

ОСЕНЬ №3/2014

За физическое и духовное оздоровление нации

СТРАНА ^и МЫ *вместе*

0+ Социальный информационно-аналитический журнал



С ЗАБОТОЙ О ВЕТЕРАНАХ

ТЕХНИКА НА СЛУЖБЕ РЕАБИЛИТАЦИИ

СУПЕРБАБУШКА

ЛЮБВИ И СОСТРАДАНИЯ ПОДВИГ



Родная кровь

Так называется один из моих любимых фильмов, который я смотрела не единожды, и каждый раз он заставлял меня вновь и вновь задуматься о добром и вечном, о том, что делает нас людьми, что объединяет и заставляет подниматься над мелочным и преходящим. О связывающих людей узах, которые порой бывают надежнее кровного родства.

Фильм этот вышел в 1963 году, но за прошедшие полвека ничуть не устарел. Напротив, проблемы, затронутые в нем, стали еще актуальнее.

История, рассказанная нам, на первый взгляд, проста и незамысловата. Действие происходит в маленькой захолустной российской деревеньке

в годы Великой Отечественной войны. Молодая женщина с тремя малолетними детьми бежит сюда от бомбежек из соседней Прибалтики. Всех мужчин деревенька отдала войне, остались лишь беспомощные старики, женщины и дети. Беженку принимают как родную — на первых порах предоставляет ей кров в своей избе одинокий старик, а вскоре находится для нее целый пустующий дом. И работа. Не женская, конечно, — паромщицей, но в войну работа не делилась на мужскую и женскую. У этого парома и встречает ее солдат — уставшую, в телогрейке и кирзовых сапогах. Едет он домой после лечения в госпитале. Своих забот немерено и совсем не прелестница перед ним, а вот что-то дрогнуло в его сердце при взгляде на беженку. Наверное, сострадание к ее нелегкой судьбе. И не побоялся солдат взять на себя заботу об этой женщине и ответственность за ее детей. Вот так рассказывают нам авторы фильма и исполнители главных ролей Вия Артмане и Евгений Матвеев историю о том, что такое родная кровь — в жизни, в тяжелой ситуации, в большой беде.

Сегодня снова война. Гражданская. На Украине. Снова бомбежки, и сотни тысяч людей становятся беженцами. И снова жизнь доказывает, что существуют узы, не менее надежные, чем кровное родство. Россияне принимают сотни тысяч женщин, детей, стариков, которых с родных мест согнала война.

Тысячи россиян готовы оказать помощь беженцам с юго-востока Украины. Каждый — в меру своих возможностей. Кто-то предлагает для проживания этаж в коттедже или номера в частной гостинице, а кто-то комнату в стандартной двушке или часть скромного деревенского дома. Люди состоятельные привозят продукты машинами, а вот старушка в сельскую церквушку, где собирают гуманитарную помощь, принесла бутылку растительного масла и пачку сахара. Но разве добро измеряется количеством и ценой?

Беда, постигшая братский народ, заставила россиян объединиться в едином стремлении помочь, приютить, обогреть, вселить надежду. Богатые и бедные, успешные и неудачники — все это перед высшим добром потеряло всякий смысл.

Войны, как известно, кончаются. Придет время, хочется надеяться, что скоро, когда на Украине воцарится мир. Но в душах и судьбах людей нынешние события на долгие годы оставят боль невосполнимых потерь, разрушенные дома, гибель близких, для некоторых — потерю Родины. Но в этой безрадостной картине будут и светлые пятна. Память о незнакомых до этого людях, которые разделили боль, помогли пережить трудное время. Согрели теплом своих сердец.



Социальный информационно-аналитический журнал

Издатель — Центр духовного и физического оздоровления общества «Партнерство»

Главный редактор — **Марал Казакова**

Заместитель главного редактора — **Надежда Протасова**

Фотокорреспондент — **Инга Назарова**

Фото на обложке: участница юбилейного ралли «Надежда» Татьяна Редина (см. стр. 78)

Адрес редакции:

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

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

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

Журнал издается при поддержке Департамента социальной защиты населения города Москвы

При перепечатке статей и фотоматериалов ссылка на журнал обязательна

Рукописи не рецензируются и не возвращаются

Номер подготовлен при поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям.

Тираж 3000 экз.

Отпечатано
ООО «Периодика»



8



14



18



26

ПАМЯТЬ

Беслан в нашем сердце 4

С заботой о ветеранах 8

МОСКВА – ИНВАЛИДАМ

Техника на службе реабилитации 14

Тушинская семья 18

ТРЕТИЙ ВОЗРАСТ

Супербабушка 26

ЛИТЕРАТУРНАЯ ГОСТИНАЯ 34

ВЕСТИ ИЗ РЕГИОНОВ 42

ОКНО В МИР

Средневековый Авиньон 44

КАК У НИХ 46

Любви и сострадания подвиг 48

ОБСУЖДАЕМ ПРОБЛЕМУ

Диагноз – не замо́к в открытую жизнь 51

ЭКОЛОГИЯ ДУШИ

На консультации у психолога 56

ЧУДОТВОРНАЯ

Икона Божией Матери «Милостивая» 62

СВЯТЫНИ РОССИИ

Морской собор в Кронштадте 65

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ

Быть полезным человечеству 72

Отмечая серебряный юбилей 78

ЗДОРОВЬЕ

Иммунитет – в ваших руках 82

ХОЗЯЮШКА

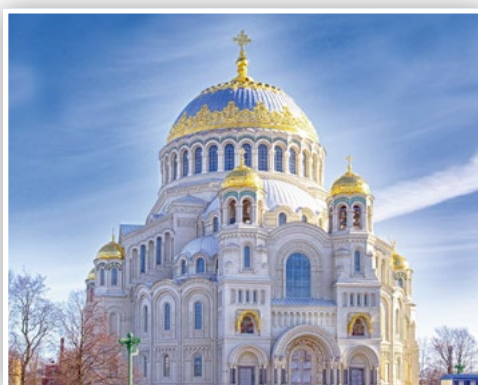
Обед с берегов Дуная 84



44



48



65



84

*Если можешь, иди впереди века,
если не можешь, иди с веком,
но никогда не будь позади века.*

В. Брюсов



БЕСЛАН В НАШЕМ СЕРДЦЕ

Первое сентября — день нашей памяти и скорби о жертвах трагедии, произошедшей десять лет назад в Беслане.



Тем сентябрьским утром дети, их родители и педагоги собрались в школьном дворе на торжественной линейке, как обычно, посвященной началу учебного года. То, что произошло дальше и все последующие два дня, до сих пор заставляет сжиматься от боли наши сердца. Более 1100 детей, их родителей, сотрудников школы стали заложниками террористов в заминированном здании школы.

Сегодня достоверно известно, что в банду этих отмороzków входили представители восьми национальностей. А это еще раз подтверждает мысль о том, что терроризм не имеет национальной принадлежности. Бандитов объединяет не национальность, а зло, жестокость, попрание всех норм человеческого поведения. Во время Бесланской трагедии эти выродки издевались над беззащитными, не задумываясь, убивали детей.

Три дня ада — таким запомнился Беслан сентября 2004 года.

На третий день, когда в школе произошли взрывы, было принято решение начать штурм. Военные и мили-

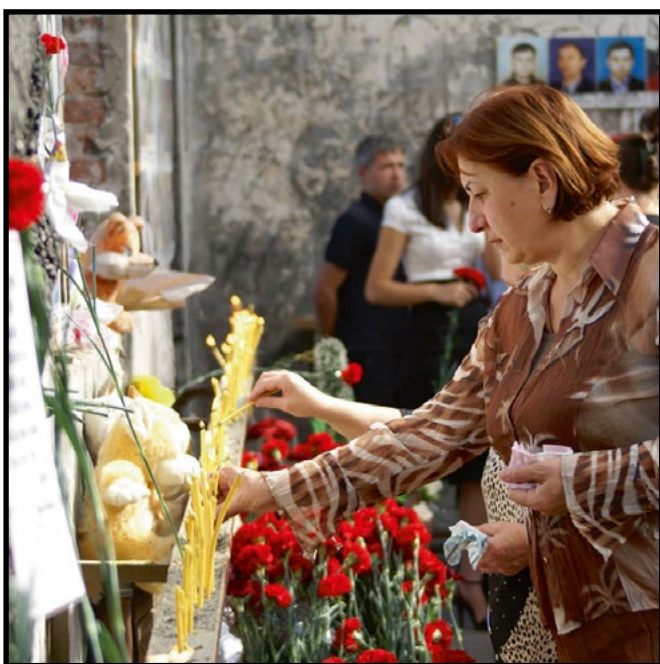
ционеры бесстрашно пошли под пули, чтобы спасти детей. Не всем удалось выжить, хотя большинство заложников были освобождены: 334 человека, из них 186 детей, погибли. Понесли потери и военные.

Разрушенная школа стала местом их памяти. Посреди зала был установлен деревянный православный крест, а стены оклеены фотографиями погибших. Возле креста и вдоль стен клали цветы и детские игрушки, ставили свечи и бутылки с водой, которой так не хватало юным заложникам.

Сейчас принято решение на месте разрушенной школы возвести Мемориальный комплекс памяти жертв теракта.

Напротив уже построена новая школа. Ей не стали присваивать номер старой. В 2010 году в Беслане открылась новая школа-интернат, построенная при финансовой помощи Норвегии и Греции и названная в честь Ивана Каниди. Оказавшись среди заложников, 74-летний учитель физкультуры неоднократно рисковал жизнью, требуя у террористов воду для маленьких детей и пытаясь облегчить их участь. Когда Каниди





попытался отобрать автомат у одного из боевиков, он был застрелен.

Спустя год после трагедии, 3 сентября 2005 года, на мемориальном кладбище «Город ангелов», где похоронены большинство жертв теракта, состоялось открытие памятника «Дерево скорби». Бронзовая композиция представляет собой ствол дерева, образованный четырьмя женскими фигурами. Крона — распростертые руки, которые держат ангелов, символизирующих погибших детей.

Неподалеку от «Древа» установлен памятник погибшим бойцам «Альфы» и «Вымпела»: раскинутый военный плащ, на котором лежат каска и бронежилет, накрывает собой детскую игрушку и книжку.

В мае 2012 года решением администрации Беслана часть улицы Коминтерна, где располагалось здание школы № 1, переименована в Улицу Героев.

Бесланская трагедия никогда не сотрется из памяти людей.

Беслан навсегда в нашем сердце!

**СОДРОГНУЛСЯ ВЕСЬ МИР, ВСЯ ПЛАНЕТА ЗЕМЛЯ,
ГОРЕ ЧЁРНОЮ ПТИЦЕЙ ВЗЛЕТЕЛО
В ДЕНЬ, КОГДА ОСЕТИН ВЫНОСИЛ ИЗ ОГНЯ
ОБГОРЕВШЕЕ ДЕТСКОЕ ТЕЛО.**

**В ДЕНЬ, КОГДА НЕИЗВЕСТНЫЙ ВСЕМ ГОРОД БЕСЛАН
ПРИКОВАЛ К СЕБЕ НАШЕ ВНИМАНИЕ,
КОГДА ДЕТИ БЕСЛАНА СТОНАЛИ ОТ РАН,
КОГДА ВЗРОСЛЫХ ДУШИЛИ РЫДАНЬЯ.**

**СНОВА ВЗРЫВЫ И ВЫСТРЕЛЫ, ГРОХОТ И ДЫМ,
КРИКИ СЛЫШАЛИСЬ, БУДТО ИМ ВТОРЯ...
ЧЕЙ-ТО МУЖ И ОТЕЦ В ЭТОТ МИГ СТАЛ СЕДЫМ,
ЗАРЫДАВ ОТ БЕССИЛЬЯ И ГОРЯ.**

**ЧЬЯ-ТО МАТЬ И ЖЕНА, В ЭТОТ МИГ ПОСТАРЕВ,
ОСОЗНАВ СЫНА, ДОЧКИ ПОТЕРЮ,
К НЕБУ РУКИ ПРОСТЁРЛА, ВОСКЛИКНУТЬ УСПЕВ:
«Я НЕ ВЕРЮ, НЕ ВЕРЮ, НЕ ВЕРЮ!!!»**

**СОДРОГНУЛСЯ ВЕСЬ МИР, ВСЯ ПЛАНЕТА ЗЕМЛЯ,
ГОРЕ ЧЁРНОЮ ПТИЦЕЙ ВЗЛЕТЕЛО,
НА ИСХОДЕ СЕНТЯБРЬСКОГО ТРУДНОГО ДНЯ
СОЛНЦЕ БУДТО ОТ СЛЁЗ ЗАБЛЕТЕЛО.**

**СЕРДЦЕ ПЛАКАЛО, НЫЛО, СТРАДАЛА ДУША,
ОПУСКАЛИСЬ УСТАЛЫЕ ПЛЕЧИ,
ЗАНИГАЛИСЬ В ТОТ ДЕНЬ НА ЗЕМЛЕ, НЕ СПЕША,
ПОМИНАЛЬНЫЕ, ЯРКИЕ СВЕЧИ.**

Ирина Яненсон



С заботой о ветеранах

За плечами этого человека долгая и яркая жизнь. В 1941 году, прибавив себе год возраста, добровольцем ушел на фронт. Работал генеральным директором Норильского горно-металлургического комбината, будучи 16 лет секретарем ЦК КПСС, занимался вопросами развития основных отраслей народного хозяйства. Дважды Герой Социалистического Труда, Почетный гражданин Москвы, доктор технических наук, академик.

Депутат нескольких созывов Верховного Совета СССР. Как старейший по возрасту депутат Владимир

Иванович Долгих открывал первое заседание Государственной Думы шестого созыва.

Сегодня он — член Совета Федерации от Москвы.

За плечами Владимира Ивановича огромный жизненный опыт, а также опыт административной и организационной работы. Все это полностью востребовано в наши дни в его общественной деятельности на посту председателя Московской городской организации Всероссийской общественной организации ветеранов войны, труда, Вооруженных сил и правоохранительных органов, которая отстаивает права, оказывает помощь

и поддержку представителям того поколения, к которому принадлежит и сам Владимир Иванович Долгих.

Об этой своей работе он рассказывает в интервью нашему журналу.

— Когда, с какой целью и по чьей инициативе была создана общественная организация, которую вы возглавляете?

— Наша организация была создана на учредительной конференции 21 марта 1987 года. На ней постоянно действующим исполнительным органом в соответствии с Уставом был избран Московский городской совет ветеранов. С тех пор каждые четыре года у нас проходит отчетно-выборная кампания.

Первым председателем нашей организации был Павел Дмитриевич Бородин — Герой Социалистического Труда, многие годы руководивший московским автозаводом ЗИЛ.

Я был избран председателем в 2002 году.

Постсоветскую историю России можно и нужно разделить на два периода: 1991 год — 2000 год и от 2000 года до нынешних дней, когда к руководству страной пришел В.В. Путин. Именно в этот период мне выпало возглавлять Московскую городскую ветеранскую организацию.

Первое, что мы сделали, мы стали организационно укреплять ее. Был принят новый Устав, и в рамках его положений реализованы важные решения.

К своему двадцатипятилетию, которое мы отмечали в 2012 году, наша организация пришла как самая большая по численности и наиболее крепко и эффективно организованная структура ветеранского движения России. Она насчитывала в своих рядах более 1,7 млн человек. Они объединены в 1048 (сейчас почти в 1500) территориальных первичных организациях, 125 районных и 10 окружных (сейчас 11).

У ветеранского движения две самые главные задачи: содействие социальной поддержке ветеранов, включая охрану их здоровья, в том числе духовного и морального, и вовлечение их в общественно полезную деятельность.

— Сколько сегодня ветеранов в Москве? Кто эти люди? На какую вашу помощь они могут рассчитывать?

— По статистическим данным, опубликованным в конце 2013 года, в Москве проживают около 3 млн пенсионеров. Среди них немало долгожителей: в возрасте от 90 до 100 лет их около 35 тысяч человек. Но большинство, конечно, около 88%, — пенсионеры в возрасте до 70 лет.

Более 50% людей пенсионного возраста, проживающих в Москве, состоят на учете в нашей городской ветеранской организации.

А теперь о том, кто эти люди.

Прежде всего, это участники и ветераны Великой Отечественной войны, труженики тыла, лица, награжденные знаком «Жителю блокадного Ленинграда», ветераны боевых действий, в том числе инвалиды, ветераны военной и государственной службы, а также пенсионеры, не относящиеся ни к одной из этих категорий.

Первостепенное внимание мы уделяем участникам Великой Отечественной войны, инвалидам, людям старшего поколения, попавшим в трудные жизненные условия. Вместе с органами исполнительной власти, и прежде всего с Департаментом социальной защиты населения города Москвы, мы внимательно следим за тем, как выполняются положения о социальной поддержке людей старшего возраста, предусмотренные законодательством РФ и нормативными документами Правительства Москвы. А при обнаружении недостатков совместными усилиями их устраняем.

Ветераны, относящиеся к категориям адресной помощи, состоят на специальном учете в первичных организациях, и им уделяется особое внимание. Всем остальным внимания уделяется столько, насколько хватает наших возможностей. Руководители первичных ветеранских организаций работают у нас на общественных началах. Недавно для того чтобы большее количество пенсионеров и ветеранов было охвачено нашим вниманием, мы создали новый институт в среде нашего актива — институт так называемых представителей советов ветеранских организаций по подъездам, домам, улицам. Их у нас сегодня более 10 тысяч человек.

Объем работы в разных первичных организациях различный. Есть у нас такие, в которых на учете состоят 300–400 человек, а в некоторых зарегистрировано 2–3 тысячи. Хочу подчеркнуть, что наши организации — это не центры социального обслуживания, а подразделения общественной организации.

Да, мы серьезно и много уделяем внимания вопросам социальной поддержки ветеранов и пенсионеров, прежде всего тех, кто в этом очень нуждается. Но есть и другая сторона ветеранского движения — общественно полезная. Например, участие ветеранов в духовно-нравственном, патриотическом и гражданском воспитании молодежи, организация досуга ветеранов, их участие в мероприятиях, проводимых в районах, округах, городе и т.д. Во всем этом принимают участие многие десятки тысяч ветеранов, пенсионеров. Мы стараемся активно вовлекать их в общественную жизнь мегаполиса.

— И все-таки одна из главных задач вашей организации, чего вы не отрицаете, — улучшение соци-



ального положения ветеранов. Насколько успешно она решается? Как вы взаимодействуете с Департаментом социальной защиты населения города Москвы и его учреждениями?

— Не могу не сказать, что вряд ли в России есть другой такой субъект Федерации, где уделялось бы столько внимания социальной поддержке людей старшего поколения, ветеранов, пенсионеров, как это делается в Москве.

Я убежден, что этого удалось достичь прежде всего потому, что мы смогли выстроить такие партнерские отношения между ветеранской организацией столицы и Правительством Москвы, которые позволили не только эффективно использовать имеющиеся возможности, но и изыскать дополнительные резервы в решении социальных проблем.

Приведу несколько примеров, подтверждающих мою мысль.

Ни одна социальная программа в Москве не разрабатывалась в последние 12 лет и не утверждалась ни Правительством Москвы, ни Мосгордумой без учета мнений и предложений ветеранов. Только в последние три года Московский городской совет ветеранов внес в Правительство Москвы более 20 предложений, 18 из которых были реализованы. Среди них такие серьезные, как полное освобождение участников

Великой Отечественной войны-москвичей от оплаты жилья, коммунальных услуг, телефона в пределах действующих социальных норм; снижение на 50% оплаты вышеперечисленных услуг также в пределах социальных норм труженикам тыла; бесплатное обеспечение лекарствами тружеников тыла по рецептам врачей.

Руководитель Департамента социальной защиты населения города Москвы, министр Правительства Москвы В.А. Петросян является членом Московского городского совета ветеранов войны и труда. Представитель нашей организации входит в состав коллегии Департамента социальной защиты населения. Два наших представителя — члены коллегии Департамента здравоохранения Москвы.

14 февраля 2014 года было подписано соглашение «О сотрудничестве и совместной деятельности Департамента социальной защиты населения города Москвы и Московской городской общественной организации пенсионеров, ветеранов войны, труда, Вооруженных сил и правоохранительных органов». В основе этого документа — взаимодействие по вопросам совместной реализации проектов, связанных с социальной защитой наших ветеранов. К соглашению прилагается комплексный план мероприятий, рассчитанный на длительную перспективу, но первоочередные из них связаны с подготовкой к празднованию 70-й годовщины



Победы советского народа в Великой Отечественной войне.

Сегодня 140 тысяч ветеранов обслуживаются работниками территориальных центров социального обслуживания. Пять тысяч человек посещают эти учреждения ежедневно. Ежегодно в столице ветеранскими организациями совместно с ЦСО проводятся обследования условий жизни ветеранов войны и по результатам принимаются меры по оказанию дополнительной адресной социальной помощи. Особенно тщательно эта работа проводится сейчас, в канун 70-й годовщины Великой Победы. Только в этом году оказано свыше 20 тысяч таких услуг. 3800 ветеранов Великой Отечественной войны Москвы постоянно проживают в девяти пансионатах для ветеранов войны и труда.

Ежегодно ветераны получают социальную помощь в виде товаров длительного пользования: холодильники, телевизоры, стиральные машины.

Соглашение о сотрудничестве подписано также с Департаментом здравоохранения. Охрана здоровья ветеранов, пенсионеров является предметом особой заботы Московского городского совета ветеранов войны и труда и Правительства Москвы.

Участники и ветераны войны систематически проходят диспансеризацию. Качественное их лечение проводится в четырех госпиталях. Более 2 тысяч ветеранов

ежегодно получают комплексную медико-социальную помощь в Московском социально-реабилитационном центре ветеранов войн и Вооруженных сил. Развивается сеть гериатрических центров и отделений в лечебно-профилактических учреждениях города. Увеличено количество медицинских бригад по обслуживанию ветеранов на дому.

Ежегодно более 600 ветеранов, имеющих особые заслуги перед Москвой, отдыхают и лечатся в пансионате «Никольский парк».

По инициативе нашей ветеранской организации Правительством Москвы для ветеранов приобретен подмосковный санаторий «Озеро Белое». За последние два года более 15 тысяч ветеранов здесь отдохнули и подлечились.

В целом в текущем году нашим ветеранам выделено 130 тысяч санаторно-курортных путевок.

Среди ветеранов много людей преклонного возраста, которым трудно куда-то выезжать по состоянию здоровья. Для них, пока только в Москве, появились так называемые «санатории на дому». На практике это выглядит так: к ветерану приходит бригада из врачей, медсестер, массажистов, социальных работников, которые в течение двадцати одного дня обеспечивают ему практически курортное лечение. В таком «санатории на дому» в 2013 году побывали 4900 ветеранов.



Новая услуга для ветеранов — «тревожные кнопки» и «тревожные браслеты», с помощью которых человек может быстро связаться с оператором и пожаловаться как на свое плохое самочувствие, так и на бытовые неурядицы. Пользуются ими 23 тысячи человек. И есть десятки случаев, когда «тревожная кнопка» спасала человеку жизнь.

Сегодня 143 патронажных сестры и 750 сиделок обслуживают на дому около полутора тысяч ветеранов. Это, конечно, маловато. Но, к сожалению, возможности увеличить их Правительство Москвы пока не имеет.

Завершая ответ на этот вопрос, хотел бы сказать, что у нас есть Соглашение с Департаментом образования столицы. И это тоже важно для нас, поскольку позволяет активно привлекать ветеранов к участию в духовно-нравственном, патриотическом и гражданском воспитании молодежи.

— Сейчас в Москве реализуется программа активного долголетия. Что делает в этом плане Московский городской совет ветеранов?

— Программа эта в Москве родилась по нашей инициативе, и мы принимаем самое активное участие в ее реализации.

Наши наблюдения подтверждают выводы медиков о том, что общественно полезная деятельность ока-

зывает положительное влияние на здоровье долгожителей. У нас почти 80% руководителей ветеранских организаций — от первичек до городского совета — старше 70 лет. 81-82 года в нашем активе считаются самым зрелым возрастом. А это сотни тысяч человек, которые имеют потребность и находят в себе силы участвовать в ветеранском движении, в общественно полезной деятельности. Чувствовать свою востребованность для семьи, общества, страны — это и есть самый сильный стимул долголетия.

Во многих ветеранских организациях и управлениях социальной защиты населения работают клубы здоровья и долголетия «Помоги себе сам». Деятельность этих клубов направлена на сохранение здоровья, доврачебную помощь, просветительскую работу с ветеранами.

— Наши ветераны — живые свидетели истории, связанной с периодом Великой Отечественной войны. Именно они могут донести правду о тех событиях, которые сегодня довольно часто поддаются вольному толкованию. Выступаете ли вы оппонентами таких фальсификаций?

— В апреле 2012 года мы провели расширенный пленум Московского городского совета ветеранов войны и труда с повесткой дня «О задачах ветеранских органи-

заций по усилению борьбы с фальсификаторами истории». В его работе приняли участие ученые, работники образования и культуры, представители творческой интеллигенции, общественности Москвы, молодежных организаций.

На этом пленуме состоялось принципиальное обсуждение заявленной темы, было принято развернутое постановление, а позднее разработан комплексный план мероприятий. Мы удовлетворены тем, что некоторые вопросы, о которых шла речь на пленуме, нашли свое отражение в посланиях Президента РФ В.В. Путина Федеральному Собранию РФ в 2012 и 2013 годах и в его последующих выступлениях.

Мы провели серию тематических научно-практических конференций, среди которых «Вклад Москвы и москвичей в достижение Великой Победы», «Вклад тружеников тыла военных лет союзных республик СССР в достижение Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов», а также научно-практические конференции, посвященные Сталинградской и Курской битвам.

Мы приняли активное участие в обсуждении первого варианта проекта нового учебника истории, где высказали целый ряд серьезных принципиальных замечаний и добились того, чтобы в рабочую группу по разработке проекта нового учебника был включен представитель ветеранского движения — участник Великой Отечественной войны.

По темам, связанным с Великой Отечественной войной, наши авторы активно выступают на страницах газет, журналов, в электронных СМИ.

В лекторских группах Советов ветеранов трудятся 1192 человека. В 2013 году ими было проведено 4760 встреч и бесед с молодежью. Большая работа ведется ветеранскими организациями в школьных музеях боевой и трудовой славы, которых в Москве только в образовательных учреждениях 1764.

— Какие проблемы ветеранов стоят сегодня в Москве особенно остро и решаются с большим трудом? Какие пути их решения видите?

— Мы внимательно и, на мой взгляд, профессионально изучили критические замечания ветеранов, высказанные ими на отчетно-выборных собраниях первичных организаций. Чаще всего они касались вопросов медицинского обслуживания и роста цен на товары и услуги первой необходимости.

Если говорить о медицинском обслуживании, то речь шла, прежде всего, о поликлиниках. Ветераны не отрицают того, что Правительством Москвы сделано многое для модернизации столичного здравоохранения. Но на поликлиническом уровне обслуживания людей старшего поколения это не проявляется. Наоборот, ветераны с тревогой и возму-

щением говорят, что оно стало хуже, они месяцами не могут попасть на прием к врачам — профильным специалистам, неделями — к терапевту. Не помогли ни электронная запись, ни регистрация. Амбулаторно-поликлинические центры обслуживания, где сосредоточены новое оборудование и лучшие врачи, расположены далеко от мест проживания ветеранов. Чтобы сделать простой укол, пожилой человек должен долго ехать на городском транспорте, что для него не так просто.

Ветеранов беспокоит коммерциализация здравоохранения и медицины.

Что касается роста цен на товары и услуги первой необходимости. Это вполне оправданная тревога ветеранов и пенсионеров. Рост цен не покрывается повышением пенсий и размерами адресной помощи. Более того, в последнее время четко просматривается тенденция, когда в так называемых магазинах шаговой доступности цены на продукты питания стали выше, чем в супермаркетах.

Сейчас во многих странах мира вводятся нормативы стабильности цен на такие продукты питания, как хлеб, молоко, масла растительные, некоторые крупы. Там найдены механизмы регуляции цен. У нас в Москве этим никто серьезно не занимается, хотя заняться бы следовало органам законодательной и исполнительной власти, ученым и экономистам, общественным организациям и бизнес-сообществу. Многие вопросы можно решить даже на уровне округа и района. Ведь магазины шаговой доступности имеют определенные льготы, начиная с момента их организации и на протяжении всей деятельности. Они принимают на себя конкретные обязательства, но часто не выполняют их.

— Чему и как, на ваш взгляд, могло бы поучиться у ветеранов нынешнее поколение?

— Прежде всего, умению и способности любить свою Родину, быть готовыми защитить ее свободу и независимость, если потребуется. Честности, порядочности, стремлению жить по законам справедливости, дружбе и взаимопомощи в отношениях между людьми. Всем тем качествам, которые были проверены на прочность в годы Великой Отечественной войны и позволили советскому многонациональному народу разгромить фашизм.

В этом году Владимиру Ивановичу Долгих исполняется 90 лет. Редакция сердечно поздравляет его с предстоящим юбилеем. Желаем дальнейшей успешной работы на благо московских ветеранов!

В 2010 году в Москве был создан Ресурсный центр для инвалидов. Это первое в России реабилитационное специализированное государственное учреждение, занимающееся практическим решением вопросов, связанных с обеспечением инвалидов столицы реабилитационной техникой.

ТЕХНИКА НА СЛУЖБЕ РЕАБИЛИТАЦИИ



Один инвалид-колясочник, добившийся больших успехов в спорте, рассуждает так: «Что такое ноги, какова их роль в жизни человека? Прежде всего, это средство передвижения. У меня такую функцию выполняет коляска, так почему я не могу жить, как все?»

Действительно, почему? Ведь современные средства реабилитационной техники во многих случаях позволяют устранить или компенсировать физические ограничения человека, дают ему возможность самостоятельно обслуживать себя в быту, добираться до места работы или учебы, выполнять определенные производственные операции.



Необходимость в том или ином техническом средстве реабилитации прописывается в индивидуальной программе реабилитации (ИПР). А вот подобрать из всего имеющегося сегодня арсенала именно то, что оптимально для конкретного человека, — задача Ресурсного центра для инвалидов. Отличительная черта этого реабилитационного учреждения нового типа в том, что оно тесно взаимодействует со службами различной ведомственной принадлежности, участвующими в системе комплексной реабилитации инвалидов.

Сегодня предлагается очень много технических средств реабилитации различного назначения — трости, ходунки, всяческие приспособления, в том числе для квартиры, где проживает инвалид. Но одними из самых востребованных остаются коляски.

Коляска — ноги инвалида. Она должна быть удобной, надежной, мобильной, легкой в управлении. Сегодня все больше желающих приобрести коляску активного типа, которая позволяет не только легко передвигаться, но даже танцевать и заниматься различными видами спорта.

В общем, жить полноценной жизнью, как, например, Денис Давыдов. Он работает, много ездит по городу, занимается спортом. Сегодня заглянул в Ресурсный центр, чтобы познакомиться с последними новинками.

— Пока присматриваюсь, — объясняет свое появление здесь Денис. — Когда потребуется новая коляска, буду знать, из чего могу выбирать.



В демонстрационном зале выставлены различные образцы. Наряду с отечественными представлены модели известных зарубежных фирм. Их ценовой диапазон достаточно широк — вплоть до самых дорогих изделий.

Вот коляски специально для детей. Они удобны, легко разбираются. Более того, могут трансформироваться, то есть менять свои размеры, подстраиваясь под рост ребенка.

Но будем помнить, что Ресурсный центр не магазин. Продукция здесь не продается, а выдается бесплатно, по жизненным показаниям. Инвалиды и члены их семей попадают в заботливые и профессиональные руки специалистов. С ними может работать психолог, а инженеры и техники предоставят информацию об интересующем изделии и ответят на все вопросы.

Специалисты Центра проводят тренинги с родственниками, с самими инвалидами, их помощниками: обучают, как пользоваться тем или иным техническим средством.

Сегодня самыми востребованными техническими средствами являются инвалидные коляски и вертикализаторы. А это значит, что люди даже с тяжелой инвалидностью все активнее входят в нашу обычную жизнь. Вполне логично, что их мнение, предложения





и пожелания, связанные с техническими средствами реабилитации, учитываются при размещении государственного заказа на поставку технических средств реабилитации.

Что закупать для инвалидов, по каким параметрам выбирать? Кто это знает лучше, чем сами пользователи.

Частый гость в Ресурсном центре — Людмила Королева, член городского общественного совета родителей детей-инвалидов при Департаменте социальной защиты населения города Москвы.

— У меня, — рассказывает Людмила, — пятнадцатилетний сын-инвалид. Мы давно пользуемся коляской, поэтому хорошо представляем себе, какой она должна быть. Вот уже более года в Ресурсном центре мы являемся экспертами. Наша задача — дать свое заключение о тех образцах, которые предполагается закупить. Если мы видим какие-то недоработки, которые проявятся в процессе эксплуатации, мы даем свое заключение, а также свои предложения по доработке модели.

Современные технические средства все чаще становятся верными помощниками инвалида в быту, повседневной жизни. С новинками в этой области также можно познакомиться в Ресурсном центре.

Но, пожалуй, самое неожиданное — «салон моды». Это демонстрационный зал, где представлены модели одежды и обуви, выпускаемые специально для людей с различными формами инвалидности. Соответствующие требованиям современной моды, они в то же время удобны и комфортны для человека с ограниченными возможностями здоровья. Вот такие непривычные «технические средства реабилитации»: стильный плащ, деликатно скрывающий отсутствие одной руки; платьица и курточки для детишек в инвалидных колясках; модели одежды для взрослых-колясочников. Отдельный стенд с обувью. Здесь модные мужские и женские туфли, детские сапожки и сандалики...

Экспозиция действует постоянно, обновляясь.

Остается добавить, что технические средства, представленные в Ресурсном центре, можно получить здесь же. Есть еще один вариант доставки — через специальные пункты выдачи в территориальных центрах социального обслуживания и их филиалах.

С 2011 года развивается система проката, которая в настоящее время работает в каждом столичном округе.

В заключение одна цифра: в 2013 году техническими средствами реабилитации в Москве было обеспечено 133 тысячи человек.

В начале этого года в территориальном центре социального обслуживания «Тушино» открылось новое подразделение — Межрайонное отделение социальной реабилитации инвалидов. По словам директора ТЦСО Галины Васильевны Медведевой, основная задача отделения — собрать нуждающихся в помощи людей с ограниченными возможностями здоровья в единую тушинскую семью.

ТУШИНСКАЯ СЕМЬЯ



Межрайонное отделение социальной реабилитации инвалидов вполне можно назвать домом для большой «тушинской семьи», тем более что возможности отделения, как технические, так и кадровые, удачно подходят к этому определению. Атмосфера, созданная в отделении, способствует объединению ранее разбросанных по четырем районам округа лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Предпосылкой для создания такого социального проекта стала идея, родившаяся после выделения городом помещений для нужд социальной защиты населения.



На границе районов Северное Тушино и Южное Тушино город передал центру помещение в 440 с небольшим квадратных метров на первом этаже жилого дома с подвалом в придачу. Социальная реабилитация жителей этих районов в то время осуществлялась в очень стесненных условиях, ограничивающих возможности людей получить качественные услуги. Кроме того, жители района Покровское-Стрешнево вообще не имели на своей территории отделения социальной реабилитации инвалидов.

С созданием Межрайонного отделения по адресу бульвар Яна Райниса, дом 2, корпус 1 был решен целый ряд проблем. В первую очередь, проблема комплексного подхода к каждому человеку за счет концентрации в одном месте оборудования и специалистов по направлениям. Помещения в районе Куркино стали своего рода филиалом Межрайонного отделения, так как этот район находится за Московской кольцевой автодорогой и забирать оттуда специалистов было нецелесообразно (хотя многие клиенты целенаправленно едут в Межрайонное отделение, зная, какие возможности оно предоставляет).

Преимущества крупного отделения, работающего под одной крышей, перед несколькими мелкими сегодня становятся очевидными.





Во-первых, здесь все силы и средства концентрируются на решении одной проблемы — социальной реабилитации инвалидов. Тем самым создаются условия, чтобы заниматься этим более серьезно и эффективно, делая упор на качество обслуживания. В таком специализированном учреждении появилась возможность приобрести более дорогое и совершенное реабилитационное оборудование, привлечь к работе высококвалифицированных специалистов. А однородная категория людей, обслуживаемых в отделении (лица с ограниченными возможностями здоровья и нарушениями жизнедеятельности) способствует более комфортному активному общению, что, по мнению психологов, весьма существенно для социальной адаптации.

Нашим гидом по новому отделению стала его заведующая Маргарита Александровна Оганесян.

Начинаем с вестибюля. Посетителей встречает большой стенд с фотографиями сотрудников — врачей, инструкторов ЛФК, психологов, специалистов по социальной работе. Здесь же краткие данные о каждом из них.

— Когда человек впервые попадает к нам, — предвосхищая мой вопрос, говорит Маргарита Александровна, — он сразу знакомится с теми, кто здесь работает.

Напротив еще несколько больших стендов. На них информация о заболеваниях, которые сегодня больше всего интересуют людей с инвалидностью. Вот рассказ о патологиях позвоночника и о сезонных простудах. Узнавай и делай выводы для себя! Здесь же, недалеко от входа, пункт выдачи технических средств реабилитации и абсорбирующего белья. Очень удобно: нет необходимости ходить с громоздкой поклажей по всем коридорам.

Прежде чем продолжить знакомство с отделением, мне корректно напоминают: раньше и в Южном, и в Северном Тушино под все нужды отделения социальной реабилитации отводилось два-три небольших кабинета. А здесь все иначе...

Идем по просторному коридору с удобными диванами и креслами. Есть где отдохнуть после процедуры или просто пообщаться с новыми знакомыми.



Начинаем знакомиться с так называемым «оздоровительным сектором».

Зал лечебной физкультуры с тренажерами, где проходят как групповые, так и индивидуальные занятия по различным программам. Популярна скандинавская ходьба. Ей, как известно, занимаются на свежем воздухе. И здесь есть такая возможность — здание выходит на бульвар Яна Райниса.

Открываем следующую дверь и оказываемся в комнате релаксации, некоем волшебном царстве, из которого люди, как правило, выходят отдохнувшими и с улыбкой на лице. А если использовать официальную терминологию, здесь занимаются коррекцией общего состояния, улучшением сна и даже предлагается специальная программа борьбы с курением.

Целый спектр услуг оказывает массажный кабинет: различные виды классического массажа, лимфодренаж, используется и специальное массажное кресло.

Вся оздоровительная работа ведется под постоянным наблюдением и контролем двух высококвалифицированных врачей. Работа организована так четко, что к ним никогда не бывает очередей. Врач в соответствии с индивидуальной программой реабилитации назначает соответствующие процедуры: магнито- и лазерную терапию, физиотерапию, комплексы лечебной физкультуры, соответствующие состоянию здоровья конкретного человека.



Новинка и гордость нового отделения — магнитотурботрон. Это голубая капсула в рост человека, находясь в которой можно получить уникальную помощь, поскольку установка способна повышать иммунитет, позитивно влиять на нервную, эндокринную, сердечно-сосудистую и лимфатическую системы, на обмен веществ, а также способствовать профилактике заболеваний. Для магнитотурботрона выделен отдельный просторный кабинет. Понятно, что такое дорогостоящее приобретение стало возможным лишь в условиях Межрайонного отделения.

Продолжая знакомство с учреждением, мы встречаем Веру Владимировну Тыняную. Женщина — инвалид второй группы, передвигается с помощью



костылей. Она стала одной из первых, кто пришел в новое отделение. Живет неподалеку, в Северном Тушине. Сюда добирается самостоятельно, пешком: расстояние небольшое, преодолеть его ей вполне под силу.

— Я очень довольна, — делится с нами впечатлениями Вера Владимировна. — Принимаю различные процедуры. Чувствую себя лучше не только физически, но и морально, психологически.

Психологическая поддержка людей с ограниченными возможностями здоровья — важнейшая часть реабилитационной работы. Здесь ее ведут два психолога. Их задача — помочь людям принять свой недуг, свою непростую жизненную ситуацию, развить у них самооценку, помочь интегрироваться в общество, увидеть цель в жизни, сформулировать ее и научиться достигать. Это особенно важно для молодых инвалидов, которым уделяется особое внимание. Проводятся индивидуальные и групповые консультации, различные тренинги, семинары.

Условия в Межрайонном отделении социальной реабилитации инвалидов позволяют значительно повысить качество реабилитационной работы. Центр ее — многофункциональный зал. Он достаточно просторный, чтобы организовать здесь несколько различных автономных зон. Определено место для компьютерного



класса, оснащенного самым современным оборудованием. Есть условия для проведения круглых столов, просмотров фильмов с их последующим обсуждением, а также для занятий школ здоровья и различных кружков.

После открытия отделения одним из первых начал работу кружок текстильных кукол. Лоскуты и различные текстильные отходы, которых в любом доме собирается предостаточно, оказывается, можно превратить в очень симпатичные игрушки и обереги. Именно за этим занятием мы застали участниц кружка Евгению Дмитриевну Андрианову и Лилию Якубовну Андриюшину. Они увлечены творчеством и не без гордости показывают свою первую художественную работу.

Многофункциональный зал с первого дня стал еще и выставочной площадкой, где можно познакомиться с творчеством удивительных мастеров и художников, тем более что талантливых людей среди инвалидов очень много.

В числе первых здесь демонстрировались работы двух уникальных мастеров.

Свои фотоработы представляет Владимир Геннадьевич Холодов. Инвалидная коляска не мешает ему увидеть и запечатлеть весенние почки и летние цветы, осенние листья и купола храмов, лица людей и летящие самолеты.



По соседству — другая выставка, живописная. Все представленные на ней картины передают радостное восприятие жизни художником, будь то изображение лошади, кошки или букет цветов. Автор всего этого великолепия — Арина Рахтеенко, человек удивительной судьбы и несгибаемой воли. Родилась и живет с тяжелой патологией. Несмотря на это, поступила на факультет фундаментальной медицины МГУ. В самом начале первого курса ее постиг еще один удар судьбы: получила тяжелые травмы в результате заболевания. Девушка не сдалась и даже не взяла академический отпуск — целый год все лекции слушала стоя, сесть не позволял корсет. Знакомство с таким человеком и его творчеством способно стать вдохновляющим примером для тех, кто не верит в свои силы, поддавшись унынию и отчаянию. Арина предложила организовать здесь клуб знакомств и готова его вести. Теперь она еще и волонтер в этом отделении.

Человека никто не может понять так, как человек, находящийся в подобной ситуации. Поэтому в Межрай-



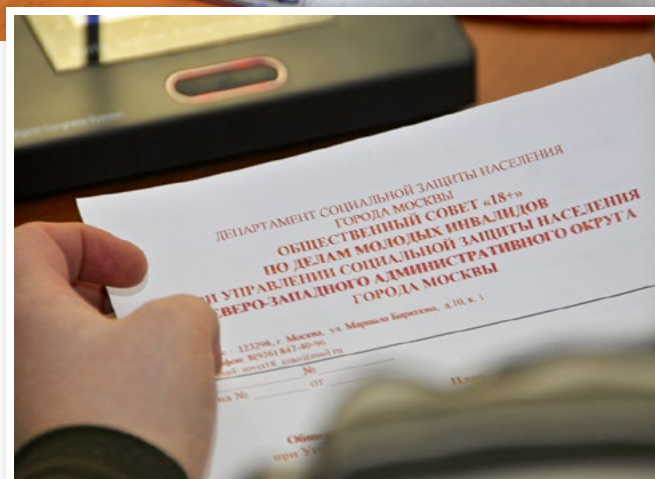
онном отделении в качестве волонтеров активно привлекают своих клиентов.

Вот еще один из них — Дмитрий Хорошаев. Окончил Российский государственный гуманитарный университет, будущий экскурсовод. А пока он в качестве волонтера знакомит с достопримечательностями столицы тех, кто приходит в отделение.

Сделать человека с ограниченными возможностями здоровья не только своим клиентом, но и социальным партнером — такую задачу также ставят и решают здесь.

Каковы перспективы нового учреждения?

— Этот год у нас первый, адаптивный, — рассказывает директор ТЦСО «Тушино» Галина Васильевна Медведева. — Он не был простым. Прежде всего потому, что раньше в районных отделениях мы хорошо знали всех своих клиентов, они приходили к нам на реабили-



тацию не один год. Теперь нам предстояло собрать их в единую тушинскую семью.

Хотелось бы открыть больше клубов, сплотить молодых людей, чтобы они могли себя реализовать, чтобы не замыкались, чтобы об их достижениях знал весь округ.

Главная цель нашего коллектива — существенно улучшить качество обслуживания людей, которые к нам обращаются. Условия в Межрайонном отделении социальной реабилитации позволяют этого добиться.

От посещения этого учреждения, действительно, остается ощущение семьи, в которой дружно и успешно взаимодействуют все, кто оказывается под ее опекой.

**Почта: galena-medvedeva-60@mail.ru
Tcso_33@mail.ru**



Это особенное лето



Бельско-Устьинский психоневрологический интернат расположен в отдаленной деревне в Псковской области. Сегодня в нем проживают шестьдесят три воспитанника в возрасте от трех до двадцати двух лет. У многих из них за плечами сложная жизненная история.

Попадая сюда, дети, имеющие серьезные умственные и физические нарушения, оказываются практически изолированными от внешнего мира: ближайший город Псков находится в двадцати километрах. Это лето было для них примечательным — несколько недель они провели с волонтерами, которые приехали к ним, чтобы помочь в социальной адаптации.

Для волонтеров эта поездка стала редкой возможностью познакомиться с подобным детдомом. В составе

участников этого летнего лагеря были и иностранные волонтеры, мало знакомые с Россией.

За это время они не только многому научили ребят, но и сами приобрели полезные навыки. Теперь они знают, как делать самим костюмы, писать сценарии и ставить спектакли для таких подопечных; как организовать охоту за сокровищами для почти ста кладоискателей; как организовать дискотеку на улице для целого детдома и местных жителей.

— Наш летний лагерь, — признается один из его организаторов, директор некоммерческой организации «Верх» Ольга Тихомирова, — это невероятные и интересные каникулы, которые запомнятся навсегда.

Вот уже более десяти лет сотрудники центра «Верх» участвуют в организации летнего лагеря в Бельском Устье и дарят ребятам такое особенное лето.



В конце прошлого года по инициативе Департамента социальной защиты населения города Москвы прошел финал конкурса «Московская супербабушка-2013». Одиннадцать кандидаток от всех округов столицы боролись за это звание. Третье место было присуждено представительнице Северо-Восточного административного округа Раисе Ивановне Олениной.

Супербабушка

МОСКОВСКАЯ ЧИЛИТА

Искрометная песня о неунывающей Чилите пришла к нам в 50-годы прошлого столетия вместе с фильмом «Под небом Мексики». Эта прекрасная девушка умела радоваться жизни, дружить и всем парням предпочитала своего пекаря.

И вот, спустя более полувека, старый напев в очень необычной ситуации вернулся к нам.

«Ну, кто в нашем крае Чилиту не знает...» — летели в зал первые слова песни. На сцене была исполнительница — ровесница Чилиты, а сегодня уже почтенная мать благополучного семейства. Но, несмотря на возраст, сохранился в ней молодой задор той самой девчонки.

Вот так начала свое выступление одна из претенденток на звание «Московская супербабушка» — Раиса Ивановна Оленина, жительница района «Отрадное».

Раиса Ивановна выбрала «Чилиту» не случайно: с ней связаны воспоминания об отце, который часто пел эту песню, и о своей собственной юности, задорной и искрящейся, несмотря ни на что. «Для нашей Чилиты все двери открыты...». Кому в восемнадцать не кажется, будто эти строки и о нем...

Она относится к тому поколению, которое сегодня называют «дети войны». Родилась за год до начала Великой Отечественной. Отец был строителем, мама — сварщицей. Простая трудовая семья с крестьянскими корнями, приехавшая в столицу из Тамбовской области. Работали, строили планы на будущее.

Война нарушила размеренную жизнь семьи. Родители стали тружениками тыла, а это означало, что они практически жили на работе. Маленькую Раю отправили к бабушке в село Новоникольское на Тамбовщине. Там собралось женское царство, поскольку мужская половина семьи ушла на фронт. Дедушка Раисы Ивановны погиб и похоронен в Великих Луках, крестный отец вернулся с фронта Героем Советского Союза.

Лишения, связанные с войной, женщины переносили стойко: вместе воспитывали детей, помогая и поддерживая друг друга. Сплачивала семью бабушка. Она была на редкость чутким и добрым человеком. Вырастила восьмерых детей, помогала с внуками. «Она моя Арина Родионовна», — улыбаясь, вспоминает Раиса Ивановна. В скромном бабушкином деревенском доме места и любви хватало всем.

Наступил день, когда приехала мама, чтобы забрать Раю домой. Уже собирались в Москву, и тут попали под бомбежку. Маму ранило, а у дочери в память о том дне до сих пор осколок в ноге: рану бабушка залечила, но шрам остался на всю жизнь.

*Прошедшее сейчас, как наяву,
Но, если б было все с нуля начать,
Из жизни ты не выкинешь войну
И годы, о которых трудно вспоминать.*

Так спустя много лет напишет в своих стихах Раиса Ивановна.

Война закончилась. В Москве Рая пошла в школу.

Из того времени, трудного и голодного, вспоминается ей, как идет на занятия с потертой матерчатой сумкой. По дороге заходит на свалку металлолома, набирает столько, сколько может унести, и спешит в приемный пункт. Сдает и с полученными деньгами спешит в магазин за хлебом — не для себя, для младшей сестренки. До сих пор ощущает аромат той буханки: режет ее продавец, потом на ладонь собирает рассыпавшиеся крошки и бережно отправляет их в ротик голодной Рае. Зато сколько радости было, когда отдавала заветный ломоть сестре.

Вот так жили «дети войны».

Училась Раиса хорошо, до пятого класса была круглой отличницей.



Между тем послевоенная жизнь постепенно налаживалась. Семья переехала из барака в комнату в благоустроенной коммуналке. А Раиса к тому времени превратилась в привлекательную девушку с пышной косой и лучистыми голубыми глазами, с независимым характером и позитивным отношением к жизни. В такую «московскую Чилиту».

А У НАС ВО ДВОРЕ...

Эти слова известной песни будто написаны про нашу героиню и ее будущего мужа.

Она тогда училась в медицинском училище. Случилось так, что проходила практику в Институте Склифосовского и волею судеб именно там впервые увидела будущего мужа. Он зашел к своей матери — врачу этого учреждения. Никак не думала, что встреча будет иметь продолжение. А дальше — как в песне. Она идет с булкой домой, а он смотрит из окна: оказалось, что молодые люди живут в одном дворе.

Они поженились с Леонидом, когда ей было девятнадцать лет. Через год родился сын Михаил. От мужа ей досталась известная в России фамилия Оленина. Она вошла, как сегодня принято говорить, в элитную семью: свекор был известным скульптором, свекровь — доктором медицинских наук. Невестку приняли благожелательно, рождению внука искренне радовались, помогали молодым. Вспоминая то замужество, Раиса Ивановна оценивает его так: «Это была моя первая любовь...»

Правильно говорят, что первая любовь редко дарит долгое счастье. Спустя четыре года муж Раисы умер в силу нелепой, трагической случайности. В 24 года она осталась вдовой с малолетним ребенком на руках. Родители мужа поддерживали, но не тот у нее характер, чтобы быть иждивенкой. Хотела крепко стоять на собственных ногах.

Стала искать работу. Остановила свой выбор на водителе трамвая. Произошло это случайно, а стало местом работы на целых семнадцать лет, причем любимым. Она и сейчас отчетливо помнит свои маршруты: № 6 — от Сокола до Захаркова, № 21 — в Щукино, № 26 — от Пресни до рынка. Одно огорчало: сына пришлось отдать на пятидневку. Очень скучала, все мысли и заботы были о нем, за что коллеги даже прозвали ее «Детский сад».

— Вот сегодня шла к автобусу, — сокрушается Раиса Ивановна, — а он передо мной закрыл двери и поехал. Разве так можно? Я очень любила своих пассажиров. Если человек спешил к трамваю, особенно пожилой, всегда дождалась его.

Своему трамваю она обязана и знакомством со вторым мужем.

Однажды произошла авария: в ее трамвай врезался автобус. Приехал инспектор ГАИ, стали разбираться.



Между делом выяснилось, что водитель автобуса холост. Более того, ему сразу приглянулась пострадавшая по его вине вагоновожатая. Настолько, что с того дня, закончив работу, весь остаток дня он катался в ее трамвае. Честно говоря, не очень она тогда была настроена на замужество, но пришла мама настойчивого ухажера, уговорила. Через год у супругов родилась дочь Екатерина. И вот ведь парадокс: так добивался муж руки Раисы, а сам, в конце концов, ушел к другой, молоденькой медсестре.

Неожиданным стал конец этой истории. Когда бывшего мужа парализовало, молодая жена от него отреклась, и оказался он на руках у Раисы и ее третьего, нынешнего мужа Александра. Долгих восемь лет они вместе ухаживали за тяжелым инвалидом — мило-сердно, с христианским терпением.

Вроде бы простая судьба у Раисы Ивановны, а порой в ней были такие повороты, которые трудно объяснить с позиций логики. Вот увидела однажды женщину за рулем такси. И сверкнула в ее душе какая-то искра. Обошла все автобазы Москвы, чтобы выучиться на водителя, хотя к тому времени у нее была стабильная профессия вагоновожатой. Нашла место, где в это время как раз набиралась женская бригада. Все бы ничего, да ее рост оказался маловатым: села в салон «Волги», а крыло не видит.





Пошла на хитрость, подложила спинку под сиденье. Инструктор оказался добрым человеком, сделал вид, будто ничего не заметил. На работу Раису взяли. В таксомоторном парке прошли восемнадцать лет ее жизни. Сколько интересных людей довелось возить за эти годы! Свою собственную машину до сих пор водит с большим удовольствием, соперничая в этом с мужем — профессиональным водителем, с которым вместе они уже 27 лет. Встретились, когда жизнь его пересекла черная полоса: похоронил двух малолетних дочерей и жену. Позитива Раисы Ивановны хватило на то, чтобы он снова научился радоваться жизни. Александр принял, как родную, ее дочь Катю. Сегодня боготворит внучку. «За все мои страдания судьба подарила мне этого замечательного человека», — признается Раиса Ивановна.

Сегодня у нее достаточно обеспеченная жизнь, крепкая и благополучная семья. Она воспитала достойных детей. Дочь окончила школу милиции и академию, всю жизнь прослужила в органах МВД, недавно вышла на пенсию в чине полковника. Сын выбрал военную карьеру, всегда стремился быть похожим на своего родственника Героя Советского Союза. Был в Афганистане, прошел всю Чечню.

Любимая внучка учится в Медицинском институте: ей суждено осуществить несбывшуюся мечту бабушки — стать врачом.

Казалось бы, чего еще ждать от жизни такой «супербабушке»?

С ПЕСНЕЙ ПО ЖИЗНИ

В пору юности Раисы Ивановны во всех районах Москвы были дома пионеров, где дети могли развивать свои способности. Рая пела в хоре, пела хорошо: природные данные для этого были. Возможно, живи она в другое время и в других условиях, пение могло бы стать ее профессией. Но историю жизни не перепишешь. Сегодня с легкой грустью героиня вспоминает, как поздно вечером, когда не было пассажиров, пела в своем трамвае «Санта Лючию» и алябьевского «Соловья». И уносили эти песни ее далеко-далеко от сиюминутных проблем и трудностей ее тогдашней жизни.

Случилось так, что серьезно заняться пением она смогла сравнительно недавно, несколько лет назад. Случай привел ее в управу района Отрадное, неожиданно спела там на одном из вечеров, ей предложили поучаствовать в конкурсе. Познакомилась с Валентиной Павловной Рязанцевой, которая руководила центром «Аллегро» и благословила ее на творчество. Ближе всего Раисе Ивановне песни Клавдии Шульженко: они исполняются не только голосом, но и сердцем. Сегодня в ее репертуаре



есть и романсы, и фольклор. Написала уже семь собственных песен — о любви, золотой свадьбе, женском счастье...

Местом, где осуществились творческие планы Олениной, стал комплексный центр социального обслуживания «Отрадное» (сейчас это ГБУ ТЦСО «Бабушкинский», филиал «Отрадное»). Сюда на занятия она приходит регулярно более семи лет, несколько раз в неделю. Участвует в репетициях хора «Отрада», который неоднократно занимал призовые места в окружных и районных конкурсах. С 2012 года хор принимает участие и в международных фестивалях, в 2011 году выезжал в Одессу, в 2012-м выступал в болгарском Бургасе. Раиса Ивановна занимается пением в ансамбле солистов «Аккорд» под руководством культурного организатора И. Л. Скиданенко, кото-

рый ездит с гастрольями по другим филиалам, в СРЦ «Олимпийский», детские дома, дома отдыха в ближайшем Подмосковье.

Сегодня музыка помогает ей жить, забывать о возрасте. Среди других ее увлечений — любимая дача. Тридцать лет назад купила маленький деревянный домик под Егорьевском. Общими усилиями всей семьи он превратился в добротную современную дачу, где есть баня, бассейн, где растут клубника, малина, различные овощи, куда приезжают дети и внуки, где всем хорошо и уютно.

Но как бы ни мила была дача, когда прошлым летом ей позвонили и предложили как яркой, неординарной личности принять участие в конкурсе на звание «Московская супербабушка-2013», она, не задумываясь, оставила дачные дела и приехала в Москву.



Раиса Ивановна прошла все этапы конкурсных отборочных туров — районный, окружной и вышла на городской этап от Северо-Восточного административного округа.

Для участников городского конкурса предлагалось несколько заданий, к которым необходимо было серьезно готовиться. Раиса Ивановна отнеслась к этому очень ответственно.

Первое задание называлось «А у нас во дворе...».

— А у нас во дворе, — рассказала наша героиня, — в Отрадном, когда-то шумели сады, росла смородина, протекала речка Лихоборка. А теперь стоят красивые дома и быстро мчат вагоны метро...

Второе задание — «Танцплощадка». Та самая, куда нынешние бабушки любили ходить в молодости, когда еще не было дискотек. Под звуки живого духового оркестра Оленина показала, как прекрасен незаслу-

женно забытый сегодня вальс. А когда наступила пора спеть что-то любимое, то это, конечно, была «Чилита». Ее Чилита...

В итоге Раиса Ивановна Оленина заняла почетное третье место в этом необычном и удивительном конкурсе, став титулованной «Московской супербабушкой».

Своим ровесницам, которым ее пример показался заразительным, Раиса Ивановна дает такой совет:

— Не замыкайтесь в себе, продолжайте в любом возрасте красиво жить. Не считайте свои годы и болезни, а зай-

митесь интересным делом. Обратитесь в свой Центр социального обслуживания. Поверьте, там каждый найдет для себя что-то нужное и интересное.

Опыт самой Раисы Ивановны убедительно доказывает: так можно и нужно жить. В любом возрасте.

Надежда Протасова

**НЕ ЗАМЫКАЙТЕСЬ В СЕБЕ,
ПРОДОЛЖАЙТЕ В ЛЮБОМ
ВОЗРАСТЕ КРАСИВО ЖИТЬ.
НЕ СЧИТАЙТЕ СВОИ ГОДЫ
И БОЛЕЗНИ, А ЗАЙМИТЕСЬ
ИНТЕРЕСНЫМ ДЕЛОМ.**

От сердца к сердцу



В семье Тюленевых двое детей-инвалидов. Младшая дочь Лерочка страдает неизлечимым генетическим заболеванием, и ее жизнь могут поддерживать дорогие лекарства.

Средств на их покупку у семьи нет. Помочь ей решили учащиеся детской музыкальной школы им. В.С. Калинникова.

Для этого они провели благотворительный вечер «От сердца к сердцу». В программу вошли благотворительный концерт эстрадной музыки с участием учеников, выпускников и преподавателей, а также благотворительная ярмарка, организованная с помощью учащихся школы № 709 и воспитанников воскресной школы «Виноградника», которые предоставили на продажу свои произведения изобразительного и декоративно-прикладного искусства.

Благотворительной деятельностью детская музыкальная школа им. В.С. Калинникова занимается с

2008 года. Преподаватели эстрадного отдела Евгений и Диляра Дияновы уже организовали и провели семь благотворительных концертов. В результате удалось оказать материальную помощь трем детским домам (в общей сложности около 200 тысяч рублей), а также четырем семьям района «Северный», имеющим финансовые затруднения (в общей сложности около 400 тысяч рублей).

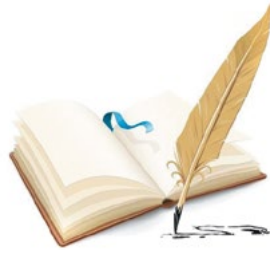
На благотворительный вечер «От сердца к сердцу» пригласили всех, желающих поддержать Тюленевых. В концерте приняли участие лучшие вокалисты музыкальной школы разных лет, а также организаторы мероприятия. Поддержала акцию педагогов эстрадного отдела ведущая телеканала «Карусель», актриса, певица Инна Сопина, профессионально проведя концерт. Это мероприятие активно поддержала управа района «Северный».

В ходе акции было собрано около 120 тысяч рублей. Деньги переданы семье Леры Тюленевой.



A detailed photograph of a classic living room. In the foreground, a wooden coffee table holds a stack of books. To the left, a white sofa is partially visible. In the center, a large wooden fireplace with a brick interior has a fire burning. The mantel is decorated with a clock, vases, and figurines. Behind the fireplace is a built-in bookshelf filled with books, topped with a framed portrait of a woman. To the left of the bookshelf is a side table with a lamp and a clock. The room features a patterned rug and a wicker basket of logs near the fireplace.

Литературная гостиная



Сегодня мы познакомим вас с произведениями трех авторов, которых объединяет то, что они стали лауреатами международной премии «Филантроп», присуждаемой за выдающиеся достижения инвалидов в области культуры и искусства.

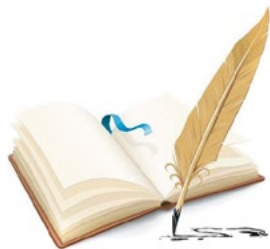
Эта единственная в своем роде награда вручается с 2000 года, и за четырнадцать лет в конкурсе приняли участие более 8 тысяч человек из 33 стран мира. 312 соискателей стали лауреатами и получили премию, которую президент России Владимир Путин назвал «важной общественной наградой в области культуры и искусства». Премия «Филантроп» — это премия от сердца, от людей, от всего нашего общества. Ее присуждают: Всероссийское общество инвалидов и фонд «Филантроп». Среди организаторов — Правительство Российской Федерации, освободившее денежную часть премии от налогообложения, и Правительство Москвы, из года в год помогающее проводить заключительные мероприятия, а также многочисленные социальные партнеры, вносящие свой вклад в формирование премиального фонда и реализацию проекта в целом. Члены жюри — видные артисты, художники и литераторы. Пятьдесят лауреатов были отобраны жюри из 959 заявок, поступивших на конкурс 2014 года из восьмидесяти регионов России и шести зарубежных стран.

Первой премии в номинации «Литературное творчество» была удостоена Нина Груздева.



Нина Груздева родилась в крестьянской семье на Вологодчине. На четвертом году жизни девочка заболела дифтерией, лечить которую было нечем. Волею судьбы ребенок поправился, но последствия болезни остались на всю жизнь. По окончании десятилетки Нина несколько лет работала в родном колхозе, а потом неожиданно поступила в Вологодский педагогический институт, параллельно работала в газете. Потом — снова неожиданно даже для самой

себя — поступила на заочное отделение Литературного института имени А.М. Горького. Именно тогда, во второй половине 60-х — начале 70-х годов, поэзия Нины Груздевой широко заявила о себе, покорила читателя одухотворенностью и ярко выраженной эмоциональностью. В 1968 году вышел первый авторский сборник «Тропинка». Напряженная работа в газете замедлила творческий процесс, и новый подъем пришелся на середину 90-х. В 1995-м вышли сразу два сбор-



ника поэтессы — «Твое имя» и «Воскресение», позже увидели свет «Звезда» и «Часы песочные», за которые Нине Груздевой была присуждена Всероссийская литературная премия имени Н. Рубцова.

ЛЮБОВЬ

Не удивляйся, я приду сама,
Как солнце, как прозренье, как чума.
Болезнь заставлю жизнью, красотой,
Сокровища несметные открою,
Руками, как крылами, обойму,
Прильну дыханьем к сердцу твоему,
Заставлю биться сладостно и больно,
Пока себе я не скажу: «Довольно!».
И, раскаливши душу добела,
Сама уйду неслышно, как пришла.

* * *

Любовь моя, печаль моя
Какою мерой мерятся?
А сердце все не мирится,
А сердцу все не верится.

Оно разлуку чужало,
А я (уж делать нечего!)
Шепчу ему, шепчу ему:
«Все в жизни переменчиво!

Все в жизни переменится,
Все в жизни перемелется»...
А сердце все не мирится,
А сердцу все не верится...



ДОМОЙ

Я давным-давно не была
В снежном и родимом краю.
Сыпкая метель замела
Детскую тропинку мою.

Мама не посмотрит в окно —
На стекле узорчатый лед,
Солнышко не всходит давно,
Вьюга все метет и метет.

К дому я дорожку торю,
Уж до самых-самых сеней,
Открываю дверь, говорю:
«Мама, принимай-ка гостей!»

Вижу, мать у печки сидит,
Волосы блестят на висках,
Красные угли шевелит,
«Здравствуй», — и упала клюка.

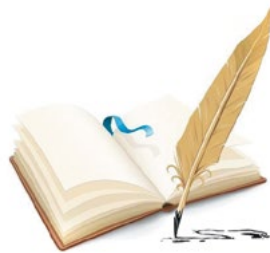
Вместе мы сидим у огня,
Сказываю, как я живу.
Мать зовет в деревню меня,
Я ее все в город зову.

Тяжко это, как не понять! —
Покидать родные края.
Так вот и сидит у огня
Мать моя, старушка моя.

* * *

Я помню, мать меня просила,
Когда мне было лет пятнадцать:
«Ты дерево руби по силе,
А то недолго надорваться!»

Но, мудрость эту не усвоя,
Порой к себе теряя жалость,
Бралась за самое большое,
Что на пути мне попадалось.



И падала, и надрывалась,
И плакать часто приходилось,
А мать сердилась, мать ругалась:
«В кого такая уродилась?»

И, провожая до вокзала,
Хоть деревенский мир и узок,
Она мудрей меня и знала,
Что в жизни много перегрузок.

А я, о прошлом не жалея,
Не в силах совладать с собою,
Беру все то, что тяжелее,
Беру из жизни только с боем!

И так как день ушедший прожит
Напропалую, без оглядки,
Промчусь по жизни, и, быть может,
Я упаду в неравной схватке.

И скажут люди, умывая
Мое лицо белее мела:
«Чего ж такая молодая?..
Да жить, наверно, не умела».

ЧАСЫ ПЕСОЧНЫЕ

О, жизнь моя, — часы песочные.
Во всех веках необходимые.
Такие хрупкие, неточные.
Но, как и жизнь, неумолимые!

Средь мира бодрствующе-спящего,
Средь суеты и сора пошлого
Шуршат песчинки настоящего.
Спешат из будущего — в прошлое.

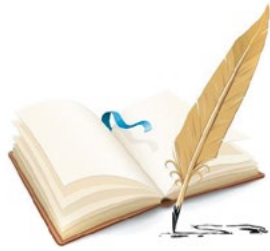
...И день зарею начинается,
Такой роскошной и волнующей.
Песчинки верхние кончаются...
А сколько там песчинок — в будущем?



Первой премии в номинации «Литературное творчество» был удостоен Дмитрий Вайсбеккер-Иванов (Казахстан).

Дмитрию было 26 лет, когда, попав в ДТП, он получил тяжелую травму, которая повлекла за собой хроническую болезнь, осложнившую ему всю последующую жизнь. Неоднократные ошибки в диагнозах, несколько клинических смертей, периодические рецидивы и постоянные боли — такова безрадостная картина бытия, от которого не однажды хотелось уйти. Удержали близкие люди и творчество. Неожиданно для самого себя Дмитрий начал писать стихи и прозу. В периоды, когда болезнь отступала, ему удалось поработать штатным корреспондентом, потом «дорости» до главного редактора региональной газеты. Дмитрий Иванов был избран членом исполкома Конгресса журналистов Казахстана по Жамбылской области, возглавлял литературное объединение «Оазис», выпускал литературный альманах. Шесть лет назад работу пришлось оставить из-за обострения болезни и целиком отдаться творчеству. Сейчас в активе поэта и прозаика несколько рассказов, повесть, фэнтези, эссе, венки сонетов, несколько циклов стихов о природе, любовная и гражданская лирика, рубаи и другие произведения. Многие из них опубликованы в авторском сборнике «И был рывок», вышедшем в 2013 году.





ЗАГУЛ

Затянувшись лунным светом
И глотнув прохлады томной,
Город пьянствует с поэтом
В одиночестве бездонном.

Настояла осень стужу.
К черту — вина, коньяки!
Осушу стихами душу
Залпом с горечью тоски.

Ну, зачем грустить в дороге?!
Смерть придет, а нас уж нет...
Опоздаем в гости к Богу —
Подождет Всесильный Дед.

Содрогнется от загула
Двадцать первый жалкий век!..
Пепел ночь во мрак стяхнула,
И на город выпал снег...

ГУЛАГ ДУШИ

Я на последние гроши
Мечтал купить чернила,
Но только каторга души
Дорогу очернила.

Я сослан был самим собой,
И был этап неблизкий —
В ГУЛАГ души на непокой,
Но с правом переписки.

О, рудники стихов и медь
Отчаявшейся прозы,
Ваш приговор — и жизнь, и смерть,
А значит, боль и слезы...

ОТЧИЙ ДОМ

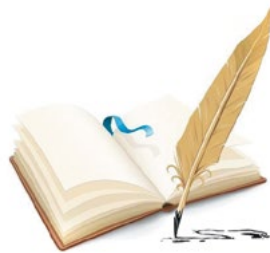
Бетонным корнем в землю врос
Мой старый дом под крышей.
Хранитель детских снов и грез
Моей мольбы не слышит.

Зрачками окон смотрит он
На пыльную дорогу.
И вишней сладкою пленен,
Склонившейся к порогу.

Покою скупое дорожит
Родитель сердца кроткий.
Морщина трещиной лежит
В угрюмом подбородке.

Вернулся я спустя пять лет
Под сень родного крова,
И дом вздохнул: «Пришел, поэт».
И больше — ни полслова.





ПЕРВЫЙ СНЕГ

На первый снег смотрю я, замирая,
И, кажется, что души к нам летят.
Как будто кто-то выгнал их из рая
За то, что смели по земле скучать.

Изгнали души, чтоб мы их топтали,
Вминали в грязь, не ведая, что нас
Когда-нибудь вот также из скрижали
Вдруг вычеркнут, чтоб мы попали в грязь.

Боюсь идти. Мой шаг все тише, глуше.
Мерещится, что в скрипах подо мной
Взывают к состраданию чьи-то души,
И до весны теряю я покой.

ОБЫКНОВЕННАЯ ЖЕНЩИНА

Конечно, глупо жить в пустых томленьях:
Завидовать сиамскому коту.
Но он лежит так часто на коленях
У женщины, похожей на мечту.

И невдомек ему совсем, наверно,
Какою нежной гладится рукой,
Что слышит голос необыкновенный
Обыкновенной женщины какой!

И все равно, дружок, какой ты масти,
Понять не сможешь ты моих стихий.
Поверь, пушистый, это просто счастье —
Примкнуть к коленям, слушая стихи.

Тебе тепло живется, даже вкусно,
Не зная, что из томика стихов
Она душою извлекает чувства,
Читая вслух про верность и любовь.

И пусть, мурлыка, жизнь пройдет мгновенно,
Тебе дано под ласковой рукой
Послушать голос необыкновенный
Обыкновенной женщины какой!

ВМЕСТЕ

Не орлом и не соколом, мне бы —
Журавлем в это синее небо,
Загребая крылами пространства,
Прочь от злобы, бездушья и пьянства.

Прорезая туманы созвездий,
От себя самого и от лести,
От всего, от всего лет на двести,
Но с тобою, любимая, вместе.

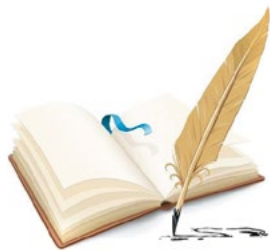


ЦЕНИТЕ ПОЭТОВ

Простите поэта
За то, что он есть,
За то, что не где-то,
А именно здесь:
На сцене пред вами
С душой нараспах
Он дышит стихами
С печалью в глазах.

Он болен планетой,
Он жаждет вершин.
Простите поэта
За хрупкость души.
За то, что не спето,
За то, что он здесь...

Цените поэтов,
Пока они есть.



Катя Акулова — лауреат специальной премии «Растущие надежды».

Катя потеряла зрение при рождении, операции не помогли. К полному отсутствию зрения добавился эпизиндром, девочка гораздо более медлительна, чем ее

незрячие одноклассники, очень плохо ориентируется в пространстве. Школа для слепых ей очень помогает и учиться, и социально адаптироваться.

Потеря зрения явилась причиной того, что девочка прослушала в аудиоварианте много произведений детской литературы таких авторов, как Лагерлёф, Линдгрэн, Бианки, Шмелев, и многих других. Писать Катя начала неожиданно, всего пару лет назад, когда ей было одиннадцать лет. Свои короткие рассказы она записывает по Брайлю. Каждое лето девочка проводит в деревне на Дону, в казачьей станице, и сказочные истории про Катю, ее братьев и сестер, которые дедушка рассказывал каждый вечер перед сном, наложили свой отпечаток на желание писать рассказы. «Буду писательницей», — говорит Катя и улыбается.

ГРУСТЬ

Мне грустно. И в квартире пусто. Маме взгрустнулось. Она выпила воды и улыбнулась. А у меня все летит на пол. И стул упал. Настроение противное. И вовсе не спортивное. И я рассердилась. Картошка упала. И мошка уселась. И плошка свалилась. И по полу покатились. Я сейчас злая. Ну, держись!



МАМА

Когда я была маленькая, мама мне читала книжки. Когда у меня было минорное настроение, мама рассказывала сказки, готовила мне самую вкусную еду на свете. Когда на меня нападает конфликт, мама дает мне банку, и я туда выплевываю конфликт. Закрывается крышка. И банка летит в мусорное ведро. Когда я мерзну, мама меня греет.

КУРЫ

Как-то раз я сказала:

— А не надо ли нам купить кур?

— Давай купим, — ответила бабушка. Она позвонила знакомому дедушке. И куры приехали.

Куры добирались долго. Их погрузили в коробки и повезли на машине. Когда куры приехали, мы начали доставать их из коробок. Мы налили им воды. Они накинулись на воду и выпили лоханки три. Потом мы отнесли их в курятник. А они стали плохо нестись. Я сказала:

— Давай купим петуха.

— Давай, — сказала бабушка.

И мы поехали покупать. Я выбрала самого красивого рябого рыжего петуха. И петух стал замечательным руководителем. Я его отлично откормила.

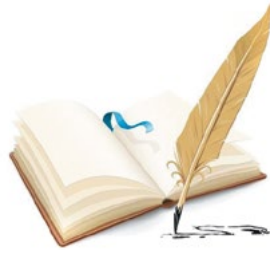
ОБИЖЕННЫЙ ЧАЙ

Мой дедушка работает на чайной фабрике охранником. У него там чаю целый воз. Он охраняет все цеха. В цехе наклеивают на чайные пакетики наклейки. Я с Лерой там была. Лера носила пакетики. Я клеила наклейки.

На фабрике у дедушки живет кот. Коту налили в блюдце чай. Но кот пнул это блюдце так, что оно разлетелось на мелкие кусочки, и чай обиделся.

А на чайной фабрике тем временем изготавливается самый разный чай: зеленый, черный, с бергамотом, с малиновым вареньем.

А вы какой чай любите?



САМАЯ ЛЮБИМАЯ КНИГА

Я очень люблю сидеть в школьной библиотеке и читать. Я сейчас читаю книгу Кира Булычева «Война с лилипутами». Эта книга про Алису, самая любимая на свете. Есть еще и другие книги. Была такая писательница Сельма Лагерлёф. Библиотека — это чудо. В библиотеке очень много книг. Бывало, устану от шума, уйду в библиотеку. Библиотека — это целая страна. Сяду за стол и погружаюсь в самые разнообразные миры. Читать — это наслаждение. Я люблю библиотеку.

МАТЕМАТИКА

Однажды один мальчик разозлился, пнул учебник ногой и выбросил в окно. Математика пролетела и шлепнулась в грязь.

— Вот так сальто, — сказал кто-то.

Тут пришла с работы мама.

— Сынок, ты все уроки сделал? — спросила мама.

— Нет. Отвратительная математика осталась. Я выбросил ее в окно.

А Математика между тем брела по улице.

— Иди, я не хочу тебя видеть, — сказала мама сыну. И мальчик ушел. Мир повернулся самой обидной стороной. Мама сильно обиделась на сына, а сын на маму.

Пришел папа. И сел ужинать. Вернулся и сын.

— Он выбросил Математику в окно, — показав на сына, пожаловалась мама.

— И не стыдно тебе, — сказал отец.

А Математика между тем устала идти. Хотелось есть и пить. А главное: где заночевать? Идет, идет, падает от усталости. Наконец, она упала и тут же уснула. Утром она проснулась и увидела ручеек. Математика жадно стала пить. И пошла дальше. Сама не заметила, как провалилась в люк.

Она летела-летела и думала: «Куда ведет этот люк?» И упала в мягкую кучу. Математика встала и

пошла дальше под землей. Она шла-шла и попала в тоннель. Он оказался очень длинный. Математика шла-шла и, поскользнувшись, снова полетела вниз.

— Ой-ой-ой, — крикнула Математика.

Она упала на пол и вдруг услышала шум. Выскочили люди с наручниками. Они схватили Математику и уволокли в тюрьму. Она испугалась. Ее приковали к цепи. В тюрьме было много пленников — различных наук. Через час им принесли еду. Кусочки хлеба и стакан прокисшего молока. Биология сказала:

— Кто ты?

— Математика.

— Давай дружить, — сказала Биология.

— Давай, — ответила Математика. И они подружились.

Через минуту с Математикой стали дружить все науки. И все запели веселую песенку: «ля-ля-ля, ля-ля-ля, взорвем мы цепи короля».

Ночью, когда все пленники уснули, Математика долго не могла заснуть. Ей мерещились страхи, ужасы, кошмары. Она дрожала от холода. В темнице темно и сыро. К утру Математика заболела. Ее сильно знобило. И температура 40. Пришлось Королю отдать Математику в больницу.

А наш мальчик пошел в школу, и ему написали в дневнике замечание: «Пришел без учебника по математике. 2 за поведение». Мама с папой ему сказали:

— Отправляйся искать Математику и без нее не возвращайся!

Мальчик отправился искать по всему городу. По дороге он промок, заболел и попал в ту же самую больницу и палату. Там он увидел Математику. Он подбежал к ней. Они поцеловались, обнялись и никогда больше не расставались.



ВЕСТИ ИЗ РЕГИОНОВ

МОСКВА

Общественная палата РФ открыла горячую линию для сбора информации, чтобы создать объективную картину доступности социальных объектов в российских городах для людей с инвалидностью.

По итогам проекта будут составлены обращения в ответственные за доступную среду ведомства, а также создан справочник городских мест, доступных для людей с ограниченными возможностями здоровья.

Не можете подняться в подъезд без посторонней помощи? Плохо положена тактильная плитка на перекрестке или во дворе? В районе поставили бордюры, на которые невозможно подняться? Не можете заехать в аптеку или магазин? Давно не ходили в кино, потому что в здание невозможно попасть, а персонал делает вид, что вас не замечает? Не можете заняться спортом, так как поблизости нет оборудованного центра или площадки?

Об этих и других сложностях, с которыми жители России и их родственники сталкиваются в повседневной жизни, граждане могут рассказать операторам горячей линии Общественной палаты РФ.

«По всем вопиющим случаям мы направим запросы в профильные министерства и ведомства, а при необходимости — в правоохранительные органы, будем вместе следить за ситуацией и добиваться положительного решения вопроса», — заявила член ОП РФ, инициатор проекта Диана Гурцкая.

Она добавила, что организаторам проекта также важна информация о позитивном опыте. Помимо про-

blemных точек, граждане могут рассказать о местах, которые без проблем посещают люди с ограниченными возможностями здоровья: магазинах, спортзалах, бассейнах, кинотеатрах, банках, заправках, аптеках.

Телефон горячей линии Общественной палаты: 8-800-700-88-00 (09.00–19.00, звонок по России бесплатный).

Для детей с аутизмом разрабатывается специальный стандарт образования, чтобы они смогли учиться в обычных общеобразовательных школах. Новая схема обучения опробуется уже с 1 сентября. В пилотном проекте будут участвовать 90 школ из 17 регионов России.

К началу учебного года педагогов из этих школ научили работать с детьми-аутистами. В будущем курсы переподготовки и повышения квалификации откроются на базе Московского психолого-педагогического университета, там же организуют стажировки для воспитателей и педагогов-психологов.

По данным Минобрнауки, 7,5 тысячи российских детей являются аутистами. Как правило, они учатся в специальных коррекционных школах. В прошлом году закон впервые утвердил право детей с аутизмом на качественное и доступное образование.

При этом не планируется совсем отказаться от коррекционных школ. Однако совместное образование здоровых детей и детей с ограничениями по здоровью должно получить дальнейшее развитие.

ЧИТА

Представители регионального отделения Всероссийского общества инвалидов в Чите совместно с органами власти и местными журналистами проверили доступность улиц и зданий краевой столицы. На первый взгляд, в Чите сегодня немало специальных бордюрных пандусов для инвалидов-колясочников. Однако, как утверждают специалисты, построены они, в основном, неправильно, а некоторые и расположены в непригодных для передвижения местах. В частности, недоступным для инвалидов оказалось здание городской администрации. Сюда им практически не попасть даже не из-за отсутствия пандуса — он есть, но его зачастую перекрывает припаркованный в неположенном месте транспорт.

Люди с ограниченными возможностями здоровья надеются, что в скором времени по улицам Читы они смогут передвигаться без проблем. Специалисты Министерства труда и социальной защиты населения края разработали и представили в федеральный центр программу «Доступная среда». На ее реализацию краевой казне обещано выделить около шести миллионов рублей.

СЕВАСТОПОЛЬ

Севастопольские инвалиды-колясочники предлагают чиновникам в качестве эксперимента сесть в коляску и проехать хотя бы по центральному городскому кольцу. При этом горожане с ограниченными физическими возможностями шутят, что, к сожалению, в Административном кодексе России не предусмотрено наказание «посадить в инвалидную коляску» для лиц, ответственных за состояние дорог города и реализацию программы свободного доступа.

На встречу с журналистами газеты «Слава Севастополя» на площадь Ушакова инвалид-колясочник Наталья Кузьминова добиралась со стороны улицы Балаклавской и наглядно продемонстрировала, какую опасность представляют собой улицы Севастополя для людей с ограниченными физическими возможностями. На недавно отреставрированном подъеме на улице Шмидта резко обрывается запроектированная пешеходная пологая дорожка, оставляя колясочникам выбор: «взлететь» по крутой лестнице или «спрыгнуть» на брусчатку проезжей части.

Трое севастопольских инвалидов выбрали для встречи именно площадь Ушакова потому, что она единственная в городе оборудована съездами. Но все окружающие ее улицы для инвалидов недоступны. Не говоря уже о «спальных» районах.

КАЛИНИНГРАД

На проспекте Мира в Калининграде власти сделали съезд с тротуара в соответствии с общепризнанными мировыми стандартами.

Во время очередного мониторинга проекта «Калининград без барьеров» на пешеходном переходе напротив улицы Грекова волонтеры отметили, что в ходе реконструкции тротуара на проспекте Мира бордюр был понижен до уровня асфальта, а перед съездом тротуарная плитка выложена другим рисунком — для предупреждения слабовидящих о начале перехода.

На тротуарах, которые капитально ремонтируют, в обязательном порядке предусмотрено понижение бордюрного камня в районе пешеходных переходов.

В 2014 году бортовой камень будет понижен на всех пешеходных переходах по проспекту Мира от Драматического театра до площади Победы, на улице Театральной — от Драматического театра до Гвардейского проспекта, на Гвардейском проспекте — от улицы Театральной до проспекта Мира.

В апреле Правительство РФ распределило субсидии на софинансирование программ «Доступная среда» в 2014 году. Калининградская область должна получить на создание комфортных условий для людей с ограниченными возможностями здоровья около 21 миллиона 266 тысяч рублей.

ИЖЕВСК

В Ижевске, в трамвайном депо № 1 МУП, для людей с проблемами зрения по инициативе городской организации Всероссийского общества слепых прошла презентация модернизированного трамвая, вводимого в эксплуатацию на территории города.

В его салоне установлено специальное оборудование для инвалидов и маломобильных граждан. Это звуковой и световой сигнал в проеме двери, предупреждающий о ее закрытии; дополнительные кнопки сигнала водителю о входе-выходе особых пассажиров (маломобильных граждан, родителей с детскими колясками, групп инвалидов по зрению с сопровождающими и т.д.).

Установлены динамики, позволяющие информировать пассажира о маршруте следования вагона, что особенно важно для слепых и слабовидящих; смонтирована громкая связь с водителем; контрастно выделены ступени; использовано специальное покрытие ступеней и пола вагона.

В ближайшем будущем предполагается разместить таблички о номерах маршрутов на боковой поверхности трамвая, а также надписи брайлевским шрифтом.



Средневековый Авиньон

Авиньон — второй после Парижа по посещаемости туристами город Франции.

Исторический центр этого города находится под охраной ЮНЕСКО.

Центр Авиньона сохраняет свой исторический облик уже пятьсот лет. Это открытая площадь, с одной стороны которой находится ратуша, рядом с ней расположен театр XIX века. Здесь же — Папский дворец, одно из наиболее известных готических строений в Европе.

Дворец огромен и включает в себя так называемый «старый дворец» и «новый дворец».

Авиньон был резиденцией пап с 1309 по 1377 год. Стены его до сих пор хранят память об истории тех лет.

Неподалеку расположен знаменитый мост Авиньона — Мост Сен-Бенезе (или Пон д'Авиньон). Он был построен в XII веке, страдал от разрушений, вызванных разливами реки Роны, война также оставила свой отпечаток на его облике. До наших времен сохранились только четыре из 22-х его секций.

Чуть в стороне расположились сады и парк Рошер де Дом. Вход сюда — слева от Папского дворца. Это большой сад в английском стиле с видами на город и реку Рону.



Украшением города можно назвать величественные постройки на Рок-де-Дом — почти шестиметровой скале над Роной. На ее вершине возвышается прекрасный кафедральный собор Нотр-дам-де-Дом.

В Авиньоне великое множество музеев. Каждый, кто интересуется искусством, культурой, найдет здесь тот, который соответствует именно его интересам.

Авиньон можно назвать и одной из самых престижных театральных площадок мира. Вот уже более шестидесяти лет здесь проводится международный театральный фестиваль, организованный в свое время знаменитым французским актером Жаном Виларом.





ДАНИЯ

Дания попросила Европейский суд определить, можно ли приравнять ожирение к инвалидности. Поводом для этого стало увольнение Карстена Калтофта, весящего 160 килограммов. Мужчина заявил, что пострадал из-за своего веса, хотя он не мешал ему исполнять свои служебные обязанности: Карстен присматривал за детьми. Ему выдвигались претензии, что из-за избыточного веса он не мог наклоняться, чтобы, к примеру, завязывать шнурки детям.

Сам же мужчина говорит: он просто садится на пол, не нагибаясь. И это не создает какого-либо неудобства. Его работодатель пытался помочь мужчине сбросить вес, оплатив абонемент в фитнес-клуб на три месяца. Но это не помогло. Мужчина работал на компанию 15 лет и в итоге был уволен из-за сократившегося числа клиентов. По его мнению, причиной увольнения послужил не этот факт, а его лишний вес.

Если суд решит, что увольнение связано с реальной инвалидностью, данное решение распространится на весь ЕС. Работодатели будут вынуждены создавать отдельные парковочные места для тучных работников, заказывать специальную мебель.



США

Исследователи Луисвиллского университета работают над созданием живого человеческого сердца при помощи технологий 3D-печати. Ключевой задачей проекта является воспроизведение нового живого органа для пациента из его собственных клеток, а затем его трансплантация в организм больного.

3D-печать уже сейчас используется в медицине для замены костей. Не так давно голландские врачи успешно заменили 22-летней пациентке череп на пластиковый протез, напечатанный на 3D принтере.

Сердце должно быть создано из клеток жировой ткани пациента. Исследователи уже напечатали из них клапаны сердца и малые вены. сейчас ведутся активные эксперименты по созданию других частей сердца. Напечатанные кровеносные сосуды успешно протестированы на лабораторных мышах и других небольших животных.

Команда, работающая над этим проектом, считает, что сумеет напечатать все необходимые части и собрать их в единый орган в течение трех-пяти лет. Конечный продукт получит название «биофициального сердца» и будет являться частично настоящим и частично искусственным. Самой сложной задачей ученые считают необходимость заставить все используемые клетки работать сообща, как это происходит в настоящем сердце. Кроме того, необходимо не просто напечатать живую ткань, а заставить ее и дальше оставаться живой.

В случае успешного завершения тестов, производство органа из клеток пациента полностью решит проблему отторжения донорского или искусственного сердца организмом, что является весьма частым явлением и большой проблемой. Исследователи считают, что такая замена позволит исключить необходимость приема препаратов для преодоления отторжения пересаженных органов.

Согласно плану ученых, первую пересадку напечатанного сердца можно будет произвести менее, чем через десять лет.



ИНДИЯ

Аспирант Индийского национального института дизайна Самит Дагар создал телефон для людей с очень плохим зрением и слепых. Новое устройство позволит им читать SMS-сообщения и другой контент благодаря уникальному экрану, который умеет переводить обычный текст в шрифт Брайля.

Разработка Самита Дагара может появиться на рынке уже совсем скоро, так как она использует широко известную технологию, которая применялась еще в матричных принтерах.

Экран нового смартфона состоит из набора микроигл, которые могут подниматься и опускаться, формируя тем самым осязаемый рельеф — слова, написанные шрифтом Брайля. С учетом механической природы символов на дисплее, его быстродействие значительно ниже, чем у обычных жидкокристаллических экранов. Однако принимая во внимание особенности девайса и потребности незрячих, высокая скорость смены информации на дисплее совершенно не нужна. В остальном — это самый обычный телефон.

Пока телефон для слепых — это всего лишь исследовательский образец. Однако разработ-

чики уверены, что производители заинтересуются их детищем и в недалеком будущем он поступит в массовое производство.



ИСПАНИЯ

Людей с ограниченными возможностями здоровья в Испании, как и в других странах

Европы, инвалидами не называют давно. Само это слово здесь под запретом.

Если кто-то случайно или умышленно называет такого человека инвалидом или калекой, он сильно рискует не только своей репутацией, но и деньгами – за такое оскорбление на него подадут в суд и дело стопроцентно выиграют.

Проблемами людей с ограниченными возможностями здоровья в Испании занимается Министерство здравоохранения и социальной защиты, а за соблюдением их прав и интересов наблюдают общественные организации. Крупнейшая из них – Испанский комитет представителей людей с ограниченными возможностями (CERMI). Государство полностью взяло на себя выплату пенсий и социальных пособий, оказание специализированной медицинской помощи, лекарственное обеспечение, организацию отдыха и реабилитации, разработку специальных программ обучения, интеграции и адаптации.

Общественный транспорт в Мадриде, Барселоне и других испанских городах полностью приспособлен для нужд людей на протезах, в инвалидной коляске и всех тех, кто имеет какие-либо физические ограничения при передвижении. Человек в инвалидной коляске (многие передвигаются на колясках с электроприводом) чувствует себя вполне комфортно на улице, его пропускают и машины, и пешеходы. Он не нуждается в чьей-то помощи и тогда, когда ему нужно попасть в магазин, банк, кафе или ресторан — везде есть пандусы. Но самое сильное впечатление производят слабовидящие и слепые, которые уверенно перемещаются по улицам без помощи зрячих сопровождающих, и только специальная палочка в руках выдает их проблему окружающим. В качестве лучших друзей инвалидов по зрению часто выступают собаки-поводыри – добродушные лабрадоры и ретриверы.

Большинство станций метрополитенов Мадрида и Барселоны оборудованы лифтами

для спуска и подъема, причем лифт, как правило, доставляет пассажиров прямо на платформу – к началу или в хвост поезда (специальные места для инвалидных колясок предусмотрены во всех метropоездах в первом и последнем вагонах). Переоборудование станций обходится властям очень дорого, но даже в трудные кризисные времена эту социальную программу не свернули.

Трамваев и троллейбусов в испанской столице нет, от электротранспорта здесь отказались еще лет 5-8 назад. Их заменили автобусы – быстрые и удобные, с кондиционерами и обязательными выдвижными пандусами для колясочников, мам с маленькими детьми и всех тех, для кого ступеньки представляют непреодолимое препятствие. Никто из пассажиров не возмущается – все терпеливо и с пониманием ждут, пока пандус медленно выезжает, потом человек по нему «грузится» в автобус, после чего пандус также медленно убирается обратно.

Люди с ограниченными возможностями не сидят здесь в четырех стенах, а активно участвуют в общественной и культурной жизни. В кино, театрах, музеях для них и тех, кто их сопровождает, предусмотрены существенные скидки (50-80%) на входные билеты. Даже на вход в парки аттракционов и развлечений (в том числе в «Порт Аventura» в Каталонии, в парк аттракционов Мадрида) для них действуют специальные тарифы. И ничего удивительного: среди людей с ограниченными возможностями немало молодых, они тоже хотят прокатиться на американских горках или принять участие в веселых водных аттракционах.

Правительство Испании подготовило королевский декрет о выпуске и использовании парковочных карт для людей с инвалидностью. В том числе для тех, кто передвигается на коляске, у кого есть проблемы с вождением автомобиля из-за ментальных нарушений и с использованием общественного транспорта. Этот нормативный акт появился после петиции общества защиты прав инвалидов Cermi, в которой поднималась проблема отсутствия доступа на парковки для людей с ограниченными возможностями здоровья.

Специальные парковочные карты будут именными, без права передачи другому лицу, и они будут действовать по всей Испании. Их смогут использовать не только водители с инвалидностью на частных автомобилях, но и социальные службы.



Сто двадцать лет назад в Москве было открыто лечебное учреждение, которое сегодня мы знаем как Психиатрическую клиническую больницу № 1 имени Н.А. Алексеева.

«Создание этой больницы, — сказал в день ее открытия первый главный врач больницы В.Р. Буцке, — есть любви и сострадания подвиг сердца России — Москвы, подвиг, который в течение многих веков останется примером недостижимой высоты».



Любви и сострадания подвиг

Большая роль в создании этой больницы принадлежит Городскому Голове Н.А. Алексееву. К концу девятнадцатого века в Москве была лишь одна психиатрическая лечебница, что не могло удовлетворить нужды населения большого города в такой специализированной помощи.

Больницу предстояло построить полностью на средства меценатов, так как денег в казне на эти цели не было, и он лично занялся сбором средств. До нас дошла легенда, как один из купцов заявил городскому голове: «Поклонись, и при всех, в ноги — дам деньги на больницу». Алексеев выполнил требование богатого сумасброда, зато деньги на благое дело получил.

Для строительства был приобретен у купца Канатчикова земельный участок за Серпуховской заставой, на котором вскоре появилась новая больница.

Сам Н.А. Алексеев трагически погиб, не дожив несколько месяцев до открытия больницы. Перед смертью он завещал своей жене пожертвовать на начатое им благое дело часть личных средств, на которые были построены лечебно-трудовые мастерские.

К маю 1894 года, когда состоялось торжественное открытие, была полностью отделана женская половина больницы — двухэтажное кирпичное здание из шести самостоятельных отделений. Каждое из них представляло собой «больницу в миниатюре», имело несколько просторных и светлых палат, комнату отдыха, служившую также местом для трудовой терапии, ванную, буфет, процедурную и свой садик для прогулок. Были построены пищеблок и баня. К 1896 году больница имела 508 коек. Плата за лечение составляла 15 рублей в месяц, а в одном из корпусов содержание больных

было бесплатным. Для поддержки неимущих пациентов в 1897 году по инициативе первого главного врача Виктора Романовича Буцке в больнице было основано благотворительное общество, которое заботилось об обеспечении их всем самым необходимым.

Примечательно, что с первого же дня работы в больнице В.Р. Буцке запретил применять смирительные рубашки и камзолы. А в 1902 году он снял решетки с окон в спокойных мужских отделениях.

Так начиналась биография знаменитой больницы, получившей имя Н.А. Алексеева.

Петр Петрович Кащенко, имя которого с 1922 по 1994 год носило это лечебное учреждение, был вторым ее главным врачом и вступил в должность в 1904 году. Он сразу же открыл двери палат, снял решетки с окон в спокойных женских отделениях, добился выделения средств на приобретение одежды для пациентов, что позволило ввести обязательные прогулки не только в летнее, но и в зимнее время. Кащенко хлопотал об улучшении материального обеспечения своего персонала. Как и его предшественник, он первостепенное значение в лечении своих пациентов придавал трудовой терапии, которая особенно широко стала применяться после открытия в 1905 году здания лечебно-трудовых мастерских.

Больница не закрывалась даже в самые тяжелые годы Первой мировой войны, революции, гражданской войны, хотя были моменты, когда такая угроза казалась вполне реальной. Когда катастрофически не хватало персонала, больные спокойных отделений брали на себя функции обслуживания. В голодное время с наступлением теплых дней весь персонал, свободный от работы в отделениях, вместе с работоспособными пациентами занимался огородом, который разбили на обширной территории больницы и который помогал пережить трудности с продовольствием.



В тридцатые годы началось переустройство служб больницы. Во все отделения были выделены лекарственные сестры, отвечающие за хранение и выдачу медицинских препаратов. Появились свои штатные консультанты: хирург, стоматолог, гинеколог. В корпусе, построенном на деньги купца Ф.Я. Ермакова и названном Ермаковским, открылось отделение физиотерапии. Была введена в строй чулочно-трикотажная фабрика. При назначении трудовой терапии учитывались не только психическое и физическое состояние, но и профессии, а также интересы пациентов.

С началом Великой Отечественной войны 127 сотрудников, в том числе пятьдесят врачей, ушли на фронт. Пациенты были эвакуированы в несколько приволжских городов, а в бывшие отделения для психически больных начали поступать с фронта бойцы с тяжелыми контузиями и травматическими поражениями центральной нервной системы.

Послевоенные годы ознаменовались расширением больницы. В начале пятидесятых годов было построено четыре новых лечебных корпуса, введено в строй отделение на двести коек для пациентов старческого возраста, а в Подольском районе Подмосковья открылся филиал «Поливаново» с тремя отделениями. В начале 1963 года были построены два здания лечебно-трудовых мастер-





ских, в которых разместились картонажный, цветочный, швейный, столярный и художественный цеха.

Этот период для больницы знаменателен и тем, что практическая деятельность все больше сочеталась с научным поиском. В больнице проходят конференции, ее врачи участвуют во Всесоюзных психиатрических съездах, международных симпозиумах, проходивших, в том числе, и в ее стенах. Тесная научная связь устанавливается с НИИ психиатрии АМН СССР. Впервые в мире в психиатрической практике в больнице открывается блок интенсивной терапии и реанимации для пациентов в кризисном состоянии. Сегодня здесь работает выросшее из этого блока, оборудованное по последнему слову техники отделение реанимации.

Хотя в те годы внимание врачей стало переключаться на психофармакотерапию, в этой больнице всегда серьезно занимались реабилитацией психически больных. Ее лечебно-трудовые мастерские напоминали предприятия, а каталоги изобразительного творчества больных распространялись по всему миру.

В 1994 году больница отметила свое столетие. По ходатайству ее коллектива было принято решение о возвращении ей исторического имени Н.А. Алексеева, которое она носила 28 лет со дня открытия.

В октябре 2012 года больница «приросла» шестью диспансерами, ставшими ее филиалами.

Сегодня в основном больничном комплексе ведутся масштабные работы по ремонту и техническому перевооружению этого старейшего лечебного учреждения. Одна из основных забот нынешнего главного врача, заслуженного врача Российской Федерации Юрия Афанасьевича Шуляка связана с тем, чтобы Московская психиатрическая клиническая больница имени Н.А. Алексеева оставалась ведущим медицинским учреждением столицы, оснащенный современным оборудованием и техникой, использующим передовые методы диагностики и лечения душевнобольных. Многие уже сделано на этом пути, многое предстоит сделать.

На сегодняшний день в больнице новые лечебные методы, разнообразные реабилитационные программы успешно сочетаются с комбинированной терапией лекарственными средствами. В медико-реабилитационном отделении и дневном стационаре стали восстанавливаться программы трудовой терапии с организацией заключительного этапа реабилитации — рационального трудоустройства инвалидов. В планах на ближайшее будущее — открытие первых в Москве мужского и женского отделений паллиативной психиатрической помощи, а также отделения сестринского ухода для тяжелобольных пациентов.

Без преувеличения это лечебное учреждение можно назвать маленьким государством в мире психиатрии, со своей великой и непростой историей, в которой прослеживается развитие отечественной психиатрии; с блистательными специалистами, работавшими и работающими здесь; с милосердной заботой о тех, кто нуждается в успокоении своих душевных страданий.

При подготовке публикации использованы материалы газеты «Психиатрия: нить Ариадны»



Диагноз психического заболевания ставит перед человеком не только чисто медицинские проблемы, тем более что сегодня в распоряжении врача-психиатра достаточно эффективных медикаментозных средств, позволяющих быстро снять обострение недуга. Пациент возвращается в обычную жизнь, и тут перед ним встают преграды, преодолеть которые значительно сложнее. Речь идет о социальной адаптации, принятии душевнобольными окружающими, о его реабилитации в самом широком смысле слова.

Эта большая комплексная проблема стала темой интервью, которое заведующий медико-реабилитационным отделением Московской психиатрической клинической больницы № 1 имени Н.А. Алексеева, президент региональной общественной организации «Клуб психиатров», кандидат медицинских наук Аркадий Липович Шмилович дал нашему корреспонденту Надежде Протасовой.

ДИАГНОЗ — НЕ ЗАМÓК В ОТКРЫТЫЙ МИР



— Чуть более двух лет назад Россия ратифицировала Конвенцию ООН о правах инвалидов. Этот документ касается и людей с инвалидностью вследствие психических заболеваний. Насколько сегодня положения Конвенции реализуются по отношению к таким инвалидам?

— Должен сказать, что у нас Конвенция уже работает. Начиная с 1993 года, в России действует очень серьезный Закон РФ «О психиатрической помощи и гарантии прав граждан при ее исполнении». В нем расписано все, о чем говорится в Конвенции, что есть

в законодательстве других стран. В соответствии с этим законом в психиатрическую больницу нельзя положить человека без его согласия. Статья 29 строго оговаривает, какие пациенты и в каких случаях могут быть исключением из этого правила. Врач, который направляет психически больного в стационар без его согласия, должен убедиться в том, что состояние пациента соответствует тому, что оговорено в этой статье, и скрепить заключение своей подписью.

Когда такого пациента «скорая медицинская помощь» доставляет в больницу, доктор приемного отделения не только читает то, что написал его коллега, доставивший пациента, но и обязательно его осматривает. Бывает так, что к этому времени состояние человека улучшается, особенно если ранее врач уже дал ему какое-то лекарство. Тогда специалист приемного отделения может констатировать, что основания для лечения есть, но не обязательно в условиях психиатрической больницы. В таком случае по желанию пациента его отпускают из приемного покоя. Но даже если человека госпитализируют, в течение 48 часов его обязательно посмотрят комиссионно. Эта комиссия при условии, если пациент не даст добровольного согласия на лечение, его тут же выпишет. Если при этом она считает, что пациент все же нуждается в стационарном лечении, последует ее обращение в суд, который принимает окончательное решение. Все, о



Трудовая терапия в дневном стационаре

чем я сказал, касается дееспособных лиц с психическими заболеваниями.

Если ранее судом пациент был признан недееспособным, решение о его госпитализации принимает опекун. Но даже в этом случае мы выясняем мнение пациента относительно его госпитализации и других проблем, которые перед ним стоят.

Сейчас приняты два понятия — «дееспособен» и «недееспособен». На наш взгляд, между ними должно существовать промежуточное звено — ограниченная дееспособность, которое широко используется в ряде стран. Мы занимаемся тем, что продвигаем его как законодательную инициативу. В частности, мы участвовали в ряде круглых столов и специальных совещаний на эту тему в Общественной палате РФ и Совете Федерации РФ, где эта инициатива была поддержана.

Мы исходим из того, что некоторые наши пациенты могут быть судом точно ограничены в каких-то правах. Например, в проведении сделок с жильем, что позволит защитить их как собственников от различных мошенников и черных риэлторов. Во всем остальном, что касается работы, семьи, этот человек остается дееспособным, то есть без ограничений. Он нуждается не в опекуне, а в попечителе, деятельность которого строго контролируется судом. Попечитель — постоянный помощник в тех вопросах, в которых человек остается дееспособным.

Отвечая на ваш вопрос, я остановился лишь на тех специфических правах, которые касаются наших пациентов.

— Что вы могли бы сказать о традициях отечественной психиатрии?

— Ее всегда отличало гуманное отношение к человеку. У нас никогда, как в средневековой Европе, душевнобольных не жгли на кострах, не приковывали цепями к каменному полу. Никогда не считали, что их надо изолировать от общества. Исстари душевнобольным давали приют монастыри, их брали к себе

сельские семьи. И это поддерживалось отечественной психиатрией. Существуют документальные свидетельства о том, как еще в XIX — XX веках в психиатрических больницах проходили концерты, туда приезжали известные артисты. Не обходили стороной этих людей русские меценаты. В нашей стране, одной из первых, начали серьезно заниматься реабилитацией душевнобольных и внедрением внебольничных форм психиатрической помощи. В 20-е годы прошлого века, когда психиатрия во всем мире была больничной, у нас появились первые районные врачи-психиатры, а потом и первые психоневрологические диспансеры. В тяжелые годы гражданской войны, время голода и разрухи, когда не хватало средств на самое необходимое, в нашей стране создавалась внебольничная психиатрическая государственная служба. При психоневрологических диспансерах обязательно работали лечебно-трудовые мастерские. Появились первые в мире дневные стационары, лечебно-трудовые профилактории, где душевнобольные люди могли отдыхать и работать. Позднее именно этот опыт у нас взял весь мир, а мы сегодня, к сожалению, стали отставать.

Если говорить о гуманистических традициях отечественной психиатрии, то она всегда ставила своей целью возможность сохранения для пациента общения с семьей и как можно более быстрое возвращение к ней.

— Не могу в связи с этим не задать вопрос, который до сих пор обсуждается, о «карательной» психиатрии, которая в определенное время нашей истории выполняла совсем не гуманистические функции.

— Когда нашу психиатрию называют репрессивной или карательной, это полная чушь. Я работаю в этой сфере с 1959 года, то есть уже 55 лет, и знаю о ней не понаслышке.

Психиатр не может быть карателем уже потому, что не в его компетенции принятие решения о принудительном лечении. Это сфера ответственности совсем других служб, а свои заключения медики давали ответственно и профессионально, руководствуясь интересами больного.

Психиатр, прежде всего, — врач, он давал клятву Гиппократу, и именно верность ей всегда определяла его отношение к пациенту. Хотя я не исключаю, что, как и во всякой работе, у психиатров могли быть ошибки, но это никак не дает права называть их карателями.

— Не секрет, что диагноз психического заболевания становится для человека своеобразным клеймом, стигмой. Его сторонятся, общество не торопится его принять, создавая для него в

повседневной жизни множество дополнительных проблем. Как изменить эту ситуацию?

— Вы коснулись очень важной проблемы, связанной с социальной интеграцией наших подопечных. К большому сожалению, психически больной, как правило, вычеркивается обществом, выталкивается им. Один наш пациент сказал об этом так: «Я выписался из больницы, и все отвернулись от меня». Нам предстоит заполнить пустое пространство, в котором оказываются наши пациенты, выйдя за двери больницы или диспансера. Для них нет работы, нет условий для творческих занятий, которые тоже чрезвычайно важны, поскольку человек может проявить себя не только в каком-то конкретном производстве, в труде. Он может реализовываться в живописи, литературной деятельности, изобразительном и музыкальном творчестве. Для наших пациентов творчество — это раскрытие личностных резервов, третичная профилактика, это возможность быть в обществе.

В создании негативного образа психически больного человека преуспели средства массовой информации. Психиатры провели обследование, и выяснилось, что в отечественных СМИ в 80% случаев образ душевнобольного представлен как устрашающий, в 60% — как неадекватный, в 40% — как образ человека, от которого неизвестно, чего ждать, 10% средств массовой информации высказывают мысль о том, что, может быть, стоит закрыть душевнобольных в каких-то учреждениях. Это свидетельствует о непонимании глубины проблемы, я уже не говорю о правовой стороне.

Хотел бы напомнить, что, по данным Всемирной организации здравоохранения, 10% населения страдают психическими расстройствами, каждый четвертый из нас встретится с ними в тот или иной период своей жизни. С ростом продолжительности жизни все больше проблем с психическими заболеваниями у пожилых людей. По данным ВОЗ, депрессия, которая является психическим расстройством, к 2020 году выйдет на первое место, обойдя сердечно-сосудистые и онкологические заболевания вместе взятые. Очень много депрессий скрытых. Они становятся причиной психосоматических расстройств. Ряд заболеваний — гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца, язвенная болезнь двенадцатиперстной кишки — в основе своей психосоматические.

Настало время нам объединиться со СМИ и совместно вести правильную политику в отношении людей с психическими расстройствами. Наша региональная общественная организация «Клуб психиатров» считает это одной из главных своих задач.

Мы также разработали программу «Психогигиена, психопрофилактика и формирование антистигматического отношения у студентов московских вузов»,

Полиграфический цех



Мария Кулик, президент РБОФ «Качество жизни»:

«Поддержка программы по временному трудоустройству со стороны Правительства Москвы — значимый шаг к решению этой проблемы, так как страх и стигматизация общества порой не позволяют не только делать, но и даже думать над теми подходами, которые сегодня во всем прогрессивном мире помогают людям с психическими заболеваниями. Мы считаем, что данный проект станет началом большой работы по возрождению трудовой терапии как части комплексного реабилитационного процесса. Но это только старт, так как и общество должно быть готово встретить людей с особенностями психического развития».





с которой пришли на биологический факультет МГУ имени М.В. Ломоносова и на психологический факультет Института психологии имени Л.С. Выготского, РГГУ, поскольку наша программа направлена на молодых, креативных людей, которые завтра будут определять настроения в обществе. Нам важно, чтобы именно они понимали проблемы людей с психическими расстройствами не только как психиатрические, а более широко, как проблемы толерантности в обществе, в частности, по отношению к душевнобольным. Наши встречи со студентами не были лекциями. Это было интерактивное общение, во время которого ребята анонимно отвечали на наши вопросы.

На одной из встреч мы поговорили о тех психических расстройствах, которые могут возникнуть у всех нас. Ведь существует много различных пограничных расстройств: нарушения сна, раздражительность, колебания настроения, чувство тревоги, всевозможные страхи. Мы рассказали о том, какие бывают типы личности и как разные люди реагируют на стрессовые ситуации. К примеру, для многих студентов экзамен — это серьезный стресс.

На следующей встрече мы спросили ребят, как они относятся к людям с психическими расстройствами. Представили типы личностей с болезненными проявлениями, которые могут быть в их семье, среди их друзей.

Когда в самом конце мы поинтересовались, кто из ребят нуждается в помощи психиатра, 48% студентов ответили положительно. Стена непонимания и неприязни была пробита. Они поняли, что поддержка психиатра или просто его консультация не несут в себе ничего предосудительного. Проведенные исследования показывают, что иногда от 50 до 60% тех, кто обращаются в обычные поликлиники, нуждаются в той или иной консультации специалиста-психиатра.

Сейчас наша организация открывает радиопроjekt «Зазеркалье». Мы создаем радиостанцию, на которой

будут вещать наши пациенты. Они будут говорить о жизни, о своих состояниях, будут приглашать гостей, знаменитых артистов. Такие передачи призваны способствовать формированию позитивного образа душевнобольного.

— Мне довелось быть в полиграфической мастерской, где работают инвалиды с психическими заболеваниями. Я спросила одного из них, кто устроил его сюда. Ответ меня, честно говоря, удивил: «Лечащий врач из больницы имени Алексеева». И этим сегодня занимаются наши психиатры?

— Основная масса наших инвалидов — люди трудоспособного возраста. Многолетняя практика отечественной психиатрии показывает, что при определенной организации психиатрической помощи, в основе которой лежит реабилитационная идеология, нам удастся восстановить трудоспособность и трудоустроить этих людей. И это определяет важность системы восстановления трудоспособности в психиатрических учреждениях как Департамента здравоохранения, так и Департамента социальной защиты населения города Москвы.

В свое время у нас была создана система учреждений — лечебно-трудовых мастерских — в каждой больнице, в каждом диспансере и интернате. Более того, на предприятиях работали специальные цеха, были другие формы трудоустройства инвалидов вследствие психических заболеваний.

Сейчас лечебно-трудовые мастерские, которые были основной базой для занятости, в связи с изменением законодательства вышли из юридического поля. Мы пытаемся найти новые формы этой реабилитационной работы. В частности, мы апробируем очень интересную идею. Благотворительный фонд «Качество жизни» совместно с предприятием «Форте Принт» при поддержке Департамента социальной защиты населения города Москвы открыли производственный участок почти на 90 мест, в том числе и для инвалидов с психическими расстройствами из нашего медико-реабилитационного отделения. Видимо, с одним из них вы и встречались в полиграфическом цехе.

Как известно, правительство Москвы сформировало несколько программ для инвалидов, в том числе программу временной занятости. Она предполагает, что работодатель финансирует 20% зарплаты инвалида, в 80% - через Центры занятости оплачивает городской бюджет (все вместе – минимальная зарплата москвича 15 тыс. руб.). В соответствии с этой программой мы сейчас на базе наших лечебно-трудовых мастерских создаем начальные этапы трудовой терапии, обеспечиваемые филиалом предприятия «Форте Принт», с

которым различные работодатели заключают договоры на производство полиграфической продукции.

Если нам удастся запустить этот пилотный проект, у наших инвалидов появятся широкие возможности для трудоустройства. Но пока остается нерешенным один вопрос. Он связан с оплатой аренды помещения. У нас много пустующих площадей. Нужно ли платить аренду за эти площади предприятиям, дающим работу инвалидам? С моей точки зрения, разумно освободить их от этих затрат, учитывая их благородную миссию по отношению к инвалидам. Если этот вопрос будет решен, у нас возобновится трудовая терапия во всех психиатрических учреждениях города. А это десять психиатрических больниц, 23 психоневрологических диспансера. В Москве 60 тысяч инвалидов вследствие психических заболеваний и столько же являющихся, по сути, инвалидами, но не имеющих группы инвалидности. То есть речь идет о 120 тысячах москвичей, нуждающихся в восстановлении их социального статуса.

— Название отделения, которым вы заведуете, говорит само за себя: медико-реабилитационное. Как сочетаются в его работе медицина и реабилитация?

— Когда к нам поступает пациент, в первую очередь, нам надо обследовать его и сформировать реабилитационную программу, включающую в себя медикаментозную терапию и психосоциальные технологии. При этом мы исследуем все сферы жизнедеятельности человека — образовательную, профессиональную, семейную, досуговую, в которых у наших инвалидов проблемы. Без помощи в решении этих проблем, ограничиваясь лишь лекарствами, мы не сможем обеспечить человеку определенное качество жизни, и в результате он снова неизбежно окажется в больнице. У нас есть понятие «феномен возвращающихся дверей». Это когда пациент поступает в больницу, очень быстро у него снимают острое расстройство, он выписывается и вскоре опять поступает, потому что нерешенные социальные проблемы способствуют новому обострению болезни. Подход, при котором решаются проблемы во всех сферах жизнедеятельности, очень важен. При этом врач-психиатр как бы руководит целой группой профессионалов. Один из главных в ней — медицинский психолог, который должен дать личностный портрет человека и представить круг его интересов, место этих интересов в жизни. Психолог занимается коррекцией жизненных установок пациента и семейно-психологической коррекцией. Это трудоемкая работа. С одной стороны, нужно работать с человеком, чтобы изменить его отношение к семье, с другой — необходимо работать с семьей, чтобы изменить ее отношение к пациенту, часто неправильное.

В программе реабилитации активно задействованы всевозможные арт-терапевтические методики. У нас в больнице ряд студий — изобразительного творчества, коллажа, театральная, литературная. Есть свой кукольный театр, музыкальный клуб. Занимаются в них те, кто находится в стационаре, и те, кто уже выписался.

Мы провели два московских фестиваля «Нить Ариадны», где было представлено творчество людей с особенностями психического развития. Второй фестиваль объединил более семи тысяч инвалидов, членов их семей, волонтеров, студентов. На него приехали делегации из двадцати регионов России, а также из Нидерландов, Финляндии, Германии, Израиля и Украины. У нас было шесть творческих номинаций. Мероприятия проходили во всех психиатрических больницах Москвы, в ряде психоневрологических диспансеров Департамента социальной защиты населения города Москвы, а также на ведущих культурных площадках города. Например, в Театральном центре Мейерхольда был показан 21 спектакль театральные студии Москвы и других городов. Изобразительные работы участников фестиваля выставлялись в Пушкинском музее и ряде известных галерей столицы. Был издан сборник литературных произведений, каталог изобразительного творчества. Разработчиком фестиваля выступила РОО «Клуб психиатров». Фестиваль проходил под патронатом Департамента здравоохранения, Департамента социальной защиты населения города Москвы при непосредственном участии благотворительных фондов «Добрый век», «Качество жизни», «Парилис», многочисленных волонтеров.

Арт-терапия — важная часть нашей работы, но не единственная. С нашими пациентами занимаются специалисты по социальной работе. Они помогают решать юридические проблемы, преодолевать трудности и конфликты, которые возникают у душевнобольных в повседневной жизни, начиная от общения с соседями и кончая контактами с различными организациями. Решение проблемы трудоустройства — также забота наших специалистов.

Наша больница несколько лет ведет работу по реорганизации своего филиала в Подольском районе Подольска. Мы хотим создать там реабилитационный центр с полной инфраструктурой реабилитационных подразделений, включая социально-бытовой модуль, где в течение определенного времени у наших пациентов будут формироваться навыки самостоятельного проживания.

— Хочется надеяться, что ваше интервью поможет и кому-то из наших читателей изменить свое отношение к психиатрам и их пациентам в сторону доверия и толерантности.

НА КОНСУЛЬТАЦИИ У ПСИХОЛОГА



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



Мы живем не в Москве. Но после нашумевшей истории в столичной школе, когда ученик застрелил своего учителя, мой сын стал бояться ходить в школу. Как преодолеть этот страх?

З.И. Литвинова, Курск

Здравствуйтесь, уважаемая читательница! Вы не написали, сколько лет сыну, а в подобных ситуациях это имеет значение. Младшие дети легче справляются со стрессом: более непосредственные, они выплескивают эмоции, открыто выражают то, что их беспокоит, — в игре, общении с близкими. Чем старше ребенок, тем больше он подвержен влиянию социальных условностей: более закрыт, не склонен достаточно активно «отыгрывать» свои чувства. Вам важно понаблюдать за сыном — как выражается его страх, в чем проявляется, как он справляется с ним. Поговорите, что его больше пугает, о чем беспокоится. В зависимости от объяснений ребенка Вы можете найти способы, чтобы успокоить его, разубедить в возможных заблуждениях. Например, объясните, что в школе администрация следит за порядком, защищает своих учеников. Обсудите меры безопасности и его действия в случае настораживающих ситуаций (рассказать учителю, позвонить Вам, уйти в определенное место). обстоятельно проговорите (а если сын младший школьник, то проиграйте) те ситуации, которые беспокоят его больше всего.

И еще очень важный момент. Если волнуетесь и переживаете Вы сами, нервничать будет и ребенок. Ребенку необходимы Ваше внимание, забота и оптимизм, понимание его чувств. Обратите внимание, не подкрепляется ли его страх телевизионными передачами, просмотром фильмов или сайтов, как бы сообщающих: «Окружающий мир опасен, там случается плохое».

Если видите, что сын в течение долгого времени (более двух-трех недель) не может справиться сам (все больше замыкается, его мучают кошмары, он вовсе отказывается идти в школу), обратитесь к психологу. Зачастую причинами подобной реакции является наличие уже существующих внутренних страхов, а инцидент стал лишь поводом для их проявления.

У моей дочери, ей 15 лет, появился комплекс неполноценности: она стала считать себя некрасивой, непривлекательной девчонкой, хотя, на мой взгляд, ничуть не хуже других. Была жизнерадостной, общительной, а сейчас все больше замыкается в себе. На мои расспросы отмалчивается. Я за нее боюсь.

П. Рыбакова, Саранск

Уважаемая читательница! Подростковый возраст достаточно сложный для проживания еще вчерашними детьми период. В это время юноши и девушки активно

ищут себя, определяют свое место в мире, пытаются понять, какие они есть и какими хотят стать. Подросткам особенно важно «быть своими», ощущать принадлежность к определенной группе, найти и следовать своим идеалам, признанным в их компании авторитетам. Сделать это, не оценивая себя и не сравнивая с другими, практически невозможно. А критичность к себе и категоричность в этот период просто зашкаливают.

Возможно, Вы в какой-то момент дали понять дочери, насколько несерьезны ее переживания, поэтому она и не хочет больше с Вами ими делиться. А ведь понимание, поддержка и любовь родителей ей сейчас особенно нужны. Уверения в том, что «она не хуже других», и расспросы о причинах замкнутости, мало действенны. Предположите, в чем может быть причина ее переживаний? Недостаточно модный гардероб, особенности фигуры или кожи, неумение общаться с молодыми людьми или что-то другое. Попробуйте вспомнить, что беспокоило Вас в 15 лет, о чем переживали Вы, как справлялись со своими комплексами или почему у Вас их не было. Поделившись с дочерью своими чувствами, Вы поможете ей разобраться в своих собственных, а себе стать ближе к дочери и ее проблемам. И обязательно расскажите о своем беспокойстве за нее: чего Вы боитесь, что волнует и настораживает. Вполне вероятно, что дочь сможет рассеять Ваши страхи.

Я православная христианка. Два года назад вышла замуж за татарина, он мусульманин. Все было нормально, пока не родилась дочка. Встал вопрос о том, нужно ли ее крестить. И тут на меня буквально войной пошла свекровь. Я не знаю, что делать и, вообще, чей это ребенок — мой или ее?

Д.Сурмина, Подольск

Уважаемая читательница! В своем письме Вы упоминаете трех людей — себя, дочь и свекровь. А ведь есть еще один очень важный для вас троих человек. Это Ваш муж, отец девочки и сын Вашей свекрови. К дочери он имеет точно такое же отношение, как и Вы. Несмотря на то, что Вы называете дочь своей, это ваш общий ребенок. Поэтому все решения, имеющие отношение к развитию и воспитанию девочки, Вы должны принимать сообща. Дедушки и бабушки с обеих сторон имеют полное право на собственное мнение, но, как бы то ни было, ответственность за ребенка, прежде всего, лежит на его родителях. Вы ничего не написали о том, какого мнения придерживается Ваш супруг — поддерживает ли Вас или согласен

с доводами матери. Если нет договоренности между вами, то вряд ли получится найти выход из противостояния со свекровью.

Судя по письму, Вы довольны своим супружеством. А ведь обретение любимого человека и крепкой семьи — счастье. Выбрав спутника жизни, мы принимаем его целиком, в том числе с родственниками и традициями рода. Ваш супруг такой, какой есть, в первую очередь, благодаря своим родителям и своей культуре. И Вы полюбили его таким. Отнеситесь с уважением и пониманием к семье мужа. Это будет прекрасным залогом для удачного поиска компромисса между двумя любящими людьми — Вами и супругом. Желаю удачи!

Мы с женой вместе уже двадцать лет. Недавно после корпоративной вечеринки, изрядно подпив, я оказался у своей сослуживицы. Честно говоря, плохо помню, что там было. А теперь она меня шантажирует тем, что беременна от меня и намерена рожать. Я с ней никогда никаких совместных планов не строил и не строю. Сегодня больше всего боюсь, что будет, когда обо всем узнает жена. Что делать, чтобы сохранить семью?

В.П. Дмитриев, Клин

К сожалению, универсального совета, как надо поступать в подобной ситуации, чтобы сохранить семью, нет. Как и нет уверенности в том, что жена после Вашего признания простит Вас или, наоборот, решит развестись. Все очень индивидуально: для одних пар измена является обстоятельством, которое выводит брак на новый, более зрелый уровень. Для других — это безусловный крах.

Прежде чем искать понимания у своей жены, надо понять себя. Разберитесь в собственных мотивах и чувствах. Что привело к данной ситуации, какие обстоятельства способствовали инциденту? Не торопитесь делать скоропалительные выводы, считая причинами нетрезвость или, например, провоцирующее поведение коллеги. Порой истинные причины измены лежат гораздо глубже и могут касаться как Вас лично, так и Вашей семейной жизни. Следующий этап — выясните, что именно страшит Вас больше всего, что хуже всего в случае, если жена обо всем узнает. Способны ли Вы рассказать ей или Вам легче хранить тайну? И еще вопрос — что будет в случае, если супруга узнает о случившемся не от Вас? Верите ли Вы в совместное будущее с ней после происшедшего, каким оно Вам видится, что Вы должны сделать для этого? Иногда понять, чего Вы действительно хотите, оказывается не так просто. Поэтому очень эффективным является

помощь специалиста по семейному консультированию — как в случае поисков причин Вашей измены, так и в понимании своих желаний и выборе шагов для разрешения конфликта.

Если Вам дорога Ваша семья, дороги отношения с женщиной, с которой Вы прожили двадцать лет, будьте терпеливы: исправляйте свою ошибку, боритесь за свое счастье. Но при этом помните, что измена супруга — одно из тяжелейших испытаний брака. Вашей жене будет очень больно. Сможет ли она Вас понять и продолжать отношения? Поэтому сделайте то, что зависит от Вас, но проявите уважение и к ее решению. Желаю Вам удачи!

Я много лет крепко пил. Потом вылез из алкоголизма. Первую семью потерял. Теперь хотел бы снова жениться. Но все женщины от меня шарахаются, как только узнают, что я «в завязке». А я так надеялся начать новую жизнь.

И. Паришин, Воронеж

Сложности с «началом новой жизни» есть не только у людей, имевших в прошлом проблемы с алкоголем. До сих пор не найдена столь желанная многими «формула любви». Что же является гарантией личного счастья: красота, ум, богатство, удачная судьба, хорошее здоровье, доброта? Но ведь даже те, кто обладает всеми перечисленными качествами (или их большинством), бывает, разводятся или вовсе не находят пару. А между тем, множество людей, не отличающихся «модельной» внешностью, например, или финансовым благополучием, имеющих ограничение физических возможностей или хронические заболевания, любят и любимы своими близкими — мужьями, женами, детьми. Видимо, слагаемые семейного счастья у каждого супругов свои, они уникальны и индивидуальны, как и сами супруги. Ведь любят не наличие или отсутствие определенных качеств, а человека.

Какой Вы, уважаемый читатель? Вы не описали свой характер, свои положительные качества, упомянули только болезнь. Но ведь человек, сумевший победить страсть к выпивке, — сильный и волевой. Что помогло Вам справиться с недугом, какие качества личности позволяют верить в начало новой, лучшей жизни? Каким Вы видите себя сейчас? Что хотелось бы изменить? Увидели — тогда меняйте, Вы способны это сделать. Возможно, это непросто, но Вы обладаете нужными для этого терпением, настойчивостью, умением идти к цели. Будьте уверены в себе.

А каким Вас видят другие? Почему именно прошлое Вы считаете основным препятствием для благополу-

чия в настоящем и будущем? Взгляните на себя иначе, не акцентируя внимание на состоянии «завязки». Пусть Вам понравится этот человек, примите и полюбите его таким, какой он есть. Со своими достоинствами и недостатками — качествами, которые есть у каждого из нас и которые принимаются любимым человеком. Продолжайте надеяться на встречу с той, что Вам будет дорога и ответит Вам взаимностью. Успехов Вам!

В наш дом пришла беда: арестовали маму. Она не уголовница. Я не знаю подробностей, но что-то связано с ее работой. Мы с папой, конечно, очень переживаем. Но не меньше я переживаю от того, что от меня, как от прокаженной, отвернулись все друзья — и в школе, и во дворе. За что? В чем я виновата?

Алина, 15 лет, Тверь

Дорогая Алина! Вам выпало сложное испытание, с которым дано справиться не каждому взрослому. Но Вы и Ваш папа достойно и мужественно боретесь с пришедшей в семью бедой. Своей верой и поддержкой Вы очень помогаете маме, находящейся в еще более тяжелом положении. Это, безусловно, дает ей силы, подкрепляет надежду на лучшее. Такая помощь дорогого стоит, вы с папой молодцы!

Понять, что испытываешь в подобной ситуации, не находясь в ней, невозможно. Твои сверстники не имеют такого опыта, скорее всего, никогда сами не сталкивались с арестами знакомых или близких. Возможно, они видели такие случаи в кино, но реальность сильно отличается от происходящего на экране. В жизни такие ситуации пугают, страшат, заставляют бояться за свое благополучие. Другими словами, вызывают непонимание, протест, неприятие. Зачастую прекращение общения связано не только с испугом, но и с растерянностью, незнанием, как надо поступить. Возможно, некоторые таким образом проявляют ... заботу о тебе. Боятся сделать тебе больно или, не находя слов для поддержки, опасаются сделать хуже, сказать что-то «не то». Скорее всего, сейчас ты, как никогда, нуждаешься в участии ребят, их внимании и сочувствии, но в силу отсутствия нужного опыта они этого не понимают. Не стоит их осуждать, но и не считай себя виноватой — просто так сложилась ситуация.

Если ты была близка с друзьями, то можешь догадываться о причинах такого поведения сверстников. Попробуй поговорить, объяснить им, что значит для тебя продолжение общения. Это может быть для них важным — ведь так они научатся по-настоящему поддерживать друга в беде. Если ситуация иная и друзья

просто отвернулись от тебя в связи со случившимся в твоей семье, подумай, а были ли вы настоящими друзьями?

Знаешь, Алина, обстоятельства могут поменяться, плохое забыться. А вот верность любимым людям, самоуважение и умение достойно вести себя в трудной ситуации — более постоянные вещи и значат очень много.

Мой муж частенько выпивает. Руку на меня не поднимал никогда, но в подпитии всячески оскорбляет, нецензурно ругается. У нас сын-подросток, 14 лет. Раньше я как-то могла его уберечь от негативного влияния отца. Но чем старше он становится, тем больше начинает подражать родителю. Вот такой для него отец «авторитет». Боюсь упустить сына.

Л.Т. Суркова, Красноярск

Действительно, в подростковом возрасте очень значимо влияние авторитетов. Однако не всегда таковыми являются родители. Даже, скорее, такие случаи редкость. Почему Вы уверены, что авторитетом для сына является именно отец? В чем, по Вашему мнению, сын ему подражает? Как проводит подросток свое время? Предпочитает быть дома, играть в компьютерные игры или общаться с Вами и мужем? Возможно, что большую часть времени его дома нет. Тогда чем он занят? Знакомы ли Вы с его друзьями, знаете ли об увлечениях и интересах сына? А какие у Вас с ним отношения — доверительные или напряженные? Как Вы общаетесь, помогает ли сын Вам по хозяйству? Ведь очень многое зависит и от Вашего поведения, от Ваших отношений с мальчиком.

Не зная ответов на эти и многие другие вопросы о Вашей семье и образе жизни Вашего сына, трудно составить мнение о потребностях подростка, особенностях его взросления. Тем более сложно дать Вам рекомендации о том, как Вы можете избежать ошибок в его воспитании, помочь ему пережить переходный период, найти себя. Подростковый кризис труден для родителей, но и для Вашего ребенка это сложное время. Наиболее эффективный способ преодоления возможных негативных последствий кризиса — обращение за очной консультацией к психологу. Он подскажет, как лучше вести себя с подростком в типичных для этого возраста ситуациях, как научиться искать компромиссы при взаимодействии с ним и что Вам нужно сделать для того, чтобы перестать бояться.



Телефон НЕОТЛОЖНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ 051



Неотложную психологическую помощь вы можете получить в любое время суток, позвонив с московского городского телефона на бесплатный номер 051. Специалисты Московской службы психологической помощи населению всегда готовы помочь в самых сложных, кризисных ситуациях. Помощь доступна для любого желающего, независимо от возраста, пола, религии и национальности. Все звонки анонимны и бесплатны.

- Интернет-консультирование
- Психологическое консультирование на сайте службы www.msph.ru
- Консультирование в чате
- Консультирование по skype

В Москве прошла III городская ярмарка вакансий для студентов с инвалидностью «От учебы — к работе», организованная РООИ «Перспектива» и Советом бизнеса по вопросам инвалидности.

Путь к карьере

Более 150 молодых людей, студентов и выпускников вузов, посетили ярмарку вакансий, чтобы познакомиться с потенциальными работодателями, заполнить анкеты и резюме и получить шанс найти интересную работу в серьезной и крупной фирме.

Среди посетителей ярмарки — студенты МГТУ имени Баумана, РУДН, РГСУ и РГГУ, Московского государственного гуманитарно-экономического института, МЭСИ, МАИ, а также нескольких колледжей и техникумов. У всех — вторая или третья группа инвалидности, но при этом у каждого есть интерес и цель трудоустроиться, каждый пришел на ярмарку с позитивным настроением и оптимизмом.

Ирина Тимошилова в этом году оканчивает институт и хочет найти работу в области юриспруденции. Девушка передвигается на коляске и уверена, что вполне могла бы работать помощником нотариуса: «Ограничение в передвижении не мешает мне работать, — уверена Ирина. — А вот то, что людей с инвалидностью все еще очень неохотно берут на работу, действительно затрудняет нам жизнь. Хотелось бы пожелать работодателям не отказывать в приеме на работу таким, как я. Оборудовать рабочее место не так сложно, при этом компания получит грамотного специалиста».

Немало крупных компаний, работающих в России, уже несколько лет активно практикуют и продвигают трудоустройство людей с инвалидностью. Об этом рассказала

на специальном семинаре, открывшем ярмарку, ведущий специалист по подбору и развитию персонала международной страховой компании «МетЛайф» Ирина Мелихова. Используя примеры из собственной практики, она рассказала молодежи, как лучше готовиться к встрече с потенциальным работодателем, писать резюме, готовиться к самопрезентации. «Адекватность — одно из основных качеств, привлекающих работодателя, — поделилась Ирина с аудиторией. — Важно, чтобы соискатель понимал, с какой работой ему придется иметь дело, какие нюансы и подводные камни возможны».

Светлана Георгиева — лингвист-переводчик, закончила вуз в прошлом году и уже работает, но не по специальности. Ее нынешняя работа девушке не очень нравится, поэтому она пришла на ярмарку, чтобы посмотреть и подыскать более интересный вариант. «Я хочу найти такую компанию, которой действительно будут нужны мои знания, умения, навыки», — пояснила Светлана. К концу ярмарочного дня коляска девушки была буквально завалена буклетами разных компаний. «Буду рассылать резюме», — улыбалась Светлана.

Заполнить анкеты ребята могли и на входе, оставив их сотрудникам «Перспективы» для дальнейшей рассылки возможным работодателям, и непосредственно на стендах работавших на ярмарке компаний.

Менеджер по подбору персонала FM Logistic Алина Серафимова рассказала, что компания уже второй раз



участвует в такой ярмарке и в прошлом году собрала немало интересных анкет от соискателей с инвалидностью. Однако поскольку ее офис расположен на северной границе Москвы и области, не всем потенциальным сотрудникам это подходит, особенно учитывая сложности с передвижением многих соискателей. «Поэтому сегодня мы сначала уточняем, может ли кандидат ездить в Долгопрудный, — рассуждает Алина. — Но уже несколько человек заполнили наши анкеты».

Media Markt на ярмарке впервые, но довольно быстро набрали два десятка анкет от желающих работать в компании. «Честно говоря, мы даже не ожидали, что так будет, — поделился специалист по подбору персонала Сергей Жидков. — Мы уже набрали кандидатов на работу не только в магазины, но и в центральный офис».

Отель «ЛОТТЕ РУС» предлагает соискателям должности в отделе бронирования, но здесь очень важно знание английского языка. Для того чтобы протестировать собственные знания, соискатели могли отправиться на English Games, который был специально придуман организаторами ярмарки. Участники получали лист с отмеченными на нем «островками», где можно было заполнить анкету, сделать фото для резюме, пройти профориентацию в Уголке карьеры, а также получить консультацию от компании Selectif. Кроме того, предлагалось записаться на программы РООИ «Перспектива» «Клуб ищущих работу», конкурс «Путь к карьере», индивидуального сопровождения при трудоустройстве и другие. Кто не чувствовал себя готовым здесь же сфотографироваться для резюме, могли получить консультацию и практическую помощь визажистов «Перспективы».

Одновременно в зале проходили презентации компаний FM Logistic, «Олимп», МГСГИ, IBM. Специалист по подбору персонала IBM Яна Васильева объясняла молодежи, как важно не опаздывать на собеседование, быть дружелюбным и ничего не бояться. Она также сообщила, что все тренинги в компании идут на английском языке, поэтому для начала нужно

пройти онлайн-тестирование. Представитель компании «Олимп» рассказала соискателям, как важно для оператора колл-центра быть терпеливым и вежливым, чтобы суметь расположить к себе собеседника.

На ярмарке также находились представители Всероссийского общества слепых. По словам его представителя Константина Лапшина, очень важно объяснить работодателям, что могут и умеют незрячие или слабовидящие ребята: «Мы стараемся изменить стереотипы, чтобы незрячие могли работать не только на наших специализированных предприятиях, но и устраивать свою карьеру на открытом рынке труда», — пояснил Константин Лапшин.

По словам руководителя направления «Трудоустройство» РООИ «Перспектива» Михаила Новикова, цель ярмарки — помочь работодателям и соискателям найти друг друга. «Для соискателей здесь есть много возможностей показать себя, пройти мастер-классы, поучаствовать в семинарах, — рассказал Михаил. — Ведь проблемы их трудоустройства заключаются не только в инвалидности, есть множество иных сопутствующих факторов, о которых наши соискатели должны знать. Сюда приходят 150-200 человек, они знакомятся с работодателями, и уже были случаи, когда молодые люди с инвалидностью находили интересную работу».

Одна из участниц ярмарки Араксия Манукян получила сразу несколько привлекательных предложений: благодаря ее свободному английскому четыре компании сообщили девушке, что уже готовы взять ее на работу. Араксия имеет два высших образования, работает пока в свободном режиме, но на ярмарке ищет интересные варианты роста и профессионального развития. Оценивая ярмарку, Араксия говорит: «Это нужно делать чаще. Когда отправляешь резюме и пишешь, что ты человек с инвалидностью, тебя не видят за этой бумагой и обычно работодатели просто пугаются. А здесь возникает непосредственный контакт, лицом к лицу, и ты можешь показать людям все свои самые сильные стороны. Это же совсем другое дело!».



Икона Божией Матери «Милостивая»



Царице Всемиловитвая, Мати Божия Всеблагая, простри к Немү Богоносная Твои рүки, ими же Ёго, яко младенца, носила еси, и умоли Ёго вся ны спасти и избавити погибели вечныя. Яви нам, Владычице, Твоя щедроты: болящия исцели, скорбящия үтеши, бедствүющим помози: благопоспешно всем нам носити иго Христова в терпении и смирении, сподоби нас благочестно житие сие земное скончати, христианскую непостыднүю кончину получитьи и Небесное Царствие үнаследити, Матерним ходатайством Твоим к рождаемүся от Тебе Христу Богу нашему, Ёмү же со Безначальным Ёго Отцем и Пресвятым Дүхом подобает всякая слава, честь и поклонение ныне, и присно, и во веки веков. Аминь.

В Москве, в соборе Зачатьевского монастыря, в белокаменном шатре в старинном киоте стоит чудотворный образ Пресвятой Богородицы, именуемый «Милостивая».

Предание связывает эту икону с древней иконой Богоматери «Милостивая-Киккская».

Первое упоминание о «Милостивой» встречается в монастырской описи XVIII века. Позднее в описи, составленной в 1909 году при последней настоятельнице игуменье Марии, эта икона именуется одной из особо почитаемых святынь Зачатьевской обители. Указано, что по средам перед чудотворным образом Божией Матери «Милостивая» совершалось молебное пение с акафистом.

Перед закрытием монастыря в 1923 году чудотворный образ вместе с некоторыми другими почитаемыми иконами был перенесен в храм Пророка Илии в Обьденском переулке. Дорогую серебряную с золотом ризу тогда пришлось снять и спрятать.

С закрытием обители многих насельниц отправили в лагеря Казахстана и Сибири, других в принудительном порядке выселили из монастыря, некоторые из сестер разъехалась по родственникам. Небольшая община монахинь и послушниц Зачатьевской обители тайно продолжала монашескую жизнь в миру, поддерживая по возможности традиции обители. Они молились теперь в Ильинском храме, где в правом приделе во имя святых первоверховных апостолов Петра и Павла хранилось до времени драгоценное сокровище — чудотворный образ Божией Матери «Милостивая». С любовью сестры ухаживали за иконой, принося Царице Небесной свое сердечное благоговение и молитвы о помощи и заступничестве.

Каждый год 25 ноября, в день празднования иконы Божией Матери «Милостивая», почти все монашествующие Зачатьевской обители собирались в Ильинский храм на службу. По монастырской тра-

диции, накануне совершалось торжественное всенощное бдение с пением акафиста. После Божественной литургии сестры со священнослужителями собирались на праздничную трапезу у одной из монахинь. Святыню обители благоговейно почитали прихожане Ильинского храма. В 50-е годы прошлого века усердием верующих была отлита серебряная позолоченная риза с чеканкой и драгоценными камнями.

В 1991 году было образовано сестринство в честь Милостивой иконы Божией Матери, а вскоре началось возрождение Зачатьевской обители.

С первых дней новой жизни в монастыре сестры стали думать о возвращении монастырских святынь и, в первую очередь, главной святыни — чудотворной иконы Божией Матери «Милостивая».

25 ноября 1999 года после долгих ожиданий образ вернулся в монастырь.

Икону Божией Матери «Милостивая» в последнее время в народе называют «Услышательница», потому что ушко у Богоматери на образе приоткрыто. Царица Небесная слышит все молитвы, возносимые к Ней, и являет непременно Свою милость и материнскую любовь.

Мать Божия исцеляет и вразумляет, возрождает веру и не оставляет в самых безысходных житейских обстоятельствах. Многие люди, приходя в обитель, свидетельствуют о благодатной помощи, полученной ими от Пресвятой Богородицы через Ее образ «Милостивая».

Одна женщина, у которой тяжело заболела старушка-мать, придя в храм, обратилась к Матери Божией, сказав Ей всего три слова перед образом «Милостивой». И случилось чудо! Через пять дней больную выписали, тогда как из двух ее соседок по палате с таким же заболеванием одна скончалась, а другая получила серьезные осложнения.

Вдова в течение одиннадцати лет в одиночестве воспитывала двух дочерей. Придя впервые в Зачатьевскую обитель



на богослужение, она увидела икону Царицы Небесной «Милостивая» и стала молиться перед ней за свою дочь. Вскоре девушка поступила в университет к великой радости матери, обретшей в Пресвятой Богородице верную Ходатаицу и Помощницу.

Более двадцати лет Анна лечилась от бесплодия, но безрезультатно. Возложив надежду на Божественную помощь, Анна пришла в Зачатьевскую обитель, заказала молебен о здравии перед иконой Пресвя-

той Богородицы «Милостивая», сама долго молилась у чудотворного образа. Свершилось чудо, Анна смогла зачать и через положенное время родила дочку.

Кому-то помощь приходит сразу, у кого-то изменения в жизни наступают спустя месяцы и даже годы. Бывают случаи, когда Царица Небесная совершает нечто необычное, на первый взгляд, не связанное с просимым или ожидаемым. Но во всем видна любовь Пресвятой Владычицы к грешным Ее чадам.



МОРСКОЙ СОБОР В КРОНШТАДТЕ

Собор во имя святителя Николая Чудотворца, покровителя русского воинства и мореплавания, сегодня вновь сияет золотом куполов и, словно маяк, указывает путь всем судам, прибывающим в Северную столицу. Он полностью открылся после комплексной реставрации и был освящен Патриархом Московским и всея Руси. По вместимости собор уступает лишь московскому храму Христа Спасителя и входит в число памятников всемирного наследия ЮНЕСКО.

Храм-памятник морякам, погибшим за Отечество, задумали еще в XIX веке в честь 200-летия Российского флота. Деньги на него собрали всем миром.

Автором проекта был профессор В.А. Косяков. В 1901 году Комитет, при участии приглашенных начальников учреждений, командиров и офицеров расположенных в Кронштадте команд и экипажей, единогласно избрал для исполнения один из двух представленных им эскизов.

Василий Косяков выполнил проект в 70,5 метра высотой, по подобию собора святой Софии в Константинополе. Фасад решено было облицевать кирпичом с терракотой, украсить гранитным цоколем и колоннами порталов с майоликой и мозаикой.

Вскоре последовало высочайшее одобрение этого эскиза, который сопровождала выполненная в мастер-



ских порта небольшая модель, а через год был учрежден состав Строительного комитета. Возглавил его вице-адмирал Степан Макаров.

Местом для сооружения собора избрали Якорную площадь, занятую ранее складом громадных якорей от старых военных судов. Расположить на этой площади Собор решено было с таким расчетом, чтобы перед ним оставалась достаточных размеров площадка для парадов войск, а вокруг мог быть разбит сад, сливающийся со старым Екатерининским.

Церемония освящения собора прошла в 1913 году. По окончании Божественной литургии с орудий кронштадтской крепости и кораблей, находившихся на рейде, был произведен 31 залп во славу русского флота.

На памятных досках под сводами были высечены имена двенадцати тысяч русских моряков, не вернувшихся к родным берегам; за них ежедневно возносились молитва.

После революции собор закрыли, в нем устроили клуб и кинозал, затем музей. И лишь с 1990-х годов прошлого века в храме стала налаживаться приходская жизнь. Но здание было в плачевном состоянии, и с 2000-х началась его реставрация.

В августе 2002-го при установке на соборный купол упал семиметровый позолоченный крест. Кое-кто увидел в этом дурное знамение. Между тем Святейший Патриарх Алексий II заметил, что оборвавшийся мон-



тажный трос — пример обычной халатности людской, подчеркнув, что надо любое деяние творить не просто порывом отдельных людей, а душевным желанием церковной и светской власти восстановить флотскую святыню во всем ее великолепии. В итоге власти, церковная и светская, следуя напутствию Алексия II, объединили свои возможности, и в 2009 году началось полномасштабное возрождение собора. На эти цели было направлено 6,1 миллиарда рублей, в том числе по линии Минкультуры и Минобороны — 4,8 миллиарда. Еще 1,3 миллиарда собрали российские моряки и все, кто дорожит добрым именем отечественного флота.

Сегодня собор предстает во всем своем величии. Современным реставраторам удалось полностью повторить замысел Василия Косякова, выполнившего сердце собора в византийском стиле. Подлинное мастерство проявили все, кто участвовал в воссоздании святыни, — от реставраторов и иконописцев до электриков и монтажников оборудования.

Торжественный чин Большого освящения Кронштадтского Морского собора совершил Патриарх Московский и всея Руси Кирилл.

«Сегодня Святая Русь, историческая Россия несет особую миссию по сохранению православия — великой духовной силы славянских народов», — подчеркнул патриарх Кирилл.



Белые голубки



Великие княжны Ольга Николаевна и Татьяна Николаевна с ранеными



Так в прошлом называли медицинских сестер, посвящавших себя очень тяжелому, но прекрасному делу — служению в те минуты, когда к человеку приходит беда. Но белые голубки помогали не только в мирное время. Женщин в России в армию не призывали, но тем не менее именно они оказывались рядом с ранеными на полях сражений. В годы Крымской войны 1853-1856 годов медицинских сестер, работавших в госпиталях, с легкой руки великого хирурга Н.И. Пирогова стали именовать сестрами милосердия.

Все общины сестер милосердия в начале XX века находились в ведении Общества Красного Креста под покровительством вдовствующей императрицы Марии Федоровны, супруги Александра III и матери Николая II. В Общество принимались девицы и вдовы всех сословий от восемнадцати до сорока лет, христианского вероисповедания, «вполне здоровые и грамотные». При поступлении предпочтение оказывалось «наиболее развитым в умственном и нравственном отношениях».

С начала Первой мировой войны многие женщины, до того не имевшие отношения к медицине, становились сестрами милосердия. Осенью 1914 года в Царскосельском дворце был открыт большой госпиталь имени императрицы Александры Федоровны. Сама государыня и ее дочери, великие княжны Ольга и Татьяна, прошли курс обучения хирургической сестры милосердия, получили установленные дипломы и постоянно работали в палатах. Помогали им в госпитале и младшие дочери царя.

Примечательна история Владимирской Георгиевской общины сестер милосердия. Кроме теоретических занятий в общине, состоящих из лекций врачей по различным разделам медицины, сестры и кандидаты в сестры поочередно отбывали суточные дежурства в земской больнице. Приучались к работе постепенно: в течение нескольких дней им предоставлялась возможность наблюдать за работой врачей и их помощ-

ников, потом разрешалось что-то принести, подать и т.д., пока кандидатка таким образом не приблизится к исполнению своих обязанностей и не станет ближайшей помощницей врача.

При общине была открыта амбулатория для приема больных. В ее работе сестры принимали самое непосредственное участие. Приглашались они и в частные дома для ухода за больными.

Но самым большим испытанием и подвигом сестер милосердия были командировки на театр военных действий и борьбу с эпидемиями. В 1914 году, с началом Первой мировой, здесь приступили к формированию госпиталя на двести кроватей, этапного лазарета на пятьдесят мест и к снаряжению отряда сестер милосердия в распоряжение военного ведомства. Был создан специальный санитарный транспорт для перевозки раненых с передовых позиций.

Извещение о прибытии первых раненых поступило 24 августа. Лазареты в городе еще не были обустроены, и община сестер милосердия срочно подготовила свои собственные помещения под лазарет. Там разместили 35 раненых.

К сожалению, время донесло до нас не так уж много сведений о белых голубках Первой мировой.

Сестры милосердия госпиталей и лазаретов не являлись военнослужащими и находились под защитой Красного Креста. Им запрещалось находиться на передовой. Но когда речь шла о помощи раненым солдатам, запрет этот нарушался.



Сельская учительница Римма Иванова решила ехать на фронт сестрой милосердия. Родители были против. 15 января 1915 года она все-таки уехала на Западный фронт, в 83-й Самурский полк, в котором находились многие ее знакомые-ставропольцы. Она согласилась служить в полковом лазарете при условии,

что ее будут отпускать на передовую. Девушка коротко остриглась, на передовой надевала военную форму, и ее трудно было отличить от парнишки-новобранца. Командир полка писал о ней: «Неустанно, не покладая рук, работала она на самых передовых позициях, находясь всегда под губительным огнем противника, и, без сомнения, ею руководило одно горячее желание — прийти на помощь раненым защитникам царя и Родины. Молитвы многих раненых несутся за ее здоровье к Всевышнему».

Через полгода, после настоятельных просьб родителей, Римма вернулась в Ставрополь. Но уже через месяц опять уехала на фронт, на этот раз в 105-й Оренбургский полк, где служил ее брат Владимир. Ее назначили фельдшером 10-й роты.

Шли тяжелые бои. Германские войска наступали, взяли город Гродно. Римма не успевала перевязывать раненых. В роте не осталось ни одного офицера. О дальнейшем говорится в донесении командира полка: «Сестра Иванова, увидев роту без офицера, сама бросилась с ней в атаку... и захватила одну из лучших линий неприятельских окопов, где, будучи тяжело раненой, скончалась славной смертью храбрых...»

Командование просило наградить Римму Михайловну Иванову посмертно офицерской наградой — орденом Св. Георгия IV степени. Когда наградные документы представили Николаю II, он задумался. До той поры этим орденом была награждена только одна женщина — корнет Надежда Дурова, знаменитая «кавалерист-девица». Но Римма Иванова не была офицером, не была дворянкой и вообще не имела никакого воинского звания. И все же император подписал именной указ о награждении.

Еще одна удивительная судьба.

Клавдия Алексеевна Богачева родилась 20 марта 1890 года в Самарской губернии, мечтала учиться, но таких возможностей у многодетной крестьянской семьи не было. Когда началась война, пыталась поступить на курсы медсестер, но ее не взяли. Тогда Богачева остригла волосы, переделалась мужчиной и с чужими документами отправилась на Юго-Западный фронт. Уже через месяц девушка получила первую Георгиевскую медаль. В приказе о награждении было сказано: «Богачев Николай вызвался подносить патроны в то время, когда никто не брался за это дело вследствие грозящей почти неминуемой гибели». Во время ночной разведки 12 ноября 1915 года Богачева взяла в плен немецкого солдата. Ее наградили Георгиевским крестом и присвоили звание ефрейтора. Но тут в полк нагрянула медицинская комиссия, и на осмотре обнаружилось, что Богачев — девица. Клавдию отчислили из армии. Она приехала в Москву и поступила в фельдшерскую школу. Через два месяца девушка вернулась на фронт сестрой милосердия.



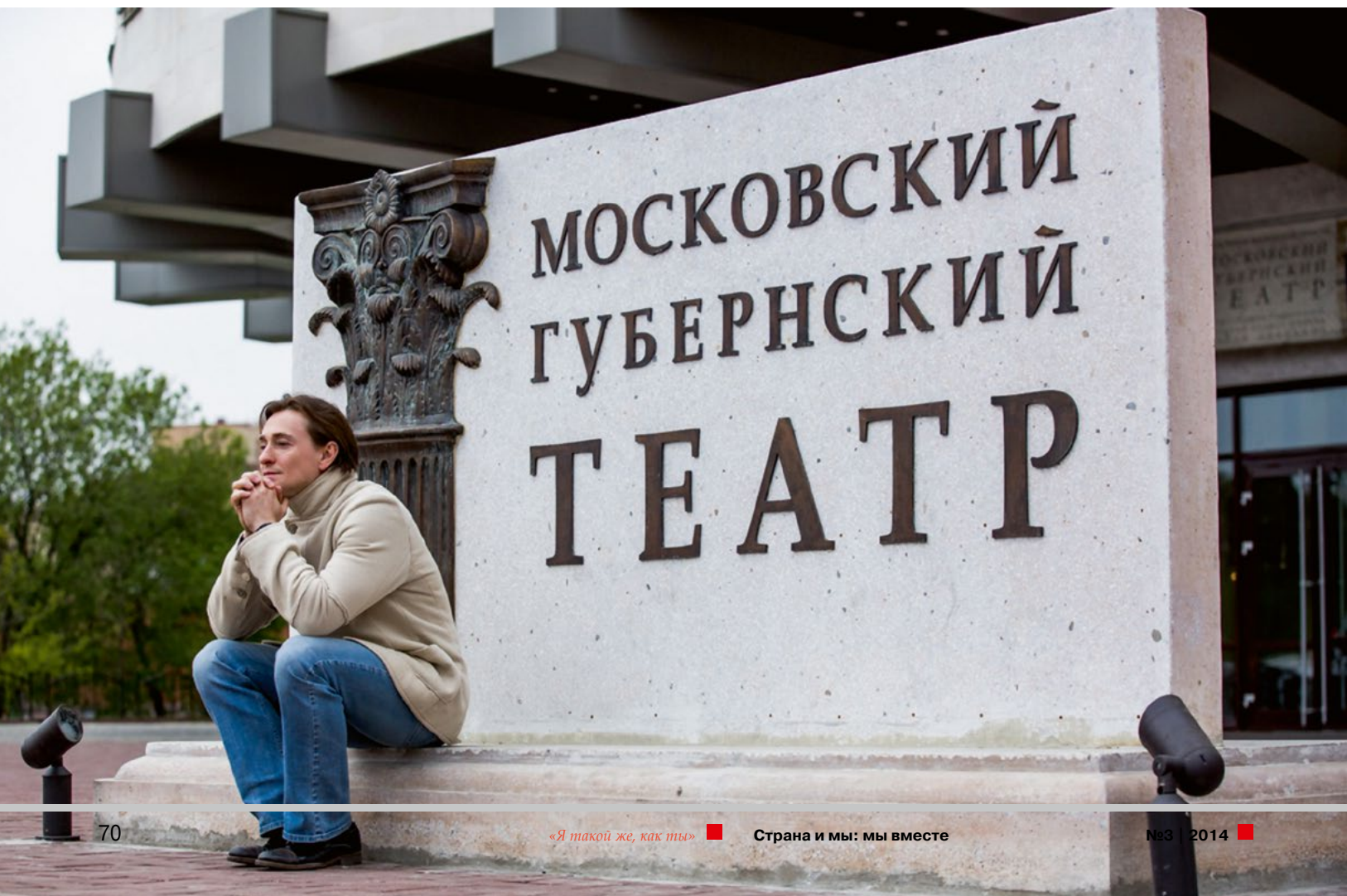
Сестра милосердия! Как справедливо, что эти два слова стоят рядом...

Институт профессиональной реабилитации и подготовки персонала Всероссийского общества слепых «Реакомп» и Московский губернский театр под руководством Сергея Безрукова делают театр доступным для незрячих зрителей. Здесь вышел киноспектакль «Пушкин» с тифлокомментированием. Это начинание не осталось незамеченным: Московский губернский театр и его художественный руководитель удостоены национальной премии имени Елены Мухиной в номинации «Инновационный прорыв» за создание театра, доступного для всех. Инициаторы проекта надеются, что вскоре и другие театры Москвы и России последуют их примеру.

ТЕАТР, ДОСТУПНЫЙ ДЛЯ ВСЕХ

Тифлокомментирование — описание для слепых и слабовидящих, сопровождающее различные мероприятия: от спектаклей, кинофильмов и показов мод до выставок картин, фотографий, спортивных соревнований.

В 2002 году этот термин был введен Сергеем Николаевичем Ваньшиным, генеральным директором Института профессиональной реабилитации и подготовки персонала Всероссийского общества слепых «Реакомп».



НАША СПРАВКА

В Германии каждый пятый кинотеатр оснащен оборудованием для тифлокомментария.

Голливуд решил оттифлокомментировать весь свой «Золотой фонд».

На Западе широкой популярностью пользуются видеодиски с тифлокомментарием.

В Великобритании сорок театров оснащены оборудованием для тифлокомментирования.

Согласно Конвенции о правах инвалидов, которую подписала и Россия, люди с особыми потребностями, в том числе незрячие, обладают равными со всеми правами на возможность пользоваться культурным достоянием.

Пока представители редкой специальности тифлокомментатора мало востребованы: о самой профессии, как выяснилось, не всегда знают даже слабовидящие и слепые, которые первыми могли бы воспользоваться их услугами. Выпуск квалифицированных тифлокомментаторов (по положению о присвоении квалификации от института «Реакомп») состоялся в прошлом году. Среди них артисты Московского губернского театра. Одна из них, Анна Цанг, рассказывает:

— Я попала в институт «Реакомп» вместе с Ириной Безруковой и еще двумя девушками из нашего колледжа и получила возможность обучиться уникальной профессии. Очень благодарна нашим педагогам, особенно Сергею Николаевичу Ваньшину, строгому и справедливому учителю, замечательному человеку, дававшему возможность людям с особыми потребностями по-настоящему «увидеть» спектакли с участием потрясающих актеров.

Профессия, о которой идет речь, очень непростая. Тифлокомментирование бывает двух видов — прямое и автоматическое. Автоматическое предполагает специальную звуковую дорожку, на которую записывается тифлокомментарий. Он воспроизводится по ходу спектакля. Здесь хронометраж для каждой фразы высчитывается по секундам. Прямое тифлокомментирование, в свою очередь, делится на горячее и подготовленное. При подготовленном предварительно составляется схематичный текст. Горячее — чистая импровизация с множеством нюансов: в спектакле свою роль играет одежда героев, декорации, все это создает атмосферу спектакля, представление о времени и месте действия, и все это интересно. При этом в комментарии нельзя увлекаться деталями, важно уметь определять главное.

Часто комментарий накладывается на музыку, и ей нужно не забывать давать слово.

Тифлокомментирование в театре уникально еще и тем, что даже один и тот же актер каждый раз играет по-разному. Паузы в диалоге могут быть «авторскими», а поясняющий текст важно «уложить» именно в паузу.

Как происходящее на сцене можно объяснить слабовидящим или слепым? Оказалось, есть масса законов, начиная с подбора слов. Например, «включился» абжур, а не «загорелся» — иначе ситуация будет понята как пожар. Для автоматического тифлокомментирования на подбор нужного слова иногда уходит полчаса, при «горячем» себе такого позволить нельзя.

Рассказывает актриса Ирина Безрукова:

— О тифлокомментировании я услышала впервые три года назад на проекте «Реальная сказка», который продюсировал мой супруг, от певицы Дианы Гурцкая: она предложила нам сделать этот фильм с тифлокомментированием. После ее объяснений я поняла, что

мне нужна еще информация, и так оказалась ... ученицей лучшего, на мой взгляд, тифлокомментатора нашей страны Натальи Кузьминой.

Для того чтобы обеспечить работу тифлокомментатора, нужно решить много задач, в том числе технических. В данный момент мы — первый и единственный в Москве и России театр, где созданы подходящие условия. С покупкой оборудования помогли губернатор Московской области А. Воробьев и Министерство культуры Московской области. Пока закуплено 60 гарнитур, но как только поток слабовидящих и незрячих зрителей увеличится, — а мы уверены, что это произойдет, — будем еще закупать. Что удобно, гарнитура легко транспортируется, так как в наших планах делать выездные сессии для сопровождения фильмов и спектаклей в регионах России. Набор для незрячего зрителя состоит из удобных наушников, которых вы не замечаете, и собственно гарнитуры, которую можно прикрепить к сумочке, поясу или держать в руках. Незрячим мы сразу кладем пальчик на кнопку звука, и они исследуют, что и как. Перед началом спектакля проводится небольшая беседа, поясняющая, что у нас реализуется кинотеатральный проект.

Первый спектакль с тифлокомментированием провела Ирина Безрукова, второй — Анна Цанг, следующей стала Ольга Воскресенская.

— Я получила кое-какие пожелания, — делится впечатлениями Ирина Безрукова, — но, в основном, невероятные восторги от Дианы Гурцкая, ее супруга, незрячих зрителей, наших учителей. Когда же я спросила насчет конструктива, мне признались, что сравнить пока не с чем. В кино уже много вариантов для сравнения, а вот театральная история тифлокомментирования у нас в стране только начинается.

Сейчас театр продолжает работать над шлифовкой тифлокомментариев к спектаклю «Пушкин». В работе еще один спектакль — «Нашла коса на камень».

Быть полезным человечеству

Демидовы происходили из тульских кузнецов. В 1720 году они получили дворянство из рук Петра Великого. По преданию, Никита Демидович (его сын Акинфий в дворянстве стал первым Демидовым) чинил Меншикову английский пистолет, но сделал свой, как английский, даже лучше. Об этом Меншиков рассказал Петру I.

Об отношении Петра I к Демидову свидетельствует письмо, посланное им из Кизляра во время военного похода в Дагестан: «Демидыч! Я заехал зело в горячую сторону: велит ли Бог видеться? Чего для посылаю к тебе мою персону (портрет): лей больше пушкарских снарядов и отыскивай по обещанию серебряную руду. Петр».

Петр был настолько доволен деятельностью Демидова, что намеревался даже соорудить его медную статую и поставить ее в Петербурге «в ознаменование оказанных им услуг», как отмечает историк В.Ф. Шишонко, но «...это не случилось по скромности Демидова».

Никита Демидов построил Баранчинский, Шайтанский и Вышевский заводы на Урале. Потомки Никиты Демидова вошли в историю России не только как крупные промышленники, но еще и как известные благотворители.

Уже в 1806 году сын Никиты Демидова Николай в Нижнем Тагиле основал первую на Урале школу живописи (вторую в России). В первый набор попали двенадцать мальчиков. Расходы по их обучению и содержанию взяла на себя контора Нижнетагильского завода Демидова.

Демидовские рудники



Акинфий Никитич Демидов



Граф Николай Демидов



П. Н. Демидов

Ученику выделялось жалование 25 рублей в год и бесплатная одежда. Кроме того, воспитанникам школы бесплатно предоставлялись учебные принадлежности: мольберты, бумага, карандаши, разноцветные краски,

кисти, заготовки для подносов и многое другое, необходимое для успешного овладения ремеслом живописца.

Благодаря меценатству Н.Н. Демидова местная промышленность получила базу для интенсивного развития художественного промысла. Еще более меценатство проявилось в деяниях сына Николая Павла Демидова. Нижнетагильские заводы Павел Демидов унаследовал вместе со своим братом Анатолием после смерти отца в апреле 1828 года.

При Павле Демидове талантливыми механиками Черепановыми были созданы в России первые паровозы, развивалось бронзолитейное дело. В 1833 году открылась высшая заводская школа, готовившая кадры местной технической крепостной интеллигенции; на заводах и рудниках внедрялись передовые технологии, нередко впервые в отечественной промышленности; строились величественные здания.

Даже это можно поставить в заслугу Павлу Николаевичу Демидову.

Но величайшей его заслугой перед Россией является учреждение в 1831 году Демидовских премий. Их присуждение продолжалось до 1865 года, что значительно повлияло на развитие отечественной науки. Эти премии были самыми крупными как по сумме — 25 тысяч рублей ежегодно, так и по значению. За 34 года существования Демидовских премий ими было отмечено 275 сочинений, преимущественно относящихся к гуманитарным наукам.

Среди лауреатов премии — выдающиеся ученые России: врач Николай Иванович Пирогов, историки Борис Николаевич Чичерин и Николай Иванович Костомаров, химик Дмитрий Иванович Менделеев, металлург Павел Петрович Аносов, филолог Александр Христофорович Востоков, физиолог Иван Михайлович Сеченов, математик Пафнутий Львович Чебышев, электротехник Борис Семенович Якоби и многие другие.

Премия, учрежденная Павлом Николаевичем Демидовым, уникальна. Она поощряла развитие именно отечественной науки. Иностранцы сочинения рассматривались лишь тогда, когда «рассуждали о предмете, имеющем прямое отношение к России».

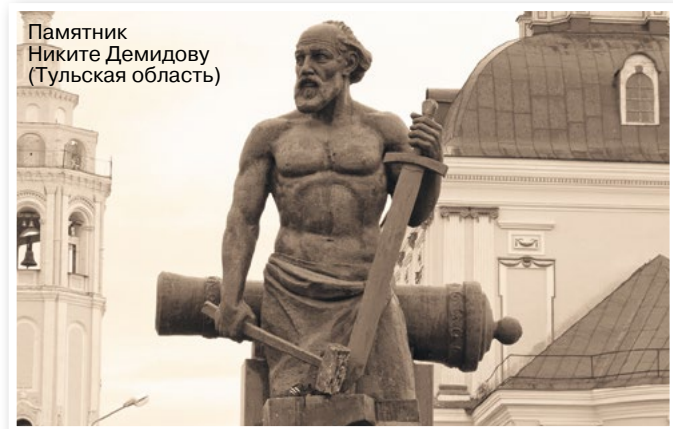
Павел Николаевич Демидов 13 и 20 марта 1831 года подписал два акта. По ним он обязался ежегодно выплачивать пять тысяч рублей для издания научных трудов, остающихся в рукописи и потому не могущих претендовать на присуждение премии, хотя они и достойны этого, а также обязал своих наследников продолжать финансировать «Демидовские награды» в течение 25 лет после его смерти. После кончины П.Н. Демидова в 1840 году его брат Анатолий подтвердил, что воля учредителя премий будет исполнена, и последнее их присуждение, действительно, состоялось в 1865 году.

Демидовская комиссия использовала свыше 250 тысяч рублей, не считая стоимости более ста золотых медалей, на награды отечественным ученым за их лучшие работы, за величайшие творения человеческого ума. Для ученых эти премии стали значительной материальной поддержкой и моральным вознаграждением нелегкого труда.

Интересный факт: на пятом году существования научной награды, широко известной в России под названием Демидовских премий, ее учредитель Павел Николаевич Демидов ходатайствовал перед Петербургской Академией наук о присуждении оной Н.В. Гоголю за комедию «Ревизор».

Однако академики на Общем собрании 17 апреля 1837 года отказали учредителю премии в его просьбе. Ему вполне резонно напомнили положение о наградах, где предусматривались премии в области литературы лишь за сочинения по теории изящных искусств и словесности. За все 34 года истории награды среди ее лауреатов не было литераторов-беллетристов и драматургов. Так, за 1837 год среди удостоенных Демидовских премий «вместо Гоголя» оказались вполне уважаемые ученые: знаменитый русский мореплаватель И.Ф. Крузенштерн, астроном Ф.В. Аргеландер и военный историк Н.И. Ушаков.

Такое щедрое пожертвование частного лица на нужды науки, как Демидовская премия, стало событием огромной важности в культурной жизни России. Павел Демидов приобрел почет и уважение научной



общественности. Он был избран почетным членом Петербургской Императорской Академии наук и Академии Российской, а также Московского и Харьковского университетов. Щедрая благотворительность неожиданно повлияла на дальнейшую служебную карьеру П.Н. Демидова. Император Николай I пожаловал его чином статского советника с одновременным назначением на должность гражданского губернатора Курска.

И здесь Павел Демидов оставил о себе добрую память. Новый губернатор пожертвовал 20 тысяч

рублей на помощь бедным. Эта сумма была капитализирована, а ежегодную прибыль с нее городская дума направляла на пособия бедным семьям.

В 1829 году Павел Демидов учредил специальный капитал для вдов и сирот воинов Русско-турецкой войны (1828-1829 гг.), который выплачивался долгие годы и после его

смерти. Сумма капитала составила 625 тысяч рублей.

Он неустанно жертвовал в благотворительные фонды и общества, обеспечивал содержание воспитанниц институтов и пансионеров, которые не могли оплачивать свое обучение. Эта сумма составила 50 тысяч рублей. Павел Демидов купил загородный дом в Студенцах за 400 тысяч рублей и подарил его императрице для основания какого-либо общественного заведения. На строительство детской больницы в столице Павел Николаевич внес 100 тысяч рублей.

Свою «расточительность» он объяснял так: «...Я старался иногда... делать... некоторые приношения от избытков своего благосостояния, поставляющего мне в обязанность быть по возможности полезным человечеству».

**«...Я СТАРАЛСЯ ИНОГДА...
ДЕЛАТЬ... НЕКОТОРЫЕ
ПРИНОШЕНИЯ ОТ
ИЗЫТКОВ СВОЕГО
БЛАГОСОСТОЯНИЯ,
ПОСТАВЛЯЮЩЕГО МНЕ
В ОБЯЗАННОСТЬ БЫТЬ
ПО ВОЗМОЖНОСТИ
ПОЛЕЗНЫМ
ЧЕЛОВЕЧЕСТВУ».**

Проработав пятнадцать лет инженером в частной фирме, Кирилл Васильев осознал: он способен на большее и хочет открыть свое дело. Идей было множество: шиномонтаж, мойка, автосервис...

И, наконец, парикмахерская для глухих.

Свой салон Кирилл назвал в честь жены, парикмахера по профессии, — NADIN.

ПРИГЛАШАЕТ

Nadin



Кирилл Васильев, создатель проекта и его непосредственный руководитель, — инвалид по слуху. Получив высшее техническое образование, много лет проработал инженером в частной фирме. Деятельный по натуре, Кирилл всегда тяготился работой на кого-то, пусть она и приносила ему стабильный доход. Кроме того, несмотря на уважение коллег, из-за инвалидности всегда остро ощущал себя как будто отделенным от остальных сотрудников. «Нет, у нас были прекрасные отношения с коллегами, но какая-то напряженность проскальзывала, я был одинок в коллективе», — вспоминает Кирилл.

Два года назад у Васильева появилась идея создать собственное предприятие. Организацию, где он сможет делать что-то для себя и близких ему людей, также в большинстве своем являющихся инвалидами по слуху. Ведь эти люди, как никто другой, нуждаются в помощи и поддержке. Почему же именно салон-парикмахерская? «Среди инвалидов огромное число настоящих талантов: людей с золотыми руками, которые многое умеют», — говорит предприниматель. На выбор новой сферы деятельности повлиял тот факт, что жена Кирилла Надежда — парикмахер. Также

являясь инвалидом по слуху, она горячо поддержала идею мужа. Так инициативность и организаторские способности Кирилла, с одной стороны, и опыт и знание парикмахерского дела Надежды, с другой, легли в основу успешной реализации проекта. «Мы поняли, что салон-парикмахерская — то, что мы на данный момент сможем потянуть», — подытоживает Кирилл.

Первой проблемой, возникшей на пути реализации задуманного, стал поиск подходящего помещения. Однако здесь Кириллу Васильеву неожиданно повезло: его инициатива нашла отклик у властей Москвы. Для реализации проекта ему было предоставлено в прямую аренду помещение в 50 кв. м. у метро «Речной вокзал».

Так одна из важных проблем была решена, однако денежный вопрос по-прежнему стоял достаточно остро. В проект в это время вкладывались собственные сбережения, но дальнейшее развитие требовало новых, более крупных инвестиций. Тогда Кирилл нашел информацию о конкурсе «Социальный предприниматель», который проводит фонд «Наше будущее», и незамедлительно отправил заявку на участие.

Для победы каждый соискатель должен был доказать жизнеспособность и самоокупаемость своей предпри-



нимательской идеи, а главное, продемонстрировать эффективный механизм решения актуальной социальной проблемы. Всеми этими чертами обладал проект «Салон-парикмахерская» Кирилла Васильева. Попечительский совет конкурса утвердил его в качестве одного из семнадцати победителей и выделил беспроцентный заем в 1 млн рублей, которые предпринимателю необходимо будет возратить в течение пяти лет.

По словам Кирилла, самым сложным было составление бизнес-плана. «Да, у меня были ошибки. Разобраться в тонкостях бизнес-документации помогали консультанты фонда, даже проводились специальные обучающие семинары», — вспоминает предприниматель. Потрудиться пришлось основательно, однако Кирилл считает этот кропотливый и в чем-то даже рутинный процесс важнейшим этапом при организации любого предприятия.

В предоставленном помещении был сделан ремонт.

И вот первая в России парикмахерская для глухих открылась. В салоне «Надин» работают только инвалиды по слуху. «Я ходила по домам, стригла глухих. Они жаловались, что в парикмахерской их не понимают и стригут не так, как они просят», — рассказывает администратор парикмахерской Надежда Васильева. Из-за проблем со слухом ее речь понять трудно, но на помощь приходит муж. «Качество обслуживания тоже было не очень, — переводит Кирилл слова жены, — глухих стригут хуже, чем клиентов с нормальным слухом. К сожалению, иногда люди пользуются тем, что человек беспомощный, и выполняют свою работу небрежно. А иногда бывает так, что мастер тебя о чем-то спросит, а ты в этот момент отвернешься и не услышишь. Он начинает раздражаться, потому что думает, что ты его игнорируешь».

Табличка на входе предупреждает посетителей, что сотрудники — слабослышащие мастера, общаются на языке жестов.



У салона есть номер для sms-записи на стрижку. Если приходит сообщение, его читает Надежда. Если телефонный звонок, вызов переадресовывается Кириллу. Из всех сотрудников он единственный, кто может свободно говорить по телефону.

Сегодня среди клиентов парикмахерской не только инвалиды по слуху, но и просто жители соседних домов. Свою ценовую политику салон определяет как «чуть ниже среднего». Модельная стрижка мужчинам, к примеру, обойдется в среднем в 450 рублей, инвалидам по слуху — скидка 10%. Работают пять человек — два мастера и трое учеников. Мастера постепенно обучают новичков тонкостям своего искусства. Все они — инвалиды по слуху.

В будущем Кирилл Васильев планирует наладить сотрудничество с интернатами для глухих и обучать его выпускников, со временем он хочет сделать проект сетевым и открыть такие парикмахерские по всей Москве.

Адрес салона-парикмахерской «Надин»:
ул. Беломорская, дом 20, корп. 1.
SMS: 89151006679
Email: salon-nadin@mail.ru

Есть музеи обычные и общеизвестные. А есть такие, о которых большинство из нас не догадывается.

Необычные музеи

МУЗЕЙ ЛЖИ



Такой, один из самых любопытных музеев, находится в немецком городе Кюриц. В то время как остальные музеи мира гордятся своими собраниями подлинников, в этом заведении собраны одни только подделки. Впрочем, их и подделками сложно назвать, ведь «оригиналов» этих вещей просто не существует!

Обман начинается с порога — гостям предлагают попробовать пластиковый торт и волшебное зелье, которое на поверку оказывается обыкновенным чаем.

Директор музея Райнхард Цабка рассказывает, что часть коллекции досталась ему непосредственно от правнучки знаменитого барона Мюнхаузена Эммы фон Гогенбюсс, но правдива ли эта история — догадаться сложно. «Не верьте глазам своим» — таков девиз музея, который посетители слышат с порога, и в продолжение экскурсии им не раз приходится его вспоминать.

Среди экспонатов — отрезанное ухо художника Ван Гога, накладные усы Гитлера, ковер-самолет, радио с затонувшего «Титаника», транслирующее крики о помощи, и бумажный самолетик, которым в детстве играл немецкий канцлер Вилли Брандт. А создатели музея не без основания называют себя потомками барона Мюнхаузена.

МУЗЕЙ НЕСЧАСТНОЙ ЛЮБВИ



В этом необычном музее собрана коллекция экспонатов, так или иначе связанных с неудавшимися любовными отношениями: романтические письма, валентинки, sms-сообщения, плюшевые необычные игрушки, фотографии, сопровождаемые историями о разбитых сердцах.

Организаторы надеются, что музей станет своеобразной терапией для всех брошенных и несчастных, ведь рядом с каждой историей расставания — история о том, как герой с ней справился.

Музей несчастной любви находится в Загребе (Хорватия).

ОКЕАНОГРАФИЧЕСКИЙ МУЗЕЙ МОНАКО

Один из знаменитых естественнонаучных музеев находится в княжестве Монако, крошечном государстве на берегу Средиземного моря.

Если подплывать к столице княжества на корабле, еще издали можно увидеть большое белое здание на краю высокой береговой скалы.

Перед входом в музей стоит самая настоящая подводная лодка.



Это Океанографический музей, основанный принцем Альбертом I, который правил страной в 1889-1922 гг. Принц был не только умелым главой миниатюрного государства, но и... известным ученым-океанографом. На своей исследовательской яхте «Ирондель» он не раз совершал дальние плавания, во время которых проводил океанографические работы: собирал пробы морской воды, забрасывал глубоководные тралы, поднимавшие на борт яхты образцы морской фауны.

МУЗЕЙ ДЕНЕГ



Он находится в Крыму, в Феодосии. Музей был открыт в августе 2003 года по инициативе предпринимателя Александра Олещука и на основе его личной коллекции. Основная цель музея — популяризация монетного дела.

Феодосия — старинный город, банковское дело зародилось здесь задолго до нашей эры. Коллекция музея насчитывает более 30 тысяч монет и свыше одной тысячи купюр бумажных денег. Здесь хранятся даже целые клады, найденные в разное время.

МУЗЕЙ ИЗО ЛЬДА

В Турции, в Стамбуле, открылся филиал норвежского музея Ice Magic. Он был полностью сделан из льда и разместился в торговом центре Forum Istanbul.

Генеральный директор рассказал, что музей оказался интересным для жителей Стамбула и пользовался у них довольно большой популярностью. Также он сообщил, что идея создания музея была позаимствована им из скандинавских стран.

МУЗЕЙ КАРАНДАШЕЙ



В графстве Камбрия Великобритании, в небольшом городке Кесвик, находится Музей карандашей. Именно это графство гордится единственным в стране месторождением графита, которое было обнаружено в XVI веке.

Первоначально графит использовался пастухами для меток. Со временем его начали применять в других отраслях, а в XIX веке в этой местности построили фабрику по производству карандашей. Именно на фабрике располагается Музей карандашей, поэтому главная экспозиция посвящена истории этих мест и фабрике.

Кроме того, посетители проходят по точной копии графитового рудника. Экспозиции музея позволяют гостям и туристам узнать об истории деревянного карандаша, его создании и модернизации. Представлены абсолютно разные экспонаты, иногда даже необычные и нестандартные. Именно в этом музее находится один из самых длинных в Европе карандашей — семиметровый.

Достаточно интересна зона рисования, где могут порисовать не только дети, но и взрослые, а также организаторы предоставляют возможность посетить различные мастер-классы.

Для желающих приобрести что-то из письменных принадлежностей в музее открыт магазин.



ОТМЕЧАЯ СЕРЕБРЯНЫЙ ЮБИЛЕЙ



МАКИ — Московский автомобильный клуб инвалидов — в этом году отмечает серебряный юбилей, который ознаменовался ралли «Надежда» с участием водителей автомобилей с ручным управлением из разных регионов России и автопробегом «Крым, доступный для всех».



От олимпийского велотрека в Крылатском стартовало ралли, проходившее по красивейшим местам ближнего Подмосковья. Его программа включала также различные дополнительные соревнования и секретные контрольные пункты. К вечеру все, уставшие и довольные, вернулись в Крылатское.

На следующий день в торжественной обстановке состоялось награждение победителей.

Ими стали экипажи: Дмитрий Фролов и Елена Винке; Евгений Кипербанд и Ольга Виноградова; Александр Почивалов и Сергей Антипов. Медали за верность (за участие во всех ралли «Надежда») получили Сергей Антипов, Ольга Виноградова и Евгений Кипербанд.

Отличившимся были вручены кубки, медали, ценные подарки.

Все выразили желание приехать на 26-е ралли в следующем году.





Фото Светланы Дразниковой



25-летию Московского автомобильного клуба инвалидов был посвящен автопробег «Крым, доступный для всех». В колонне было девять автомобилей с ручным управлением, экипажи которых, состоявшие из водителей с нарушениями опорно-двигательной системы, преодолели более четырех тысяч километров.

Маршрут пролегал от Москвы до Севастополя и включал в себя города Елец, Каменск-Шахтинский, Краснодар, Темрюк, Керчь, Симферополь. В Крыму участники автопробега встретились с руководителями муниципалитетов, представителями общественных организаций инвалидов, посетили реабилитационные центры и другие социально значимые объекты, оценили степень их доступности для маломобильных граждан.

«Целью автопробега было изучение возможностей транспортной инфраструктуры страны и ее доступности для инвалидов, а также популяризация доступного туризма и возможности отдыха маломобильных граждан в Крыму», — сказала председатель МГО ВОИ Надежда Лобанова, которая возглавила автопробег «Крым, доступный для всех».



Фото Светланы Дразниковой

Она отметила, что по всему пути следования из Москвы в Крым инвалиды с нарушениями опорно-двигательного аппарата столкнулись с массой проблем. Гостиницы, магазины, кафе, туалеты совершенно не приспособлены под их нужды. «Собранный нами материал мы надеемся передать представителям соответствующих ведомств, чтобы они внесли коррективы в свои программы», — уточнила Лобанова.

Организаторами автопробега были Московская городская организация ВОИ, Московский автомобильный клуб инвалидов и АНО защиты прав инвалидов «Международная академия доступности и универсального дизайна» при поддержке Министерства труда и социальной защиты РФ, Федерального агентства по туризму, Федерального агентства печати и массовым коммуникациям, Департамента социальной защиты населения города Москвы, Комитета общественных связей города Москвы, Комитета по туризму и гостиничному хозяйству города Москвы, Департамента средств массовой информации и рекламы города Москвы, Департамента культуры города Москвы.

Наступает осень, и самое время подумать о повышении иммунитета, ведь погода портится, холодает и легко можно заболеть.

Хотя лучше поддерживать иммунитет в течение всего года, однако повышенное внимание нашему здоровью требуется именно в осенне-зимний период, когда увеличивается риск подхватить простудное заболевание.



Иммунитет — в ваших руках

Первым признаком того, что ваш иммунитет ослаблен, является способность «цеплять» абсолютно любую инфекцию.

Кроме этого о низком иммунитете говорят определенные симптомы: быстрая усталость, недомогание, сонливость днем и бессонница ночью.

Пониженный иммунитет сказывается и на внешности: могут возникнуть проблемы с кожей – шелу-

шение, обострение герпеса, фурункулез, а также ломкость волос и ногтей. Все это – его признаки.

Однако в ваших силах избежать подобных проблем. Если Вы не хотите узнать на себе, каково это иметь пониженный иммунитет и подхватить заболевание простудного характера, прислушайтесь к советам, приведенным ниже, и возьмите на заметку сезонные фрукты, различные отвары и смеси, кото-

рые содержат в себе самые полные комплексы витаминов.

Облепиха.

Плоды облепихи содержат большое количество витаминов, особенно много витамина С. Их можно употреблять как в сыром виде, так и использовать для приготовления варенья, наливок, настоек и т.д. Кроме этого из облепихи можно получить облепиховое масло, которое используется для лечения насморка и не только.

Черноплодная рябина.

Плоды черноплодной рябины рекомендуется употреблять для снижения кровяного давления, они обладают также противосклеротическим действием. Лучше употреблять свежий сок из плодов либо продукты из ягод. Для лечения гипертонии черноплодку советуют сочетать с плодами шиповника либо черной смородины.

Сейчас выпускают большое количество медицинских препаратов на основе черноплодной рябины для лечения некоторых форм диабета, кровотечений и гипертонии.

Клюква.

Клюква содержит большое количество аскорбиновой кислоты и других полезных веществ и издавна помогает бороться с простудными заболеваниями. Даже простой морс из клюквы способен улучшить иммунитет и поднять настроение.

Отвары плодов шиповника и боярышника.

Повысить иммунитет отлично помогают отвары из шиповника и боярышника. Их плоды необходимо засыпать в термос и залить кипятком, оставить настаиваться на несколько часов, можно на сутки (так вкус будет более насыщенным). Можно добавить подготовленные с лета травы — зверобой, душицу, чабрец, Melissa, липовый цвет. Пить такие настои можно просто так, а можно и с медом, который не только раскроет вкус, но и добавит пользы напитку.

Мед.

Мед, прополис и цветочная пыльца — давние враги простуд и хворей. Употребляйте их регулярно.

Можно сочетать мед с мумие. Это повысит иммунитет. Возьмите 5-8 г мумие, добавьте несколько капель воды и доведите до кашеподобного состояния. Добавьте к этой смеси 500 грамм меда и тщательно перемешайте. Принимать смесь необходимо 3 раза в день, по столовой ложке. Хранить лучше в холодильнике.

СМЕСИ, ПОВЫШАЮЩИЕ ИММУНИТЕТ



Лимонно-овощная смесь

Выжать сок из 1,5 кг свеклы, 1,5 кг моркови, 1 кг гранатов, 1 кг лимонов.

Добавить 1 кг меда, тщательно перемешать и принимать утром и вечером по 30 г.



Алоэ-медово-ореховая смесь

Сок алоэ — 100 г и 4-х лимонов, 300 г меда, 500 г грецких орехов (перемолотых) перемешать до однородной массы и принимать 3 раза в день до еды по десертной ложке.



Соки с кагором

Взять по стакану морковного сока, свекольного, сока черной редьки, чеснока, лимона, меда и кагора. Соединить все ингредиенты, тщательно перемешать, хранить в холодильнике с плотно закрытой крышкой. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день после еды, пока сбор не закончится.



Витаминный коктейль

Взять 300 г кураги, 300 г изюма, 300 г чернослива, 300 г очищенных грецких орехов, 1 лимон, 300 г меда. Все ингредиенты пропустить через мясорубку или блендер, после чего добавить мед и тщательно перемешать.

Принимать смесь каждый день.

Как известно, любое заболевание возникает на благодатной почве, поэтому стоит задуматься об умении снимать стресс и негативную энергию. Наслаждайтесь каждым моментом жизни и думайте о чем-то приятном.

Будьте здоровы!



Обед с берегов Дуная

Сегодня у нас в гостях венгерская кухня. Для нее характерны блюда с гармоничным вкусом, приготовленные с использованием красного перца, лука, помидоров и стручкового перца: знаменитый гуляш, куриный паприкаш с галушками и голубцы.

Употребление закусок в Венгрии очень ограничено. Наиболее популярны ветчина под хреном, венгерская колбаса салями, шампиньоны в яйце и жареная в сале гусиная печень, а также мясные салаты. Зато ассортимент первых блюд обширен. Среди них особенно популярен рыбный суп, который готовят из рыбы разных видов с добавлением паприки, томатов и лука, а также куриный бульон.

Один из наиболее распространенных ингредиентов в венгерской кухне — паприка.

Паприкой сдабривают гуляш, перекельт, токань и паприкаш. Гуляш — это нечто среднее между супом и мясным рагу, перекельт — рагу, в котором преобладает рубленый лук, токань — блюдо, похожее на перекельт, а вот паприкашем называют все блюда со сметанным соусом и паприкой.

Из мучных блюд популярны лапша с творогом, рулет (с вишнями, творогом, маком), а также галушки шомлои и варгабелеш. Как первое блюдо подают обычно суп, потом главное блюдо и десерт.

А вот несколько конкретных рецептов.

СУП ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ ПО-ВЕНГЕРСКИ



Потребуется: капуста квашеная — 200 г, ветчина — 200 г, жир — 50 г, лук репчатый — 1 шт., сметана — 50 г, перец сладкий — 1 штука, колбаса копченая — 50 г, мука пшеничная — 1 ст. л., чеснок — 2 зубчика, соль, перец по вкусу, зелень — пучок.

Приготовление

Измельчите сладкий перец, ветчину и лук. Соедините овощи с квашеной капустой, залейте кипятком и варите 20 минут. Посолите, поперчите. Растопите жир в сковороде. Нарежьте маленькими кусочками колбасу и обжарьте. Добавьте в суп. Влейте в суп соус из сметаны с мукой и рубленым чесноком. Тщательно перемешайте и варите, пока суп не загустеет. Посыпьте рубленой зеленью.

ГУЛЯШ ПО-КОЛОЖВАРСКИ



Потребуется: говядина – 500 г, лук репчатый – 2 шт., масло растительное – 2 ст. л., перец болгарский – 2 шт., капуста белокачанная – 300 г, картофель – 2 шт., бульон мясной – 2 стакана, паприка – 2 ст. л., семена тмина – 1/2 ч. л., майоран сушеный – 1/2 ч. л., соль и перец по вкусу, помидоры – 4 шт.

Приготовление

Мясо нарезать кубиками по 2 см, лук и чеснок очистить и мелко нарезать. На сильном огне в жире обжарить мясо, всыпать паприку, тмин, майоран, лук, перемешать, обжарить пару минут, влить один стакан воды. Переложить в кастрюлю, слегка посолить, готовить один час на малом огне (если надо, добавляя воду, которая должна едва покрывать мясо). Помидоры залить кипятком на 5 минут, обдать ледяной водой, очистить от кожицы, семян и плодоножки, нарезать ломтиками. Картофель очистить и нарезать кубиками. Перец очистить, нарезать тонкими полосками. Капусту нарезать тонкими полосками. В кастрюлю к мясу положить картошку и капусту, влить бульон, довести до кипения, уменьшить огонь до среднего, готовить 20 минут до готовности картофеля (почти). Всыпать перец, помидоры, готовить еще 10 минут. Посолить, поперчить, подавать гуляш горячим.

ПУНШ ВЕНГЕРСКИЙ



Потребуется (на 10 порций): корица – щепотка, лимоны – 1/2 шт., сахар – 50 г, гвоздика – 4 шт., чай –

500 мл, вино красное – 700 мл, ликер вишневый – 125 мл, водка – 20 мл.

Приготовление

Пряности, цедру лимона и сахар добавить в чай. Дать постоять 20-30 минут. Процедить. Подогреть красное вино и смешать с чаем, вишневым ликером, водкой и лимонным соком.

ВЕНГЕРСКИЕ ВАТРУШКИ С КАРАМЕЛИЗИРОВАННЫМИ ГРУШАМИ



Потребуется (на 8 штук): слоеное дрожжевое тесто – 500 г, творог – 300 г, груши – 2 шт., желтки – 3 шт., сгущенное молоко – 2 ст. л., ванильный сахар – 1 ст. л., лимонная цедра – 0,5 ч. л., коричневый сахар – 4 ст. л., сливочное масло – 20 г.

Приготовление

Творог протереть через сито, взбить с двумя желтками, сгущенным молоком, цедрой и ванильным сахаром. Груши очистить от кожуры, нарезать кубиками средней величины. В сковороде растопить масло, всыпать коричневый сахар, растопить его, добавить грушу, аккуратно перемешать так, чтобы каждый кусочек фрукта был покрыт растопленным сахаром. Обжарить 1-2 мин, снять с огня и остудить. Тесто раскатать, разрезать на 8 квадратов. На середину каждого квадрата выложить 1-2 ст. л. творожной начинки, а сверху выложить 1 ст. л. карамелизированной груши, углы соединить крест-накрест, хорошо защипнуть швы. Ватрушки смазать взбитым желтком. Выпекать в разогретой до 180 градусов духовке до золотистого цвета 10-15 минут.

Приятного аппетита!

Антон Чехов

Трожение утов

(Из летописи одного города)

Земля изображала из себя пекло. Послеобеденное солнце жгло с таким усердием, что даже Реомюр, висевший в кабинете акцизного, потерялся: дошел до 35,8° и в нерешимости остановился... С обывателей лил пот, как с заезженных лошадей, и на них же засыхал; лень было вытирать.

По большой базарной площади, в виду домов с наглухо закрытыми ставнями, шли два обывателя: казначей Почешихин и ходатай по делам (он же и старинный корреспондент «Сына Отечества») Оптимов. Оба шли и по случаю жары молчали. Оптимову хотелось осудить управу за пыль и нечистоту базарной площади, но, зная миролюбивый нрав и умеренное направление спутника, он молчал.

На середине площади Почешихин вдруг остановился и стал глядеть на небо.

— Что вы смотрите, Евпл Серапионыч?

— Скворцы полетели. Гляжу, куда сядут. Туча тучей! Ежели, положим, из ружья выпалить, да ежели потом собрать... да ежели... В саду отца протоиерея седи!

— Нисколько, Евпл Серапионыч. Не у отца протоиерея, а у отца дьякона Вратоадова. Если с этого места выпалить, то ничего не убьешь. Дробь мелкая и, покуда

долетит, ослабнет. Да и за что их, посудите, убивать? Птица насчет ягод вредная, это верно, но все-таки тварь, всякое дыхание. Скворец, скажем, поет... А для чего он, спрашивается, поет? Для хвалы поет. Всякое дыхание да хвалит Господа. Ой, нет! Кажется, у отца протоиерея сели!

Мимо беседующих бесшумно прошли три старые богомолки с котомками и в лапотках. Поглядев вопросительно на Почешихина и Оптимова, которые всматривались почему-то в дом отца протоиерея, они пошли тише и, отойдя немного, остановились и еще раз взглянули на друзей и потом сами стали смотреть на дом отца протоиерея.

— Да, вы правду сказали, они у отца протоиерея сели, — продолжал Оптимов. — У него теперь вишня поспела, так вот они и полетели клевать.

Из Протопоповой калитки вышел сам отец протоиерей Восьмистишиев и с ним дьячок Евстигней. Увидев обращенное в его сторону внимание и не понимая, на что это смотрят люди, он остановился и, вместе с дьячком, стал тоже глядеть вверх, чтобы понять.

— Отец Паисий, надо полагать, на требу идет, — сказал Почешихин. — Помогай ему Бог!

В пространстве между друзьями и отцом протоиереем прошли только что выкупавшиеся в реке фабричные купца Пурова. Увидев отца Паисия, напрягавшего свое внимание на высь поднебесную, и богомолки, которые стояли неподвижно и тоже смотрели вверх, они остановились и стали глядеть туда же. То же самое сделал и мальчик, ведший нищего-слепца, и мужик, несший для свалки на площади бочонок испортившихся сельдей.

— Что-то случилось, надо думать, — сказал Почешихин. — Пожар, что ли? Да нет, не видать дыму! Эй, Кузьма! — крикнул он остановившемуся мужику. — Что там случилось?

Мужик что-то ответил, но Почешихин и Оптимов ничего не расслышали. У всех лавочных дверей показались сонные приказчики. Штукатуры, мазавшие лабаз купца Фертикулина, оставили свои лестницы и присоединились к фабричным. Пожарный, описывав-



ший босыми ногами круги на каланче, остановился и, поглядев немного, спустился вниз. Каланча осиротела. Это показалось подозрительным.

— Уж не пожар ли где-нибудь? Да вы не толкайтесь! Чёрт свинячий!

— Где вы видите пожар? Какой пожар? Господа, разойдитесь! Вас честью просят!

— Должно, внутри загорелось!

— Честью просит, а сам руками тычет. Не махайте руками! Вы хоть и господин начальник, а вы не имеете никакого полного права рукам волю давать!

— На мозоль наступил! А, чтоб тебя раздавило!

— Кого раздавило? Ребята, человека задавили!

— Почему такая толпа? За какой надобностью?

— Человека, ваше высокоблагородие, задавило!

— Где? Рразойдитесь! Господа, честью прошу! Честью просят тебя, дубина!

— Мужиков толкай, а благородных не смей трогать! Не прикасайся!

— Нешто это люди? Нешто их, чертей, проймешь добрым словом? Сидоров, сбегай-ка за Акимом Данилычем! Живо! Господа, ведь вам же плохо будет! Придет Аким Данилыч, и вам же достанется! И ты тут, Парфен?! А еще тоже слепец, святой старец! Ничего не видит, а туда же, куда и люди, не повинуется! Смирнов, запиши Парфена!

— Слушаю! И пуровских прикажете записать? Вот этот самый, который щека распухши, — это пуровский!

— Пуровских не записывай покуда... Пуров завтра именинник!

Скворцы темной тучей поднялись над садом отца протоиерея, но Почешихин и Оптимов уже не видели их; они стояли и всё глядели вверх, стараясь понять, зачем собралась такая толпа и куда она смотрит. Показался Аким Данилыч. Что-то жуя и вытирая губы, он взревел и врезался в толпу.

— Пожарные, приготовься! Рразойдитесь! Господин Оптимов, разойдитесь, ведь вам же плохо будет! Чем в газеты на порядочных людей писать разные критики, вы бы лучше сами старались вести себя посущественней! Добру-то не научат газеты!

— Прошу вас не касаться гласности! — вспылил Оптимов. — Я литератор и не дозволю вам касаться гласности, хотя, по долгу гражданина, и почитаю вас, как отца и благодетеля!

— Пожарные, лей!

— Воды нет, ваше высокоблагородие!

— Не рразговаривать! Поезжайте за водой! Живааа!

— Не на чем ехать, ваше высокоблагородие. Майор на пожарных лошадях поехали ихнюю тетеньку провожать!

— Разойдитесь! Сдай назад, чтоб тебя черти взяли... Съел? Запиши-ка его, чёрта!



— Карандаш потерялся, ваше высокоблагородие...

Толпа всё увеличивалась и увеличивалась... Бог знает, до каких бы размеров она выросла, если бы в трактире Грешкина не вздумали пробовать полученный на днях из Москвы новый орган. Заслышав «Стрелочка», толпа ахнула и повалила к трактиру. Так никто и не узнал, почему собралась толпа, а Оптимов и Почешихин уже забыли о скворцах, истинных виновниках происшествия. Через час город был уже недвижим и тих, и виден был только один-единственный человек — это пожарный, ходивший на каланче...

Вечером того же дня Аким Данилыч сидел в бакалейной лавке Фертикулина, пил лимонад-газес с коньяком и писал: «Кроме официальной бумаги, смею добавить, ваше — ство, и от себя некоторое присовокупление. Отец и благодетель! Именно только молитвами вашей добродетельной супруги, живущей в благонастроенной даче близ нашего города, дело не дошло до крайних пределов! Столько я вынес за сей день, что и описать не могу. Распорядительность Крушенского и пожарного майора Портупеева не находят себе подходящего названия. Горжусь сими достойными слугами Отечества! Я же сделал всё, что может сделать слабый человек, кроме добра ближнему ничего не желающий, и, сидя теперь среди домашнего очага своего, благодарю со слезами Того, кто не допустил до кровопролития. Виновные, за недостатком улики, сидят пока взаперти, но думаю их выпустить через недельку. От невежества преступили заповедь!»

СТРАНА ^и МЫ *вместе*

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

E-mail: strana_mi@mail.ru

Наш сайт: www.stranami.ru

*Когда сквозная паутина
Разносит нити ясных дней
И под окном у селянина
Далекий благовест слышней,*

*Мы не грустим, пугаясь снова
Дыханья близкого зимы,
А голос лета прожитого
Яснее понимаем мы.*

А. Фет



МИР, ДОСТУПНЫЙ ДЛЯ ВСЕХ

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



Россия, Москва, ул. Комдива Орлова, дом 4

тел.: (495) 482-19-36

факс: (495) 482-11-10

www.katarzyna.ru

info@katarzyna.ru