиренно сидеть и смотреть на это?

Что еще сказать? Лично я многого ожидаю от Трампа. Если он мудр и самостоятелен, то он может стать самым лучшим, самым прогрессивным президентом США. Он говорит: «Зачем ругаться с Россией? Надо договариваться!» Это правильно. Мне кажется, у него есть все шансы стать великим президентом, круто изменить политику.

— У вас есть кредо?

— А как же:

Я не терплю стандарта  
И не люблю «как все».  
Хочу прожить ярко  
На солнечной Земле!



# НОВАЯ УСЛУГА ОТ РЖД

ОТКРЫТА ОНЛАЙН-РЕГИСТРАЦИЯ ПАССАЖИРОВ, ПРИОБРЕТАЮЩИХ БИЛЕТЫ НА МЕСТА  
ДЛЯ ИНВАЛИДОВ-КОЛЯСОЧНИКОВ



ОАО «Российские железные дороги» (РЖД) совместно с Всероссийским обществом инвалидов приступает к реализации проекта, который позволит инвалидам, передвигающимся в кресле-коляске, приобретать железнодорожные билеты через Интернет.

Для организации продажи электронных билетов на места для инвалидов в поездах дальнего следования и скоростных поездах Центр содействия мобильности

самостоятельно (от руки) печатными буквами. Заполненную анкету, заверенную личной подписью, а также копии документов, подтверждающих необходимость использования кресла-коляски, нужно направить на электронный адрес [info@rzd.ru](mailto:info@rzd.ru) в виде отсканированного или сфотографированного документа.

Кроме того, зарегистрироваться в Центре содействия мобильности ОАО «РЖД» можно в билетных кассах, пре-

---

Сегодня РЖД предлагает клиентам специализированные купе, оборудованные подъемником, с расширенными проходами и отдельным туалетом.

---

ОАО «РЖД» начинает регистрацию инвалидов, передвигающихся в кресле-коляске. Зарегистрироваться в Центре содействия мобильности ОАО «РЖД» можно, направив документы на электронный адрес [info@rzd.ru](mailto:info@rzd.ru) либо обратившись в билетную кассу.

Человек с инвалидностью должен заполнить анкету и предъявить индивидуальную программу реабилитации или абилитации инвалида, а иностранный гражданин — документ, подтверждающий необходимость использования для передвижения кресла-коляски, и его перевод. Анкету можно скачать в разделе «Пассажирам с ограниченными физическими возможностями/Регистрация в Центре содействия мобильности». Анкету можно заполнить в электронном виде на компьютере и распечатать или оформить

доставив индивидуальную программу реабилитации или абилитации инвалида и заполнив анкету. Регистрация в билетной кассе доступна только гражданам России.

О начале продажи электронных билетов для зарегистрированных пассажиров РЖД информирует дополнительно.

## МЕЖДУ ПРОЧИМ

На российских железных дорогах курсируют почти 300 вагонов с купе для инвалидов. Как правило, такие вагоны имеют порядковый номер 9, хотя встречаются номера 7, 10, 15 и др.

# СОСЛОВНАЯ БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ

Наш журнал продолжает публикацию книги «История общественного попечительства, социального обеспечения и добровольчества в Москве: факты и цифры» (Автор-составитель — Студёнова Елена Геннадьевна, кандидат философских наук, доцент кафедры теории и технологии социальной работы ИДПО ДТСЗН города Москвы), выпущенной к 25-летию юбилею социальной службы Москвы Институтом дополнительного профессионального образования (ИДПО) работников социальной сферы Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.

Предлагаем вниманию наших читателей вторую главу этой книги, в которой рассказывается о развитии социальной работы в столице в XVIII–XIX веках.



**П**оявление сословных организаций в Москве прямым образом связано с реформами первой четверти XVIII в. С тех пор в той или иной форме реализовали свою деятельность дворянские и податные (купеческие, мещанские и ремесленные) органы самоуправления.

Нужно отметить, что из органов дворянского самоуправления — дворянского собрания — резервировались представители для замещения по выборам административных должностей, в том числе приказа общественного призрения, попечительств о детских приютах и т.д.

В целом, в компетенцию городских обществ входили не только раскладка и сбор государственных, мест-

ных денежных, натуральных повинностей, недоимок по ним, но и заведование сословными имуществами, учебными и благотворительными заведениями и др.

Позднее в продолжение этой традиции в начале октября 1805 г. постановлением Московского губернского правления был учрежден Дом градского общества. Каждое сословие имело в Доме градского общества свое отделение, в штат этого учреждения вошли и представители органов городского самоуправления, в том числе члены сиротского и совестного судов, приказа общественного призрения.

Необходимо подчеркнуть, что для «общественных советов» при Доме московского градского общества было учреждено собрание поверенных, в которое



избирались только лица, имевшие опыт гражданской службы.

Позже на основании Положения об общественном управлении г. Москвы от 20 марта 1862 г. были образованы московские купеческая, мещанская и ремесленная управы как исполнительные органы и распорядители имущества градских обществ.

Так, например, распорядительным органом купеческого общественного управления выступало собрание выборных купеческого общества. В компетенцию собрания входили (в том числе) раскладка и сбор сословных налогов, принятие пожертвований, сношения с государственными учреждениями. Подготовка вопросов для обсуждения собранием выборных купеческого общества была возложена на постоянные и временные его комиссии (и комитеты): например, комиссия по устройству Николаевского дома призрения для бедных вдов и сирот московского купечества (1868) или по сбору пожертвований на нужды войны и борьбу с немецким засильем (1914) и др.

Все дела в купеческой управе распределялись по 4 территориальным (за каждым было закреплено по 8 слобод) и 3 хозяйственным столам. В сфере общественного попечения и призрения обязанности между столами распределялись следующим образом: 1-й стол (территориальный) — сбор пожертвований на содержание храмов, погорельцев, голодающих, командирование экспертов и оценщиков; а 1-й хозяйственный стол — делопроизводство по пожертвованиям, выдача жалования служащим управы; 2-й хозяйственный стол — управление, страхование, выдача пособий малоимущим из купеческого сословия.

В одном из изданий, посвященных уходу старого XIX и наступлению нового XX века, отмечалось: «Ни в каком другом русском городе, даже в Петербурге, нельзя найти столько благотворительных учреждений, созданных на частные средства, как в Москве. Сотни тысяч ежегодно жертвуются московским купечеством на дела благотворения. Клиники, больницы, богадельни, приюты с каждым годом приумножаются в Москве...».

В 1863 году было создано Московское купеческое общество. Оно содержало богадельню в доме, располагавшемся на Ильинке. К 1900 году оно содержало 12 богаделен, странноприимный дом для монахинь и одну больницу на 150 коек, получившую название Александровской. В богадельнях, основанных Гурьевой, Мазуриными, Морозовыми, Куманиными, Солодовниковыми, Хлудовым и другими благотворителями-купцами, жили более 450 мужчин и 1700 женщин, в странноприимном доме — 360 женщин. В училищах Московского купеческого общества получали профессиональную подготовку свыше 1850 учащихся.

Купеческое общество тратило на благотворительную деятельность 75 процентов своего бюджета, причем не только на содержание собственных заведений, но и на выплату пособий различным московским благотворительным организациям. Кроме того, ежегодно к Рождеству и Пасхе выдавались пособия бедным жителям и бедным невестам Москвы. В начале XX столетия на пособия ежегодно (с начисленных за год процентов) выделялось более 100 тысяч рублей.

К 1914 году Московское купеческое общество ведало 15 богадельнями и домами призрения, созданными на протяжении столетия. Старейшей была Андреевская богадельня, устроенная в 1806 году в здании Андреевского монастыря. Богадельня имени Блохиных, более поздняя по времени открытия (1915 год), была основана на пожертвование (недвижимость и капитал общей стоимостью свыше 420 тысяч рублей) последней представительницы этой купеческой династии Екатерины Николаевны Блохиной.

По Городовому положению 1870 г. исполнительным органом городского общественного самоуправления была провозглашена возглавляемая товарищем городского головы городская управа. Ее структура до роспуска думы в 1918 г. не претерпела существенных изменений.

Все дела распределялись по возглавляемым членами управы 9 отделениям: в частности, 1-е отделение, Административный отдел: 1-й стол — делопроизводство по выдаче содержания, пенсий, пособий служащим и их семьям. А непосредственной подготовкой конкретных вопросов городской жизни для рассмотрения в общем собрании думы занимались постоянные и временные комиссии из гласных: например, по делам о народном здравии, по делам о пользах и нуждах общественных и др.

С 1 января 1905 г. в связи с выделением Москвы в специальное градоначальство надзор за правильностью и законностью действий городских учреждений передавался в ведение градоначальника.

Первые выборы по новому Городовому положению были проведены по 3 избирательным участкам в фев-



Богадельный дом братьев М., А. и В. Солодовниковых



Здание Московского купеческого собрания



Вход в собрание

рале 1893 г. Усложнение городского хозяйства в конце XIX — начале XX в. повело к увеличению числа (более 30) постоянных и временных думских комиссий. Среди них — о пользах и нуждах общественных, общественного здоровья, пенсионная, по жилищным вопросам, по общественному призрению и др.

В целом, забота об общественном призрении, народном образовании и здравии относилась законодателем к числу необязательных расходов городов, и средства на него выделялись по остаточному принципу, в отличие, например, от содержания полиции, расквартирования войск и содержания пожарной команды. Тем не менее, по данным на 1890 г., содержание полиции и пожарной команды обошлось Москве в 1 485 711 рублей, а расходы на народное образование, здравоохранение и призрение составили в сумме 1 862 313 рублей, что в процентном соотношении ко всем городским расходам выразилось в 20% и 25% соответственно. Эти данные свидетельствуют о том, что, несмотря на законодательно определенный приоритет обязательных городских расходов, Городское общественное управление Москвы уделяло не меньшее внимание социальной сфере жизни города. Призрение бедных признавалось Московским городским обществом не только своим нравственным долгом, но и обязанностью, возложенной на него законом.



Однако, по законодательству забота о своих неимущих членах возлагалась на сельские и городские сословные общества, а население Москвы в конце XIX в. состояло на 3/4 из пришлого населения, которое фактически оказывалась беспомощным, т.к. московские купеческое, ремесленное и мещанское сословные общества оказывали призрение своим членам. Поэтому в отличие от других городов в Москве социальное призрение нуждающихся в помощи, абсолютное большинство которых не являлось членами московских сословных обществ, легла на новое бессословное Городское общественное управление.

Формально обязанности по общественному призрению и борьбе с нищенством были возложены на Городское общественное управление Городовым положением 1870 года, начавшим действовать в Москве в 1873 году, но до 1887 года, когда в ведение города перешли заведения и капиталы Приказа общественного призрения, в том числе больницы, деятельность Городской думы в этом направлении была опосредованной и заключалась в материальной помощи частным и государственным благотворительным и лечебным заведениям. Понятие о призрении во второй половине XIX в. рассматривалось многосторонне: больные требовали устройства больниц, беспомощные старики и старухи нуждались в богадельнях, а для профессиональных нищих был предусмотрен Работный дом. Эти три вида общественной благотворительности давно признавались Московской городской думой, и расходы на них ежегодно вносились в городскую смету.

Следующий этап формирования московской системы общественного призрения продлился с 1887 года до учреждения в 1894 году участковых попечительств о бедных. Он характеризуется активизацией деятельности Московского общественного управления по взаимодействию с благотворительными обществами и церковью с целью консолидации и координации усилий по социальному призрению для создания в Москве действенной системы социальной помощи и предотвращения уличного нищенства. Городской думе, значимую роль в которой играло купечество, удалось заслужить доверие частных благотворителей из среды состоятельных москвичей и, заручившись их поддержкой, привлечь большие средства жертвователей на социальные проекты под эгидой Городского общественного управления. Попытки же координации усилий с церковью для создания попечительств с привязкой к церковным приходам, но под управлением Городской думы не увенчались успехом, в том числе и из-за позиции церковных властей, которые не желали вмешательства в церковно-приходскую благотворительность.

Учреждением в 1894 году особых городских попечительств о бедных, территориально распределявшихся по городским участкам, завершается формирование московской системы социального призрения, взявшей за образец Эльберфельдскую благотворительную систему, созданную в немецком Эльберфельде и хорошо себя зарекомендовавшую в Европе. Территория города была разбита на 24 участка. Каждый попечительский участок возглавлял попечитель с товарищем, избираемые Городской думой на 4 года. Попечительская помощь оказывалась лишь уроженцам Москвы и тем, кто проживал в городе не менее 2 лет. Перед вновь созданными попечительствами стояла задача создания «целесообразной благотворительности», способной глубже входить в причины явления, с которым она призвана бороться, и стараться по возможности уничтожить его в зародыше. Их целью было превентивное, открытое призрение, индивидуализированная помощь нуждающимся, требовавшая участия большого количества добровольцев и больших финансовых средств. И с тем и с другим сначала проблем не возникало, но затем, когда пыл добровольцев немного угас, а попечительствам пришлось взять на себя несвойственные им функции, возникли финансовые трудности, которые невозможно было решить без более активной поддержки от городского бюджета. Тем не менее деятельность московских попечительств была признана очень успешной, и правительство рекомендовало перенять этот опыт другим российским городам.

Таким образом, к концу XIX столетия в Москве, как и в других городах России в организации общественной благотворительности значительно возросла роль городского самоуправления. В ведении городских дум находились десятки крупных заведений, причем некоторые из них представляли собой целые комплексы для устройства трудоспособных или призрения нетрудоспособных, включая, например, богадельни для стариков, ясли для детей и дешевые столовые. Городские учреждения для стариков и инвалидов предоставляли бесплатный кров и пищу нескольким тысячам человек одновременно. В целях оказания помощи в поисках работы действовали дома трудолюбия и работные дома. Социальному служению посвятили свою жизнь добросердечные, благородные, щедрые простые люди, готовые прийти на помощь в беде, а также состоятельные граждане, заботящиеся о благе обездоленных и страждущих, бедных и неимущих: одиноких стариках и больных, детях и многодетных матерях. Благотворительные учреждения в городах России, созданные на добровольческой основе, стали свидетельствами и памятниками высокой духовности и нравственности.

A photograph of a classic living room. On the right, a large wooden fireplace has a fire burning in the hearth. Above the mantel is a framed portrait of a woman. On the mantel are several decorative items, including a teapot and a clock. To the left of the fireplace is a built-in bookshelf filled with books, with a wicker basket of logs in front. Further left is a dark wood side table with a lamp and a small table with a white sofa. In the foreground, a wooden coffee table holds a stack of books. The room is decorated with a patterned rug and a striped armchair.

# Литературная гостиная





Гостями рубрики нашего журнала в этом номере стали участники литературного объединения «Московские зори», созданного в 2009 году в филиале «Тверской» территориального центра социального обслуживания «Арбат» Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.

Литературное объединение «Московские зори» — это содружество людей, для которых литература — неотъемлемая и весьма важная часть жизни. Среди них педагоги, научные сотрудники вузов, врачи, строители, музыканты, артисты. И пусть у них разные профессии, но всех их объединяет одно — любовь к слову. В поэзии и прозе они ищут такие выразительные средства богатого русского языка, которые помогут ярче и полнее отразить окружающий мир и своё отношение к нему.

Под руководством своих наставников, членов Союза писателей России Ольги Сергеевны Шароновой и Людмилы Викторовны Максимчук самодеятельные поэты не только участвуют в поэтических конкурсах, но и готовят к изданию свои поэтические сборники.

Мы предлагаем вниманию наших читателей стихотворения двух участников литературного объединения «Московские зори» — Ольги Шароновой и Юрия Абрамова.

### **ОЛЬГА ШАРОНОВА**

*Ольга Сергеевна Шаронова родилась в Москве. Окончила Педагогический институт (филологический факультет). Ольга Сергеевна – член Союза писателей России. Печаталась в литературных альманахах «Третье дыхание», «Наша Пресня», «Академия поэзии» и многих других. Она — автор трёх поэтических книг: «Голубая чаша», «Под ясной звездой» и «Ключ вечности». Награждена золотой Есенинской медалью и медалью «55 лет Московской организации Союза писателей России».*

### **ВЕСНА**

Пришла, как дева молодая,  
И принесла опять с собой  
Апрель хрустально-голубой  
И чистую невинность мая.





Живым дыханием согреты  
Бегут журчащие ручьи,  
И в них кораблики мои  
Плывут, конца не зная света.

Раскрылись почки на ветвях.  
Трава пробилась, зеленея.  
И верить я ещё не смею  
О возродивших душу днях.

Ну как, Весна, тебя забудешь!  
Мне кажется, меня ты любишь  
Немного больше, чем других.

И в наше краткое свиданье  
Я чувствую твоё дыханье  
И золотистое сиянье  
На всех корабликах моих!

### РОЗЫ

Роза красная, лепестки твои,  
Как у страстности, у моей любви.  
Роза белая, лепестки твои,  
Как у верности, у моей любви.  
Роза жёлтая, лепестки твои,

Как у ревности, у моей любви.  
А у розовой, розы нежности,  
Нет ни страстности, нет ни ревности,  
Даже верности не хватает ей,  
розе нежности.  
На заре они лепестки свои  
Все раскрасили для моей любви.

\*\*\*

В неволе сумрачной желанья  
Ещё, безумная, томлюсь.  
Ещё наивно уповаю,  
Ещё люблю, ещё молюсь.  
Ещё мне ревность сердце гложет,  
И речь твоя мой слух тревожит.  
Рассудку, воле вопреки  
Тебе я верю безраздельно.  
Мне сладок яд непробужденья  
И горечь грусти и тоски.  
Так страшен холод отрезвленья!  
Любя, ловлю твой каждый взгляд.  
Души неопытной волненья  
Так много сердцу говорят.  
Когда ж проснусь от упоенья  
Любви безжалостной утрат?!

### ЮРИЙ АБРАМОВ

*Юрий Васильевич Абрамов родился в Подмосковье. Окончил пединститут. Профессии преподавателя посвятил сорок пять лет. С детства полюбил родную природу. Стихи начал писать в армии. Публиковался в московских газетах и журналах, в пяти коллективных сборниках.*

\*\*\*

Один и тот же сон мне снится:  
Отец пришёл с войны домой.  
И на груди медаль искрится,  
И сам — весёлый, молодой.

Сорвав сирени белой ветку,  
Неспешно двери отворил,  
К столу присел на табуретку  
И, улыбнувшись, закурил.

Погладил по вихрам сыночка...  
И вижу я сквозь сонный бред:  
На гимнастёрке, слева, точка —  
Кровавый вражьей пули след!

Один и тот же сон мне снится:  
С войны вернулся мой отец.  
И боль утраты вечно длится,  
А пули той во мне свинец...





\*\*\*

Запах полыни с детства поныне  
Тянет меня на луга и поля.  
Шёпот осины, озеро сини —  
Это Россия, моя и твоя.

Вешние силы, ливни косые,  
Голову кружит черёмухи цвет.  
Нету красивей нашей России,  
Даже похожей страны в мире нет.

Счастье нахлынет, песней пронимет  
Русскую душу раскат соловья.  
Шёпот осины, озеро сини —  
Это Россия, моя и твоя.

\*\*\*

А зима всё снежит и снежит,  
Серебром замела всю Русь,  
И до слёз глаза мои режет  
Белоснежная эта грусть.

Мне бы в поле ржаное с маху  
Навзничь броситься и глазеть  
На поющую в небе птаху,  
И душою от счастья млеть.

Мне бы в небе, в разливе сини  
Белым облаком тихо плыть,  
Чтобы слышать шёпот осины,  
И видеть цветущую сныть,

Чтобы жданным дождём пролиться  
На просторы Руси моей,  
Каждой капелькой раствориться  
Под малиновый звон церковей.

\*\*\*

Что дорога? Пыль да скука.  
Мне тропиночка милей,  
Бескорыстная подруга  
Самых лучших в жизни дней.

Не идёт она, а льётся  
То в овражек, то в лесок,  
То к болотине прижмётся,  
То к реке в сырой песок.

То под горку зазмеится,  
Станет шире, Боже мой!  
Там родник святой искрится  
Чисто ангельской слезой.

А на дне струя живая  
Шевелит песчинок рой.  
Ах ты, Русь моя родная,  
С родниковую водой.

И стремится в тихом звоне  
Ручеек из водных жил.  
К роднику я, как к иконе,  
Нежно губы приложил.





## НА КОНСУЛЬТАЦИИ У ПСИХОЛОГА

На вопросы наших читателей отвечает Екатерина Игонина, психолог ГБУ «Московская служба психологической помощи населению» Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.

*Так случилось, что полгода назад у меня обнаружили рак. Вся моя жизнь изменилась, теперь это бесконечные обследования, тяжелое лечение, часто наваливаются одиночество и душевная мука. Но самое страшное, что в этой ситуации я одна. Чувствую, муж стремительно отдаляется от меня, мы можем подолгу молчать, находясь рядом. Я с каждым разом чувствую, как растет напряжение между нами. Наверное, нам нужно сесть и поговорить начистоту, но я не знаю, а вдруг он скажет, что я такая уже не нужна ему.*

**Е. П., Москва**

Здравствуйте! Считается, что неопределённость, так называемое «подвешенное состояние» гораздо хуже знания о «горькой» правде. Конечно, можно сделать массу предположений насчёт того, о чём думает супруг по поводу состояния Вашего здоровья, и сильно переживать, а то и вовсе отчаяться от предположений одно другого страшнее. На это уходят не только душевные, но и физические силы, которые сейчас Вам так нужны. Попробуйте обрести стабильность в ваших с мужем отношениях, это облегчит состояние сразу двух человек. Лучше всего поговорить с ним о том, что сейчас происходит, а главное — поинтересоваться, каково ему. А вдруг он чувствует свою вину — мол, не уберёг, мало уделял внимания, не был «образцовым» мужчиной, опорой и защитой для Вас? Вдруг он корит себя за то, что бессилён Вам помочь — ведь мужчины по природе своей люди активного действия, их угнетают ситуации, когда они чувствуют и, по сути, являются беспомощными. И тогда Ваши слова, Ваши чувства помогут ему иначе взглянуть на

проблему, выявить главное, самое важное, на чём вам обоим следует сейчас сосредоточиться — речь о борьбе за здоровье и жизнь. Кто, как не Вы, может подсказать ему, как лучше поддержать Вас, что успокаивает и ободряет, придаёт сил Вашей борьбе. Вот и будет активное участие с его стороны, он станет чувствовать себя более сильным. А женщина рядом с сильным мужчиной тоже чувствует себя гораздо лучше. Желаю Вам здоровья и удачи!

*Мой сын резко стал меняться в 12 лет. Из милого, доброго, отзывчивого ребенка в один день стал дерзким, грубым и обидчивым.*

*Мы живем втроем, еще есть маленькая дочь, а муж оставил нас, когда ей был всего месяц. Мне очень трудно, опускаются руки от отчаяния. Я работаю целый день, чтобы обеспечивать их, он мне совсем не помогает, а еще и дерзит. Он совсем не опора для меня, посуду не помоешь лишний раз, убираться его не заставишь, а еще стал обижать младшую сестренку. Что делать с ним? Отец с нами не общается и сына видеть не хочет, а других мужчин, которые могли бы взять его в «ежовые рукавицы», у нас нет. Я пыталась с ним строго разговаривать, даже шлепнула, а он впервые на меня замахнулся в ответ... Как быть? Как воззвать к его совести? Чтобы он понял, как трудно мне? Переживал за меня и заботился?*

**Вера С., Великий Новгород**

Уважаемая Вера, очень трудно посоветовать Вам конкретные шаги налаживания отношений с сыном, не зная подробностей. Всегда ли поведение сына было



таким или изменилось недавно? Помогал ли он Вам раньше, были ли у него домашние обязанности? Как вообще можно охарактеризовать ваши с ним отношения до возникновения конфликтов? В какие моменты настоящего периода у вас всё хорошо, бывает ли так? Также для того, чтобы найти пути решения проблемы, надо знать о том, как происходит ваше общение, как Вы реагируете на его дерзость, что провоцирует вспышки непослушания и т.д. Например, подросток может становиться агрессивнее в моменты запрета встреч с друзьями, и если просьба о помощи по дому совпадает с ними, это вызывает бурю возмущения, чего не наблюдается тогда, когда сын не занят. Но это всего лишь предположение, а у каждого свои истории.

Жить с подростком, действительно, очень трудно, но и Вашему сыну сложно. Сейчас самое главное — научиться с пониманием относиться к его сложностям, поддерживать его на этой ступени развития личности. Однако это вовсе не означает полного отстранения его от помощи по дому и игнорирования его недопустимых «выходок». А разобраться в том, как сделать так, чтобы за время подросткового кризиса ваши с ним отношения не испортились, и сын стал принимать в жизни семьи большее участие, лучше всего Вам поможет психолог на очной консультации. Желаю Вам удачи!

---

*Мой муж самый добрый, внимательный человек, можно сказать, мне повезло, но есть минус небольшой, он любит чистоту и порядок. Я не грязнуля, но у него это доходит до паранойи. Если он положил и свернул полотенце на кухне, оно потом должно всегда именно так лежать. Я могу попользоваться, но повесить его должна так же. Например, помоев тарелки, вытрет и давай складывать их чуть ли не узорчик к узорчику, любитесь, а я прямо сдерживаюсь, так хочется все раскидать ему назло, про выдавливание зубной пасты не с того места я уже промолчу. Стоит мне нарушить этот мировой порядок, он начинает кричать и раздражаться на меня. Раньше у него это было не так сильно, терпимо, но с каждым годом это только ухудшается. Я его люблю, но не могу жить все время в музее. Как ему объяснить, втолковать, что не в этом состоит счастье?*

**А. С., Казань**

В одном известном советском фильме главная героиня говорит: «Счастье — это когда тебя понимают». И, согласитесь, от семьи мы ждём именно понимания, именно принятия нас такими, какие мы есть. Только с самыми близкими мы можем оставаться самими собой и не опасаться быть отвергнутыми, осуждёнными. Если это не так, то в семье становится неуютно, из такого дома хочется бежать, ища принятия «на стороне».

Вы справедливо заметили, что приверженность мужа чистоте и порядку всего лишь небольшой минус. А сколько есть плюсов? Да и такая ли это большая беда — постоянно наводить чистоту? Причём, как можно понять из письма, супруг сам убирается, от Вас же требуется только поддерживать заведённый им порядок. Догадываетесь ли Вы о причинах такой его привычки? Как давно наблюдается «ухудшение», можете ли Вы вспомнить, как было раньше, и почему произошли перемены? Порой такое поведение свидетельствует об утрате контроля над чем-то (ситуацией, своим положением или состоянием), и таким образом человек стремится получить хоть что-то стабильное, незыблемое, гарантированное. Мол, я точно знаю, что будет так, как я сделаю, и это окажется неизменным. Безусловно, тому есть причина, хотя не всегда осознаваемая самим человеком и тем более не очевидная другим. Если это беспокоит его, он может разобраться в происходящем с психологом.

Но сейчас речь о Вас. Почему Вы придаёте такое значение происходящему? Разве это основная проблема, которая поглощает всё Ваше внимание? И если муж находит утешение в поддержании безупречного порядка, то что является счастьем для Вас? Пр продемонстрируйте это супругу — пригласите его в театр, на прогулку, вспомните, что вам обоим нравилось прежде. Покажите, что важно для Вас, в то же время не отвергая важные для него вещи. Вполне вероятно, что, когда Вы перестанете чрезмерно фиксироваться на этом «небольшом минусе», переключившись на другие вещи, поменяется не только Ваше, но и его отношение к уборке.

---

*Год назад я попал автокатастрофу и теперь полностью парализован. Моя жена старается поддерживать меня, но я вижу ее глаза, они у нее несчастные.*

*Наша жизнь до аварии была очень веселой и беззаботной. Мы встретились три года назад. У меня было все: развлечения, путешествия, друзья, хорошая работа. Встретились, а через полгода уже поженились, я носил ее на руках. Она ни в чем не нуждалась, я выполнял любое ее желание, мне это нравилось, и я мог себе это позволить. В один момент все рухнуло, я потерял работу, заработки, друзья все разбежались кто куда, остались лишь жена и моя мама.*

*Мама очень помогает, но порой мне кажется, что мама — единственный человек, который меня по-настоящему любит. Любит ли меня жена, теперь сложно сказать. Что делать, отпустить ее? Я не могу держать ее около себя насильно, она молода, красива, видеть ее несчастные глаза тоже трудно. Но я понимаю, если она меня предаст и уйдет, я точно умру.*

**Виктор С., Калуга**



Уважаемый Виктор, насколько Вы уверены в том, что знаете истинную причину «несчастливых» глаз Вашей жены? Точно ли Вам кажется именно то, что есть на самом деле? Вы переживаете за то, что с Вами случилось, но разве с ней происходит не то же самое? При этом она старается поддерживать Вас, возможно так, как умеет. А поддерживаете ли Вы её? Как? Говорили ли Вы когда-нибудь о том, как изменилась ваша жизнь, о том, что в связи с этим чувствует каждый из Вас? Человеку свойственно считать свой взгляд истинным — мол, если кажется, что другой чувствует это, значит, так оно и есть. Тем не менее это зачастую неверно. Всё, что касается чувств и мыслей другого человека, остаётся для нас всего лишь предположением: возможно, это так, а возможно, что и нет. Единственный способ узнать истину — это откровенно поговорить.

И ещё. Попробуйте воздержаться и не настраивать себя на определённый сценарий ваших с женой отношений. Всё-таки надо учитывать, что, кроме Вашего мнения, у неё есть собственное, а в отношениях двоих договариваться следует не с самим собой, а со своей «второй половиной». Лучше поделитесь своими чувствами, расскажите о том, что Вас мучает, что беспокоит и огорчает. Но при этом не делитесь предположениями об её эмоциях, её намерениях. Помните, что порой такие предположения могут очень сильно обидеть человека — как раз сомнениями в его любви и преданности. Сил Вам, Виктор, и здоровья.

---

*В нашем доме живет пожилая женщина. Она такая активная, позитивная. Вечно куда-то бегают... Как*

*оказалось, она посещает центр социального обслуживания нашего района, где участвует в творческих кружках, секциях, то ли поет, то ли танцует. У нее такой довольный и задорный вид, что просто зависть берет. А моя мама сидит все время дома. Внуки выросли, уже заняты своими делами, и она сидит дома и никуда не ходит. Говорит, жизнь уже прошла, и называет нашу активистку сумасшедшей старухой. А мне не нравится, что мама все время пасмурная, может быть, ее насильно заставляют ходить в эти творческие кружки, может быть, только так она очнется и поймет, что и в этом возрасте можно жить интересно? Ведь некоторых детей насильно заставляют ходить на музыку, и позже они, конечно, повзрослев, только благодарны родителям за такое «насилие».*

**И.С. Москва**

Здравствуйте! Вряд ли применение силы поможет в таком вопросе. Да и согласитесь, некоторые из деток, которые под нажимом родителей «вымучивают» ту же музыкальную школу, после даже не подходят к инструменту, ставшему им ненавистным. К тому же Ваша мама — взрослый сложившийся человек, и едва ли получится «задавить» авторитетом. А вот попробовать «заразить» каким-то увлечением, помочь обнаружить в себе желание и способность, например, творить, очень даже можно. Пустые воззвания, упрёки и примеры того, как другим хорошо, чаще всего бессильны изменить ситуацию. Попробуйте действовать решительнее — сами отправляйтесь с мамой на прогулки, экскурсии, различные путешествия, посещайте мастер-классы и тематические встречи. Что любит Ваша мама, чем она увлекалась прежде, что вызывало её симпатию? Возможно, ей чего-то очень хотелось в молодости, но для достижения этого не было возможности? Можно попробовать познакомить её с тем, что она считала для себя неподходящим, мы ведь порой и не догадываемся о своих скрытых способностях, боимся попробовать себя в чём-то новом. Человек может всю жизнь считать, что ему чужда работа в саду-огороде, а потом наслаждаться обустройством розария или альпийской горки. Или можно не любить собак, потому что их просто не было в твоей жизни по каким-то причинам, а если вдруг появляется в доме щенок, то в нём сразу же души не чают, и т.д.

И, конечно же, любой жизни придают смысл внимание и забота близких, их любовь, понимание и приятие. Критика всегда больно ранит и лишает желаний в принципе заниматься чем-то позитивным. Пусть в доме будет больше улыбок и добра, положительных эмоций и приятных сюрпризов! И тогда наверняка «пасмурность» Вашей мамы изменится на что-то более светлое и солнечное. Желаю удачи!



## ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ ИЗ ПСИХОЛОГИИ

• Те, кто спит 6–7 часов, меньше подвержены риску преждевременной смерти, чем те, кто спит по 8 часов. Но у спящих менее 5 часов по ночам в три раза чаще возникают психические проблемы, чем у тех, кто спит по 8–9 часов.

• Нет для человека лучшего звука, чем его произнесенное имя. Первое, что надо запоминать при знакомстве, — имя. Не должность, не профессию, а имя. Это основное правило установки хороших отношений.

• Чтобы быстро уснуть, надо лечь на спину, вытянуться, расслабить все тело. Закрыть глаза и под закрытыми веками закатить зрачки вверх. Это нормальное состояние глаз во время сна. Приняв это положение, человек засыпает быстро, легко и глубоко.

• Знание психологии делает жизнь сложнее, а применение — проще.

• Лучшим средством от забот, тревожности и стресса ученые из Оксфордского университета признали чтение интересной книги, утверждая, что это занятие оказывает быстрый эффект на организм.

• Иногда неразделенная любовь перерастает в настоящую одержимость и даже чревата психическими расстройствами, такими, например, как синдром Адели — длительной болезненной любовной одержимостью другим человеком, которая остается без ответа.

• Проанализировав более миллиарда твиттов, опубликованных во время крупных спортивных соревнований, учёные установили, что чем «громче» и увереннее заявления спорщика, тем больше у него шансов одержать победу в дискуссии. Иными словами, говорите уверенно, даже если знаете, что не правы.

• Если человек пытается что-то вспомнить, но при этом продолжает смотреть вам в глаза, будьте уверены — вас обманывают.

• Женщины чувствуют себя любимой, общаясь лицом к лицу со своим партнером, мужчины, напротив, испытывают эмоциональную близость в общении, когда они работают, играют или разговаривают, сидя рядом с партнёршей.



ДЕПАРТАМЕНТ ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ  
ГОРОДА МОСКВЫ

ГБУ «МОСКОВСКАЯ СЛУЖБА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ  
ПОМОЩИ НАСЕЛЕНИЮ»



**ПРИХОДИТЕ К НАМ, ВАМ ПОМОГУТ!**

**тел.: 8 (499) 173-09-09**

**ТЕЛЕФОН НЕОТЛОЖНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ**

**051**

**Круглосуточно, бесплатно, с городского телефона  
с мобильного телефона**

**8 (495) 051**

**[www.msph.ru](http://www.msph.ru)**

# ИКОНА БОГОРОДИЦЫ «ДЕРЖАВНАЯ»



## МОЛИТВА

*Мира Заступнице, Мати всепетая! Со страхом, верою и любовью припадающе пред честною иконою Твоею Державною, усердно молим Тя: не отврати лица Твоего от прибегающих к Тебе. Умоли, милосердная Мати Света, Сына Твоего и Бога нашего, сладчайшаго Господа Иисуса Христа, да сохранит в мире страну нашу, да утвердит державу нашу в благоденствии, и избавит нас от междоусобных брани, да укрепит святую церковь нашу православную, и незыблему соблюдет ю от неверия, раскола и ересей. Не имамы иныя помощи, разве Тебе, Пречистая Дево; Ты еси всесильная христиан Заступница пред Богом, праведный гнев Его умягчая, избави всех с верою Тебе молящихся от падений греховных, от навета злых человек, от глада, скорбей и болезней. Даруй нам дух сокрушения, смирение сердца, чистоту помышлений, исправление греховныя жизни и оставление согрешений наших; да вси, благодарно воспевающе величие Твое, сподобимся Небеснаго Царствия, и тамо со всеми святыми прославим Пречестное и Великолепое имя в Троице славимаго Бога, Отца и Сына и Святаго Духа. Аминь*



Эта икона одна из самых почитаемых на Руси чудотворных образов Божией Матери. Обретена она была уже в XX веке и стала одной из главных святынь современной России.

Этот образ Богоматери явился православному народу 2/15 марта 1917 года, в день отречения от престола царя-мученика Николая Александровича. Вскоре всю Россию облетело известие, что именно в этот день в селе Коломенском под Москвой произошло чудесное явление новой иконы Божией Матери, названной «Державная», так как Царица Небесная была изображена на этой иконе как Царица земная.

Святая икона явилась в двух сновидениях крестьянке Бронницкого уезда, Жирошкинской волости, деревни Починок Евдокии Андриановой. 13 февраля Андрианова слышала таинственный голос: «Есть в селе Коломенском большая черная икона. Ее нужно взять, сделать красной и пусть молятся». Благочестивая женщина стала молиться о получении более ясных указаний, и спустя две недели Андриановой приснилась белая церковь, в ней величественно восседала женщина, в которой Евдокия признала и почувствовала Царицу Небесную, но не видела ее святого лика. Позже Евдокия отправилась в Коломенское и сразу узнала виденную во сне Вознесенскую церковь.

Настоятелем церкви Вознесения был священник отец Николай Лихачев. Придя к нему в дом, Андрианова сообщила о своих сновидениях и просила совета — как поступить. Отец Николай пригласил Андрианову в церковь, где показал ей все старинные иконы Богоматери, находящиеся в храме и на иконостасе, но ни в одной из них она не нашла сходства со своим сновидением. Тогда отец Николай стал усердно искать икону. Наконец, в подвале церкви была обнаружена большая почерневшая от старости икона. Когда ее промыли, открылось изображение Богоматери, восседающей на троне. Царица Небесная была написана со знаками царской власти: в красной пор-

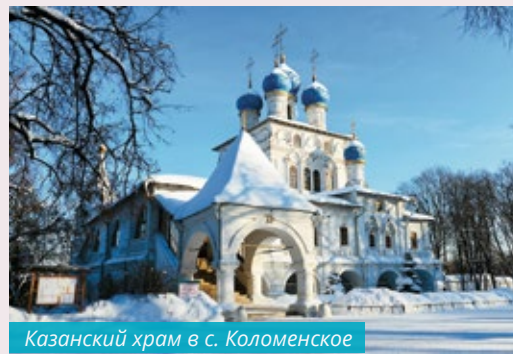
фире, с короной на голове и скипетром и державой в руках, откуда и произошло название «Державная». На коленях Ее находился благословляющий Богомладенец. Лик Богоматери был необычайно строг, суров, а глаза наполнены слезами.

Весть о явлении новой иконы в день отречения государя быстро разнеслась по окрестностям, достигла Москвы и распространилась по всей России. Богомольцам, стекавшимся в Коломенское, пред иконой были явлены чудеса исцеления телесных и душевных недугов. Икону начали возить по окрестным храмам, фабрикам и заводам, оставляя ее в Вознесенской церкви только на воскресные и праздничные дни. Известно, что икона побывала в Марфо-Мариинской обители в Замоскворечье, где ее торжественно встречала настоятельница, преподобномученица великая княгиня Елизавета Феодоровна с сестрами. Скоро почти в каждом храме появился список с «Державной», были подготовлены служба и акафист, в составлении которых принимал участие святитель Тихон.

После революции икона хранилась в запасниках Исторического музея. 27 июля 1990 года, в канун памяти святого равноапостольного князя Владимира, икону перевезли в родное Коломенское.

Сейчас эта икона является главной святыней Казанского храма в Коломенском.

В 1995 году возрождение храма Христа Спасителя началось со строительства деревянного храма-часовни в честь «Державной» иконы Божией Матери, в которой служились первые Божественные литургии.



Казанский храм в с. Коломенское



# ВАЛААМ: ОСТРОВ ПРЕОБРАЖЕНИЯ



## ЦИФРЫ И ФАКТЫ

• **Монастырь на островах** — архипелаг Валаам в Ладожском озере в 22-х километрах от материка с расположенным на нем Спасо-Преображенским монастырем. Площадь 50 островов составляет 36 кв. км. Крупнейший остров — Валаам, на него приходится более 2/3 площади — 27,8 кв. км. Длина острова 9,6 км, ширина — 7,8 км.

• **Языческий жертвенник.** Название «Валаам» переводят с финского как «высокая земля», менее вероятный перевод — «земля клятвы» или «земля света». Некоторые полагают, что название происходит от имени языческого бога Ваала (иногда идентифицируемого со славянским Велесом) или библейского прорицателя Валаама. Согласно валаамскому преданию, в древние времена, когда жившие в Приладожье финно-угры и славяне только готовились принять христианскую веру,



острова были гигантским языческим жертвенником. Первый из учеников Христовых, св. апостол Андрей Первозванный, просвещая скифские и славянские земли, из Новгорода отправился на Валаам, где разрушил языческие капища и воздвиг каменный крест. Святой апостол предсказал великое будущее Валааму, наступившее с основанием и расцветом монашеской обители.

- **Святые без жития.** Основатели монастыря — преподобные Сергей и Герман, валаамские чудотворцы, не оставили нам своего жития. Сохранились лишь краткие упоминания в летописях и древних рукописях. Но преподобные Сергей и Герман никогда не оставляли своего братства. Они продолжают свидетельствовать на протяжении тысячи лет свое незримое присутствие, охраняя своим молитвенным предстательством Валаамскую обитель. Множество чудес и исцелений подается по вере просящих о молитвенном предстательстве преподобных Сергия и Германа. Чудеса эти продолжают и в настоящее время. В монастырском архиве, находящемся ныне в Финляндии, в Ново-Валаамском монастыре, сохранился сборник «Чудеса преподобных Сергия и Германа».

- **Попытки кощунства наказуемы.** В 1611 году монастырь был razoren шведами, и на острове жили шведские колонисты. В 1685 году в царствование великих князей Иоанна Алексеевича и Петра Алексеевича шведы захотели откопать мощи преподобных и надругаться над ними, но Господь вскоре послал на них «великий недуг и расслабление членов», поэтому они устрашились и над мощами устроили часовню. В 1163 году святые мощи были временно перенесены в Новгород. В 1182 году, когда опасность миновала, иноки перенесли обратно на Валаам святые мощи своих небесных заступников. Опасаясь оскорбления святых, иссекли глубоко в скале могилу и в ней скрыли святые мощи угодников, где они и поныне пребывают «под спудом». В память возвращения святых мощей в Валаамскую обитель совершается ежегодно церковное празднество 11-24 сентября.



Преподобные Сергий и Герман, валаамские чудотворцы

- **Календарный вопрос.** После октябрьского переворота в 1917 году Финляндия получила независимость. Валаам оказался на ее территории, что сохранило на время обитель. С ноября 1918 года монастырь находился в ведении финляндской православной церкви, ставшей автономной и перешедшей в юрисдикцию Константинопольской церкви. В сложных политических условиях, чтобы не прослыть «русской», финская церковь стремилась активно проводить реформы, подчеркивая свою самостоятельность. Она перешла на новый (григорианский) календарный стиль и западную пасхалию, не признаваемую другими православными церквями. В сентябре 1925 года во время визита на Валаам возглавлявшего финскую церковь епископа Германа прозвучало окончательное требование принять новый стиль. Значительная часть братии



Валаамский Спасо-Преображенский монастырь



Свято-Владимирский скит



отказалась служить с ним и греческим митрополитом Германосом, стремясь придерживаться церковных канонов. Начались гонения. Ряд монахов должны были вернуться на верную гибель в СССР, некоторые перебрались в Сербию. Изгнанные иноки принесли традиции Валаама в разные страны мира: Францию, США, Марокко, Германию. В 1946-м остров перешел под юрисдикцию Русской православной церкви и был снова принят старый (юлианский) церковный календарь.

• **Светильник православной веры.** В лютеранской Финляндии Валаам в 20-30-е годы XX века продолжал быть светильником православной веры. Здесь ежегодно совершались съезды духовенства из 35 приходов Финляндии. Издавался журнал «Утренняя заря», книги. С 1926 года в Петропавловском храме иеромонах Исаакий начал совершать регулярные богослужения на финском языке. Работали школа-приют для 30 мальчиков, бедных и сирот в Воскресенском скиту, и школа-«киновия» для мальчиков-карел. В храмах совершалось непрерывное чтение Псалтири с поминовением умерших и живых.

• **И пашем, и сеем.** В 1882 году в шести километрах к западу от монастыря была выстроена образцовая механизированная ферма на 70 голов скота. Коровник был построен с отдельными секциями для каждого животного, с учетом рельефа, облегчающего въезд на сеновал. К обширному леднику с берега озера шла рельсовая дорога длиной 32 метра с подъемным

краном. С его помощью молочные продукты погружали на лодку и отвозили в монастырь. По рельсам доставлялся и сваренный в котлах корм, воду брали из водопровода.

• **Собираем урожай.** В XIX веке на Валааме были прекрасные сады. Яблонь разводилось не менее 60 сортов, урожай составлял до 50 тонн. К обеду братии подавали до 80 кг свежесобранных ягод: смородины, крыжовника, малины. В парниках созревали арбузы весом до 8 килограммов и дыни около 3-х, тыквы — до 33 килограммов. И это при том, что средняя температура июля составляет +17°!

• **На Валааме можно послужить в армии.** В 1995 году, в соответствии с соглашением Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Алексия II и министра обороны Российской Федерации о сотрудничестве Русской православной церкви и Министерства обороны РФ, было разрешено прохождение воинской службы насельникам Валаамского монастыря призывного возраста в военной части ПВО, дислоцированной на Валаамском архипелаге. В связи с тем, что насельников призывного возраста на острове Валаам немного, для укомплектования подразделения в монастырь принимаются благочестивые православные юноши, которым в силу духовного устройства сложно служить на общих основаниях (семинаристы, приходские алтарники, чтецы и т.д.), и которые согласны нести нелегкие монастырские послушания до призыва в воинскую часть.



# ТАЙНА ОЗЕРА БРОСНО

На северо-западе Тверской области расположилось глубокое озеро Бросно. Но не красота живописных берегов и не обилие рыбы привлекает сюда сотни туристов. К озеру манят загадка и тайна...

## ДАВНЯЯ ЛЕГЕНДА

Озеро Бросно в Тверской области давно привлекает туристов своей таинственностью и загадочностью. Согласно легенде в этом озере очевидцы не раз наблюдали большое неизвестное науке чудовище. Что особенно интересно, его наблюдали на протяжении нескольких сотен лет. Поверье гласит, что, когда татаро-монголы переправлялись на другой берег озера, все они были съедены этим монстром. Первое письменное упоминание о нем было зафиксировано в 1854 году. К сожалению, точное описание чудовища не сохранилось до наших дней. Невероятно, но наши предки утверждали, что это чудо-юдо не раз помогало России в военное время, и похожая история якобы случилась во время Великой Отечественной войны.

## ПОИСК ОТВЕТА

Тайна озера Бросно не раскрыта и по сей день, но ученые не собираются сдаваться. Теперь чуть подробнее об исследованиях. Вдоль берегов озера расположились небольшие деревушки, и рассказы местных жителей сводились всегда к одному: здесь живет неизвестное науке существо. Стоит отметить, что, хотя жители и говорили в один голос об этом монстре, все же его описания зачастую расходились. Кто-то видел очень длинную шею и рог, а кто-то — большие



позвонок и ребра. Ходили слухи, что кому-то удалось запечатлеть чудовище на фотокамеру и даже снять на видео, но опубликованы данные не были.

Озеро Бросно привлекло массу журналистов. Эта история была похожа на сказку о Лохнесском чудовище, но в отличие от последней конкретики здесь было существенно больше: описаний, точных дат, имен и фамилий. Рассказы местных жителей все больше и больше обрастали разными подробностями.

## СОЗДАНИЕ ЭКСПЕДИЦИИ

Внезапно в прессе появилась информация о том, что чудовище вылезло на берег и убило маленькую девочку. Сообщение взбудоражило общественность, и исследователи активно засобирались на озеро Бросно. В скором времени была собрана экспедиция из добровольцев и ученых, и в апреле 2002 года началось тщательное обследование местности. Добровольцы прошли по всем окрестным населенным пунктам, собиралась информация, ученые анализировали и складывали целую картинку по крупицам, поскольку к времени проведения экспедиции очевидцев осталось не так много. Из Санкт-Петербурга приехали профессиональные зоологи, которые изучали флору и фауну тверской земли. Озеро Бросно, рыбалка на котором временно была запрещена, изучили полностью, береговые полосы были исхожены и буквально изрыты



но, изучив дно, ученые выяснили, что это не так. Единственное, за что можно было зацепиться, — это подвижное дно, которое есть в озере, но оно оказалось полностью безжизненным. Максимальная глубина озера составляла не более 40 метров. Ранее утверждалось, что пищи для хищника в озере Brosno более чем достаточно, но зоологи установили, что питаться ему было бы совершенно нечем. Также ученым предоставили видеозаписи, на которых предположительно было снято чудовище, но и они потерпели фиаско. На одной записи в действительности озеро переплывал кабан, на второй — была увеличенная голова самой обычной утки.

**ПИАР-ХОД?**

Ужасный слух о том, что хищником была съедена девочка, тоже не подтвердился. Никаких загадочных смертей или исчезновений не было зафиксировано ни в местном отделении милиции, ни в больнице. Коренные жители посоветовали ученым и корреспондентам пообщаться с двумя местными бизнесменами, которые что-то могли рассказать по этому поводу.

вдоль и поперек, и тут же итоги исследования стали расходиться со словами местных жителей и тем, что писали в газетах.

**МИФЫ И ФАКТЫ**

Газеты писали, что озеро имеет глубинную впадину свыше 80 метров, где и живет пресловутое чудовище,



Успешный бизнесмен и его сын готовы были показать место, где произошло убийство, за баснословную сумму, но, узнав, что делом занята научная экспедиция, пошли на попятную и сознались, что никогда ничего подобного не видели. Хотя старожилы твердо стояли на том, что эти двое все видели и все знают, их, дескать, даже «по телевизору показывали». Бизнесменов охарактеризовали как порядочных, умных и честных людей, которые ничего не стали бы говорить просто так. Из разговора со старшим было установлено, что озеро он приобрел в собственность и собирается на его месте установить туристическую базу. Оба мужчины — коренные местные жители, и именно они вспомнили о давней легенде про чудовище сразу после покупки озера. Совершенно очевидно, что это был всего лишь пиар-ход для привлечения туристов. История банальна и смешна хотя бы потому, что уже имеет аналог. Впервые Лохнесское чудовище увидел хозяин гостиницы, расположенной вблизи озера. Озеро Бросно, описание параметров которого было предоставлено выше, просто не могло таить в своих недрах громадное чудовище: ему не хватило бы глубины и еды.

## ОТКУДА ВСЕ-ТАКИ РОДИЛСЯ СТАРИННЫЙ МИФ?

Все было очевидно, единственный вопрос, волновавший участников экспедиции, — откуда изначально взялись эти слухи, ведь раньше никто не знал, что такое туризм. И вскоре случилось непредвиденное. Последний день экспедиции был озаглавлен экстренной ситуацией, благодаря чему родилась гипотеза, по которой чудовище все-таки могло существовать. Судно зафиксировалось на дне глубиной 35 метров, которая ранее уже была измерена, но вдруг эта глубина стала стремительно расти. И тут со дна показалось живое существо, довольно крупное по размерам. Чтобы проверить, живое ли оно, ученые бросили в воду петарду, и существо отреагировало. Затем чудовище стало подниматься вверх, потянув за собой поисковое судно. Экипаж охватила паника, все испугались, что вплотную столкнутся с неизвестным животным. Не желая форсировать события, экипаж решил немедленно уплыть.

После этого случая экспедиция вновь взялась за дело с еще большим энтузиазмом. Спустя месяц после начала исследования были оглашены окончательные результаты. Не было никакого животного. Было лишь движение донных слоев, вызвавшее своеобразный водоворот, следствием которого стала иллюзия, испугавшая экипаж судна. Придонные водовороты — местное природное явление, требу-

ющее тщательного изучения. Чудовища здесь быть не могло, но местные жители действительно видели странные волнения на воде, которые объясняются природным феноменом. Несмотря на однозначные выводы ученых, газеты все еще были полны невероятных заголовков. Одним популярным телеканалом даже было снято шоу, в котором они обещали поймать чудовище. В течение нескольких серий режиссеры демонстрировали интригующее видео, умело направляя в нужное русло фантазию обывателя, но пойман хищник, конечно же, не был.

## ТОЧКА В ИССЛЕДОВАНИЯХ НЕ ПОСТАВЛЕНА...

Спустя год еще одна экспедиция задумала исследовать озеро Бросно. Сбор данных проходил по тем же этапам, как и в предыдущий раз. Ученые пришли к тому же выводу, что и их коллеги. Общественность сначала не хотела принимать банальную информацию о взрыве, затем ее сторонников стало гораздо больше, и в итоге большинство приняло эту идею. Озеро Бросно, отдых на котором в период бурных исследований был невозможен, снова стало принимать желающих расслабиться на природе. Чтобы окончательно убедиться в установленных фактах, была снаряжена еще одна экспедиция, в которую вошли высококвалифицированные ученые. На этот раз в группу вошли аквалангисты, появилось много нового оборудования. Для достоверности все этапы исследования снимались видеокамерой. Кроме стандартного плана обследования окрестностей и дна озера, взятия проб воды, была поставлена задача исследовать песчаную гору, которую описывали древние летописцы. Вертолеты, аквалангисты, ученые, местные жители — все ждали новых открытий. Но их не последовало, было окончательно установлено, что загадки озера не существует — это самый обычный водоем.

## ВМЕСТО ПОСЛЕСЛОВИЯ

Благодаря многочисленным экспедициям было сделано много полезных открытий об озере Бросно в Тверской области. Временная шумиха способствовала привлечению в область туристов и рыбаков. Учитывая странные придонные волнения, местные власти категорически запретили в озере Бросно и близ него использовать любые взрывные вещества, чтобы не вызвать опасных водоворотов в водоеме. Озеро Бросно, загадочное чудовище — все это по-прежнему привлекает туристов. Учитывая страсть народа ко всему мистическому, так будет продолжаться еще долгое и долгое время.

# ПАСХА ВЕЛИКАЯ И РАЗНАЯ

Пасха — великий праздник для всех христиан. Традиции его празднования складывались столетиями, но каждый народ склонен отмечать его по-своему. Как же празднуют Пасху в разных странах?



Во Франции колокола молчат с Чистого четверга по Страстную субботу, чтобы скорбеть о смерти Иисуса. Только в Пасхальное воскресенье колокола звенят снова от радости по поводу воскресения Христа.

Если французы слышат колокола в Пасхальное воскресенье, они обнимаются и целуются. Французы говорят, что звон колоколов навещает Папу Римского.

Они готовят шоколадные яйца и прячут их от детей. Дети подбрасывают яйца в воздух. Проигрывает тот, чье пасхальное яйцо падает на землю первым.



В Испании популярен пасхальный ход, когда мальчики несут простые пальмовые ветви, а девочки — специально украшенные сладостями. Священник должен благословить этих детей.

Самый известный пасхальный ход происходит в Севилье. Перед церковью в Пальма-де-Майорка в Пасхальное воскресенье разыгрываются Страсти Христовы.

Самое страшное действо происходит в Вегесе (Жирона): там популярен танец скелетов, мужчины города переодеваются в устрашающие костюмы и пугают прохожих.



В Италии традиционно пекут пасхальный торт, соленый пирог со сваренными яйцами и шпинатом, или «пасхальный голубь» («палома ди Паскуа»). Этот пирог похож на церковный купол.

Во время процессии в Страстную пятницу по улицам несут кресты. Участники процессии, одетые в черное,



идут по темным улицам, освещая себе дорогу свечами. Царит молчание. На Пасху принято идти на прогулку с семьей и детьми.

У христиан-католиков главным пасхальным блюдом издавна была баранина. И сегодня в Италии, даже в самой маленькой деревушке, на Пасху непременно ее едят.



Греция — православная страна. Поэтому там празднуют Пасху, как в других православных странах. Раскрашивают пасхальные яйца и сохраняют их до вечера субботы.

Православная Пасха — самый важный религиозный праздник в Греции, во время которого проходят массовые процессии людей, несущих освященные свечи.

На пасхальной трапезе едят традиционный суп из бараньих потрохов — магирицу, который готовят заранее, в субботу.

Откупоривают рецину — первое вино прошлогоднего урожая. На природе устраивают широкие застолья и пикники, жарят на кострах молодых ягнят.

Песни и танцы не смолкают до самого утра и продолжаются всю Светлую неделю. А пасхальные каникулы у греческих школьников длятся целых 15 дней.



Традиции празднования Пасхи в Великобритании веселые, яркие, красочные и радостные. Пасха считается одним из самых важных праздников в году.

В день Пасхи на рассвете в церквях проходят службы, а в католических храмах — концерты органной музыки.



В этот день принято надевать новую одежду, что символизирует конец сезона плохой погоды и наступление весны.

Пасхальные корзины (Easter baskets), наполненные яйцами, хлебом и другой едой, берут с собой на пасхальную службу, чтобы освятить в церкви. В Пасхальный понедельник принято дарить детям на улицах конфеты и игрушки.



В Шотландии на Пасху повсюду зажигают пасхальные огни. Этот обычай сохранился еще из кельтских времен, когда в то же время отмечали праздник весны.



В Ирландии Страстная пятница — спокойный день. Верующие ничего не едят до полудня. В Пасхальную субботу зажигаются сотни освященных свечей.

В Пасхальное воскресенье подают суп из зеленого лука и ягненка. На улицах устраиваются танцевальные соревнования. Победитель получает пирог.

В некоторых городах Ирландии существует забавный пасхальный обычай — символические похороны сельди. Сельдь несут к могиле в знак того, что строгий пост, в котором сельди — это основное кушанье, заканчивается.



Немцы отмечают Пасху два дня: в Пасхальное воскресенье и Пасхальный понедельник. Оба дня являются государственными выходными.

Символ немецкой Пасхи — пасхальный заяц (Osterhase). Он позаимствован из древнегерманских культов и, по народным поверьям, несет праздничные яйца (считается, что их не могут нести обычные куры).

Еще один важный элемент Пасхи — венок, символизирующий пробуждение природы, возрождение новой жизни. Пасхальный венок в Германии вывешивается на входные двери и окна, украшенные цветами, распутившимися ветками.



В Польше обычно празднуют два дня: воскресенье и понедельник.

Утро Пасхального воскресенья начинается с праздничной мессы в костеле, после чего поляки садятся за праздничный стол. За этим столом по традиции должны собраться все поколения одной семьи. Праздничная трапеза начинается с молитвы. Завтрак состоит из освященной пасхи, яиц, мяса, хрена и колбасы.

Следующий за Пасхальным воскресеньем — «мокрый» понедельник. Поляки щедро поливают друга друга водой. Водяные «бомбы», пакеты, наполненные

водой, падают из окон на мостовые и головы прохожих, взрываются в вагонах метро, обливая пассажиров, но никто не жалуется, наоборот, все довольны. Считается, что вода приносит здоровье, удачу, прибыль в хозяйстве. Остаться сухим в «мокрый» день — крайне плохая примета.



Песах — центральный праздник еврейского народа. Песах продолжается семь дней. Кульминационным моментом Песаха является вечерняя трапеза, седер («порядок»), которая устраивается в первую и во вторую ночь праздника. Во время седера в определенной последовательности читают повествование об Исходе (по книге Агада) и едят особые, символические блюда.

В седьмой день Песаха в синагоге во время Пасхального богослужения читается Песнь Песней, отражающая земледельческие истоки праздника.

Этот день завершает торжества праздника Песах и считается нерабочим. Он отмечается в радостной атмосфере, с пением и танцами.

Выпивают последний символический бокал вина и после произносят: «В будущем году — в Иерусалиме!»



В Соединенных Штатах Америки нет предпочтения какой-то одной религиозной традиции празднования Пасхи. Американцы отмечают этот день в кругу семьи так, как это принято у каждой конфессии.

Для христиан Пасха — день молитвы и семейных сборов. У многих сохранилась традиция красить пасхальные яйца и дарить детям конфеты. На следующий день, в Пасхальный понедельник, президент США вместе с детьми принимает участие в ежегодном «катании пасхальных яиц» на лужайке Белого дома.



В Мексике празднование Пасхи продолжается 14 дней. Там от души празднуют и Страстную, и Пасхальную недели. Несмотря на то, что Страстная неделя предполагает серьезный настрой, в Мексике это время почти карнавального веселья — с фейерверками, гуляньями и уличными танцами.



В Бразилии на Пасху дарят завернутые в блестящую праздничную упаковку шоколадные яйца с игрушкой внутри. Они появляются в широкой продаже сразу после начала поста.

Праздничный стол принято украшать сладким, начиненным мелкими кусочками фруктов куличом, который по форме напоминает крест.



## РОССИЙСКИЕ ПЕНСИОНЕРЫ УЖЕ В YOUTUBE

Старшее поколение уже не нужно учить включать и выключать компьютер. Теперь пожилые люди хотят монтировать ролики, продвигать собственные каналы на YouTube, делать покупки и оплачивать он-лайн услуги ЖКХ.

Таковы результаты опроса участников межрегионального проекта «Компьютерное просвещение — старшему поколению», реализуемого благотворительным фондом «Саров». Проект стартовал в 2016 году в пяти регионах России (Орловской,

Липецкой, Ульяновской, Вологодской и Саратовской областях), где обучение компьютерной грамотности уже прошли свыше тысячи пожилых людей. В 2017 году его география будет включать Орёл, Великий Новгород и Санкт-Петербург. Базовыми образова-



тельными площадками выбраны лучшие учебные заведения регионов: Орловский государственный университет имени И. С. Тургенева, Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого, Институт дополнительного образования Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого и Санкт-Петербургский обучающий центр «Коннессанс». Участниками проекта станут не менее 600 человек.

И это уже не те представители старшего поколения, что приходили на курсы компьютерной грамотности всего несколько лет назад, не зная, как включается компьютер и как ориентироваться в огромном цифровом мире. Курсы не теряют актуальности, но запросы

в соцсетях, писала письма. А вот с порталом госуслуг не очень получалось, хочу восполнить этот пробел в знаниях. А вообще моя мечта — научиться монтировать видео, создать свой видеоканал на специальном ресурсе, узнать тонкости его раскрутки!

Не отстаёт от неё и 79-летняя Галина Закурдаева (самая возрастная участница из Орловской области):

— Я — учитель математики. Выйдя на пенсию, отправляла свои статьи в математический журнал, меня там успешно публиковали. Теперь хочу более уверенно пользоваться поисковыми системами, потому что меня интересует вопрос появления и лечения различных болезней.

---

## Образовательный проект «Компьютерное просвещение — старшему поколению», реализуемая в российских регионах разработана Российским экономическим университетом имени Г.В. Плеханова.

В 2016 году компьютерное обучение прошли более 1000 пенсионеров из Саратовской, Орловской, Липецкой, Вологодской и Ульяновской областей. В этом году участниками проекта стали три субъекта РФ: бесплатные компьютерные курсы организованы в Орле, Великом Новгороде и Санкт-Петербурге.

---

их слушателей меняются. Раньше они не знали, что такое файлы и папки, и какие вообще бывают программы. Сейчас приносят на занятия собственные ноутбуки и планшеты и четко объясняют, чему хотят научиться! Когда-то через компьютер и Интернет они хотели, прежде всего, социализироваться. Нынешние возрастные студенты мечтают ещё и научиться делать покупки в интернет-магазинах, причём не только российских, приобретать билеты онлайн. Большим спросом пользуется обучение работе с порталом госуслуг.

О том, что социальный портрет современного пенсионера меняется, однозначно заявили и сами участники проекта. Любовь Николаева (55 лет, Великий Новгород) призналась, что хорошо умеет пользоваться и компьютером, и Интернетом:

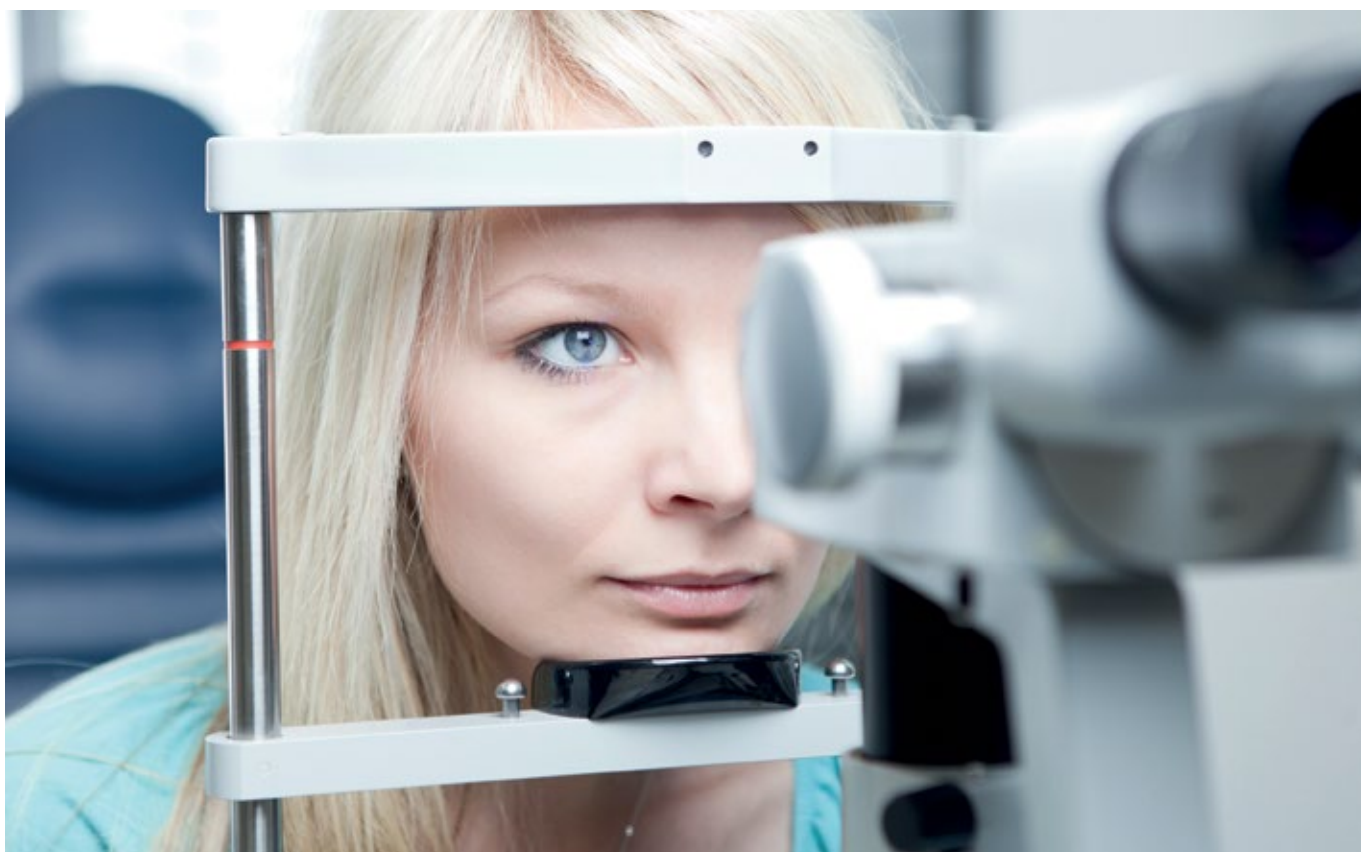
— Я работала в школе администратором ресурса «Дневник.ру». Сейчас все школы перешли на электронные журналы, и я их вела. Общалась с учениками

Новые потребности диктуют новые требования к программам обучения, и организаторы курсов стараются оперативно следовать им, корректируя содержание занятий и учитывая возрастные особенности учеников.

Данные опроса подтверждают: с каждым годом российские пенсионеры становятся все более активными потребителями образовательных услуг. И не только образовательных. Крупнейшие производители и продавцы начинают задумываться о том, как удовлетворить запросы этой целевой аудитории. Одно из доказательств — запуск онлайн-магазина для людей «за 50» крупнейшим интернет-ресурсом Amazon. Сейчас в нем в основном представлены медицинские препараты и товары для здоровья. Посмотрим, что там будет через пару лет! Ведь интересы и потребности западных и российских пенсионеров стремительно меняются, и это необходимо учитывать.

# ОЧАРОВАТЕЛЬНЫЕ ГЛАЗКИ, ОЧАРОВАЛИ ВЫ МЕНЯ...

Человеческий глаз — уникальный, исключительно сложный оптический прибор. Окружающий мир человек видит ясно, когда все отделы глаза работают гармонично. Если в каком-либо звене происходит сбой, зрение ухудшается.



Состояние ваших глаз может многое рассказать о вашем здоровье, так что всегда обращайте внимание на сигналы, которые они посылают нам.

Вы заметили, что все больше и больше людей вокруг носят очки? Это не дань моде и не всегда дело в плохой наследственности, в большинстве случаев это говорит, что мы не привыкли заботиться о том, здоровы ли наши глаза.

Как же сохранить глаза здоровыми и избежать не только ношения очков, но и более серьезных проблем, которые могут возникнуть в будущем?

Конечно, каждый волен делать со своим телом все, что угодно, но, по крайней мере, вы должны знать об

опасных последствиях легкомысленного отношения к здоровью ваших глаз.

И дело не только в том, чтобы просто пить морковный сок из-за высокого содержания в нем витамина «А». Все знают: чтобы сохранить здоровые глаза, нужно употреблять как можно больше продуктов, содержащих этот витамин, потому что он не только помогает в борьбе с различными инфекциями, но и способствует уменьшению усталости зрительного нерва, а это явление весьма распространено в наше время, ведь мы постоянно напрягаем глаза, глядя в экран компьютера, мобильного телефона, планшета или телевизора.



## СЕКРЕТЫ ЗДОРОВЫХ ГЛАЗ

Глаза являются продолжением вашей нервной системы, поэтому следует лучше питаться, избегать стресса, полноценно отдыхать, чтобы сохранить их здоровыми как можно дольше.

Вот некоторые полезные советы и рекомендации:

— ешьте продукты, богатые минералами, например, фрукты, морские водоросли и овощи;

— обеспечивайте ваши глаза кислородом, делая специальные упражнения или дыхательную гимнастику, дышите медленно и глубоко;

— используйте расслабляющие практики, такие как йога или тай-чи, которые помогут вам связаться со своим внутренним «я» и успокоить все системы организма.

Помимо ухудшения зрения и необходимости носить очки, дисбаланс на органическом уровне, вызванный вредными привычками или отсутствием ухода за глазами, может повлечь за собой негативные последствия.

**Переизбыток слизи в глазах.** Обычно она скапливается в краях глаз, когда мы просыпаемся. Если у вас ее слишком много, возможно, что это происходит из-за избытка токсинов, которые ваш организм пытается вывести в любой форме и любыми средствами.

Решением этой неприятной проблемы является диета или разгрузочные дни, в которые следует воздерживаться от молока и кисломолочных продуктов, жареной пищи, мяса, сахара или соли. Есть нужно только свежие (разрешенные) продукты и пить много воды.

**Темные круги под глазами.** Они могут появиться от недостатка сна, из-за плохой циркуляции крови в области глаз или несбалансированного питания.

Проверенным способом избавления от них может стать следующее упражнение: сядьте удобно и посмотрите вверх, не двигая при этом головой, только поднимайте глаза к потолку. Закройте несколько раз глаза, не перемещая глазное яблоко. Таким образом, кровь будет лучше циркулировать и ткани получат нужное питание. Не забывайте также включить в свой рацион свежие овощи и воду.

**Припухшие веки.** Если глаза опухают без видимой причины, это может происходить из-за сбоя в работе почек или их перегрузки. Возможно также, что вы наносите слишком интенсивный макияж и не до конца его удаляете вечером.

Как можно избежать этого? Каждое утро пейте ананасовый или апельсиновый сок, используйте гипоаллергенную косметику и старайтесь высыпаться.

**Ячмень.** Появление этих гранул на веках обусловлено избытком токсинов, плохим питанием или переданием, а также недостатком некоторых витаминов.



Что делать? Избегайте соленой, сладкой, жареной или жирной пищи. Домашним средством для избавления от ячменя является прикладывание к нему нагретого золотого предмета, например, кольца.

**Покраснение и слезы.** Если вы просидели много часов перед компьютером, контактировали с загрязненным воздухом или химическими веществами, если вы не снимали контактные линзы 24 часа, не выпалились или вам не подходят ваши очки, то, скорее всего, ваши глаза начинают краснеть и слезиться (без видимой причины). Попробуйте чаще давать им отдых.

Например, сидя перед экраном монитора, закрывайте глаза на две минуты каждый час. Не превышайте рекомендованное время ношения контактных линз и ухаживайте за ними, как написано в инструкции. Пейте больше воды, старайтесь не контактировать с раздражающими глаза веществами, например, табачным дымом.

**Отсутствие блеска.** Некоторые это называют «больным взглядом», его могут вызвать различные факторы, например:

- недостаток питательных веществ;
- анемия;
- болезнь;
- чрезмерная усталость;
- подавляемая грусть;
- обилие проблем.

Лучший способ лечения тусклого взгляда — снятие внутреннего напряжения. Этого можно достичь, занявшись спортом, гуляя, посещая психолога или используя любую другую технику, которая вам помогает.

Не забывайте также о полноценном, сбалансированном питании, хорошем отдыхе ночью, и прекратите изнурять свой разум и тело.



## ГОТОВИМСЯ К ПАСХЕ

О том, как красить яйца на Пасху, должна знать каждая хозяйка, ведь это один из главных атрибутов этого светлого праздника. Существует несколько способов окрашивания пасхальных яиц, от выбранного вида будет зависеть их название. Яйца, окрашенные одним цветом, называются «крашенками». Если вы использовали на однотонном яйце выцарапанный узор, то яйцо будет иметь название «драпанка». Яйца с разноцветными капельками воска именуют «крапанками». А яйца, украшенные с помощью специального инструмента, называются «писанками».



Согласно церковным традициям яйца красят за несколько дней до Пасхи, в «чистый четверг». Существует несколько хитростей, позволяющих избежать того, что яйца лопнут во время варки.

Подготовка яиц к окрашиванию.

Независимо от того, какой способ окрашивания вы выбрали, яйца следует правильно подготовить. Воспользуйтесь следующими рекомендациями: за один час до окрашивания выньте яйца из холодильника, чтобы они подогрелись до комнатной температуры. Это позволит им сохранить целостность во время варки; для равномерного распределения краски на яйцах тщательно вымойте их. Этого же результата можно добиться, если протереть яйца спиртом или мыльным раствором; для придания блестящего внешнего вида после окрашивания яиц вытрите их насухо, а после натрите растительным маслом. Яйца, которые будут подаваться на стол, следует красить исключительно природными или органическими красителями без каких-либо примесей химии. Воду, в которой будут вариться яйца, следует немного подсолить. Кроме этого, можно проделать несколько дырочек на одном конце яйца.

Мы предлагаем вам несколько вариантов окрашивания — выберите самый приемлемый для вас.

## СПОСОБЫ ОКРАСКИ ЯИЦ

### • В шелухе лука

Этот способ — один из самых простых и доступных. Для начала необходимо приготовить отвар из луковой шелухи. От насыщенности отвара будет зависеть цвет яиц. Чтобы получить насыщенный коричневый цвет, для отвара берут большое количество шелухи и варят ее не менее 30 минут. Соответственно, если необходим более светлый оттенок, то шелухи берут меньше и варят ее не столь продолжительно. Готовому отвару дают настояться, затем опускают в него предварительно промытые яйца и варят 10–15 минут.



### • В листьях березы

При таком окрашивании яйца приобретают золотистый желтоватый оттенок. Отвар готовят из засушенных или свежих листьев молодой березы и настаивают около получаса.

### • В соке различных овощей или фруктов

Яйца предварительно отваривают, а после натирают соком.

### • В красильном отваре

Яйца укладывают в кастрюлю, заливают холодной водой, добавляют краску и яблочный уксус, одну чайную ложку. Затем кипятят около 15 минут. Чем больше яиц уложите в кастрюлю, тем светлее получится оттенок.

### • Окрашивание с краплением

Мокрые яйца обваливают в рисе, заворачивают в марлю и варят в луковой шелухе.

### • Мраморный эффект

Яйца заворачивают в шелуху лука и обвязывают хлопчатобумажной тканью.

### • В цветных нитках

Яйца обматывают разноцветными нитками и отваривают. В итоге получаются замысловатые цветные разводы.

### • В шелке

Яйца отваривают в воде с добавлением соды. Затем заворачивают в разноцветные лоскуты шелковой ткани, перевязывают нитками и кипятят в той же воде. После того как яйца остынут, лоскуты снимают и яйца обмазывают маслом.

### • В готовых покупных красителях

Тут следует действовать в соответствии с приложенной к красителю инструкцией. При окрашивании рекомендуют добавить немного уксуса, чтобы краска легла ровнее.

Природных красителей существует множество. Красные оттенки дают черника и свекла. Золотой, желтый — луковая шелуха, лимонная или апельсиновая корка, куркума, морковь, скорлупа грецкого ореха. Зеленый цвет дают крапива и листья салата. В голубой цвет окрашивают листья красной капусты. Кофе дает оттенок кофе с молоком.

МИХАИЛ ЗОЩЕНКО

# ПЛОХОЙ ОБЫЧАЙ

В феврале я, братцы мои, заболел.

Лег в городскую больницу. И вот лежу, знаете ли, в городской больнице, лечусь и душой отдыхаю. А кругом тишь и гладь и божья благодать. Кругом чистота и порядок, даже лежать неловко. А захочешь плюнуть — плевательница. Сесть захочешь — стул имеется, захочешь сморкнуться — сморкайся на здоровье в руку, а чтоб в простыню — ни боже мой, в простыню нипочем не позволяют. Порядка, говорят, такого нет.

Ну и смиряешься. И нельзя не смириться. Такая вокруг забота, такая ласка, что лучше и не придумать. Лежит, представьте себе, какой-нибудь паршивенький человек, а ему и обед волокут, и кровать убирают, и градусники под мышку ставят, и клистиры собственноручно пихают, и даже интересуются здоровьем. И кто интересуется? Важные, передовые люди — врачи,

доктора, сестрички милосердия и опять же фельдшер Иван Иванович.

И такую я благодарность почувствовал ко всему этому персоналу, что решил принести материальную благодарность.

Всем, думаю, не дашь — потрохов не хватит. Дам, думаю, одному. А кому — стал присматриваться. И вижу: некому больше дать иначе, как фельдшеру Ивану Ивановичу. Мужчина, вижу, крупный и представительный и больше всех старается и даже из кожи вон лезет.

Ладно, думаю, дам ему. И стал обдумывать, как ему всунуть, чтоб и достоинство его не оскорбить и чтоб не получить за это в рожу.

Случай скоро представился.

Подходит фельдшер к моей кровати. Здоровается.

— Здравствуйте, говорит, как здоровье? Был ли стул?







Эге, думаю, клюнуло.

— Как же, говорю, был стул, да кто-то из больных унес. А ежели вам присесть охота, присаживайтесь в ноги на кровать. Потолкуем.

Присел фельдшер на кровать и сидит.

— Ну, — говорю ему, — как вообще, что пишут, велики ли заработки?

— Зарботки, говорит, невелики, но которые интеллигентные больные и хотя бы при смерти, норвят непременно в руку сунуть.

— Извольте, говорю, хотя и не при смерти, но дать не отказываюсь. И даже давно про это мечтаю.

Вынимаю деньги и даю. А он этак любезно принял и сделал реверанс ручкой.

А на другой день все и началось.

Лежал я очень даже спокойно и хорошо, и никто меня не тревожил до этих пор, а теперь фельдшер Иван Иванович словно ошалел от моей материальной благодарности. За день раз десять или пятнадцать припрется он к моей кровати. То, знаете ли, подушечки поправит, то в ванну поволокет, то клизму предложит поставить. Одними градусниками замучил он меня, сукин кот. Раньше за сутки градусник или два поставит — только и всего. А теперь раз пятнадцать. Раньше ванна была

прохладная и мне нравилась, а теперь набуровит горячей воды — хоть караул кричи. Я уже и этак, и так — никак. Я ему, подлецу, деньги еще сую — отстань только, сделай милость, он еще пуще в раж входит и старается.

Неделя прошла — вижу, не могу больше. Запарился я, фунтов пятнадцать потерял, похудел и аппетита лишился. А фельдшер все старается. А раз он, бродяга, чуть даже в кипятке не сварил. Ей-богу. Такую ванну, подлец, сделал — у меня аж мозоль на ноге лопнула и кожа сошла.

Я ему говорю:

— Ты что же, говорю, мерзавец, людей в кипятке варишь? Не будет тебе больше материальной благодарности.

А он говорит:

— Не будет — не надо. Подышайте, говорит, без помощи научных сотрудников.

И вышел.

А теперича снова идет все по-прежнему: градусники ставят один раз, клизму по мере надобности. И ванна снова прохладная, и никто меня больше не тревожит.

Не зря борьба с чаевыми происходит. Ох, братцы, не зря!



# СТРАНА *и* МЫ *вместе*

Социальный информационно-аналитический журнал

Издатель — Центр духовного и физического оздоровления общества «Партнерство»

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

Над номером работали:  
Татьяна Сосенкова, Дмитрий Март, Юлия Кулешова,  
Любовь Самуляк-Безукладникова

Фото на обложке: мой ласковый и нежный зверь  
(см. «Лечение лошадей», стр. 30).

**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](mailto:strana_mi@mail.ru)  
Наш сайт: [www.stranami.ru](http://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

Номер подготовлен  
при поддержке Федерального агентства  
по печати и массовым  
коммуникациям

При перепечатке статей  
и фотоматериалов ссылка на журнал  
обязательна

Рукописи не рецензируются  
и не возвращаются

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](mailto:strana_mi@mail.ru)  
Наш сайт: [www.stranami.ru](http://www.stranami.ru)**

*Ещё в полях белеет снег,  
А воды уж весной шумят —  
Бегут и будят сонный брег,  
Бегут, и блещут, и гласят...*

*Они гласят во все концы:  
«Весна идёт, весна идёт,  
Мы молодой весны гонцы,  
Она нас выслала вперёд!»*

*Весна идёт, весна идёт!  
И тихих, тёплых майских дней  
Румяный, светлый хоровод  
Толпится весело за ней.*

**Ф.И. Тютчев**





**МИР РАВНЫХ  
ВОЗМОЖНОСТЕЙ**

# ПРИМИ ВЫЗОВ ВРЕМЕНИ!



6-я международная выставка  
реабилитационного оборудования  
1-й Российский форум по ортопедии  
и реабилитационной технике

14–16 ИЮНЯ 2017 г.

Москва, ЦВК «Экспоцентр»

0+

[www.integration.ru](http://www.integration.ru)

ПАРТНЕРЫ:



ОРГАНИЗАТОРЫ:



Messe  
Düsseldorf  
Moscow