



КОМПЛЕКС
СОЦИАЛЬНОГО
РАЗВИТИЯ
МОСКВЫ



Моя
карьера

Герои нашего времени



Том 7

Истории
волонтеров

Введение

Проект «Социальный волонтер» стартовал в конце марта, и за пару недель к волонтерскому штабу на базе центра «Моя карьера» присоединилось 1600 неравнодушных горожан, которые хотели помочь пожилым москвичам и людям с хроническими заболеваниями. У каждого из них своя история, но всех их объединяет одно — желание помочь незнакомому человеку, подставить плечо в непростой момент.



«Я не мог не помочь», «Люблю собак — поэтому помогаю», «Моя бабушка живет в другом городе одна — надеюсь, ей также помогут в трудную минуту» — говорят наши герои. В этом сборнике мы дали слово самим волонтерам, чтобы они рассказали о себе и о своих мотивах, вспомнили яркие эпизоды добровольческой жизни и вдохновили других хотя бы иногда посвящать свое время бескорыстной помощи тем, кому она нужнее сейчас.

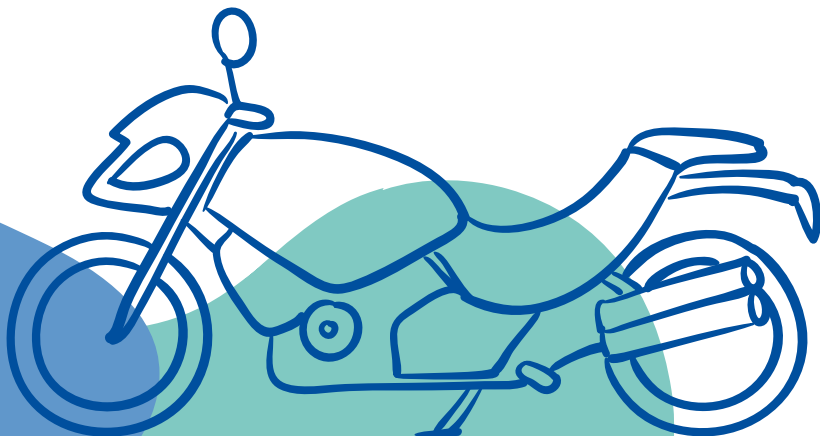


4

Александр Залдостанов

Президент мото клуба
«Ночные волки»

Проехали МОТОКОЛОННОЙ в честь ветеранов



Когда эта напасть – коронавирус – пришла в Россию, мы, Ночные Волки, встали в ряды волонтеров, чтобы оказывать помощь тем, кому она нужна. Мы развозим по адресам нуждающихся продукты, лекарства.

Сами привлекаем меценатов и энтузиастов, добавляя в продуктовые наборы еще и что-то лично от себя. Московский байк-центр превратился в базу, куда приходит и где распределяется по адресам волонтерская помощь. И все мотоциклисты, которые хотят быть причастны, присоединяются.

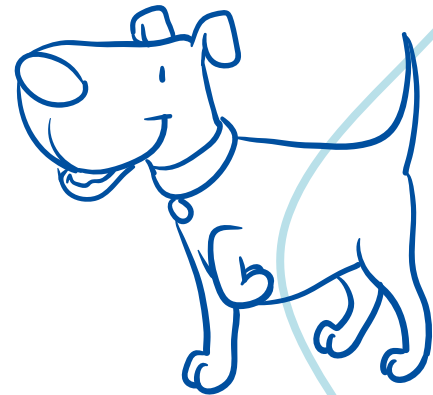
В этом году из-за пандемии впервые за 75 лет ветераны были лишены Парада Победы. Мы не захотели и не могли остаться в стороне, поэтому решили привезти Парад ветеранам. Организовали проезд небольшой колонны мотоциклов, в том числе и периода Великой Отечественной войны, вместе с танком Т-34, легендарной «Катюшей», и с символом орудия Победы – легендарной 45-кой, к домам ветеранов в Москве и Московской области. Ветераны увидели Парад прямо под своими окнами.



Анастасия Нестеренко

волонтер
Марьино

«Когда закончится карантин, буду скучать по Джеку и Джине»





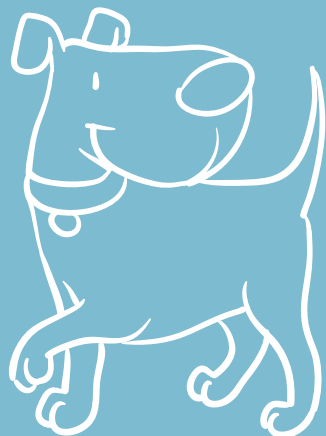
Я — профессиональный хендлер и грумер. В волонтерстве до пандемии никогда не участвовала и пришла в штаб волонтеров центра «Моя карьера» по призыву своей коллеги. Я вдруг поняла: надо в это тяжелое время помочь пожилым людям, людям с серьезными хроническими заболеваниями. Да и помощь другим — это всегда еще и помощь себе, своеобразная пища для души.

Мы реагируем на заявки, которые нам сбрасывают в общий чат в WhatsApp. Я гуляю с собаками пожилых людей, у которых есть проблемы с опорно-двигательным аппаратом, им помощь сейчас очень кстати. Мне досталось шефство над таксой Джеком и папильоном Джинной. Замечательные собаки, мы успели полюбить друг друга. Когда я думаю о конце карантина, мне даже становится немного грустно, потому что я буду по ним скучать. Надеюсь, мы продолжим дружить с их владельцами, ведь у нас сложились отличные отношения.



Алена Осадчая
Андрей Боловинцев
волонтеры
Останкино

Вдвое больше добрых дел!



Мы — активисты, которые нашли друг друга, чтобы делать вдвое больше добрых дел. Волонтерим давно. Всем нам сейчас страшно и непросто, но сложнее всего нашим бабушкам и дедушкам, которые больше двух месяцев вынуждены оставаться дома. Как выгуливать питомцев?

Мы помогаем бабушке Вере Михайловне 93 лет, у нее собачки-метисы, которые учатся доверять каждому новому человеку заново. Для таких недоверчивых носов мы применяем свои интонационные и жестикуляционные приемы. Нам выслали памятки, тесты, обучающие видео, мы зазубрили все от и до. С собой у нас всегда 4 маски и 4 пары перчаток, антисептик, пакетики для утилизации. А еще мы добавили от себя влажные салфетки, чтобы можно было после прогулки протереть собачьи лапки. Мы уверены, добро — это неотъемлемая часть счастливой жизни.



Андрей Кузнецов

тимлидер

Левобережный

За каждой цифрой в отчете — чья-то жизнь





Жители Северного округа ежедневно звонят на горячую линию, чтобы не только оставить заявку на оказание помощи, но и сказать слова благодарности добровольцам.

Недавно заявка поступила от Евгении Михайловны. Ей 82 года, она перенесла операцию на шейке бедра, сейчас восстанавливается, но ходить ей по-прежнему тяжело. У Евгении Михайловны также есть проблемы с сетчаткой глаза, она обратилась с просьбой съездить со всеми необходимыми документами в Федоровский центр и записать ее на прием к профильному специалисту. Из-за режима самоизоляции попасть в больницу самой у женщины возможности нет.

Мне удалось оперативно помочь пенсионерке: съездил в больницу, записал Евгению Михайловну к врачу, привез лекарства. Заявок много, и когда понимаешь, что за каждой цифрой в отчете стоит чья-то жизнь, испытываешь настоящую гордость.



12

Анна Хачатурян

волонтер

Орехово-Борисово Южное

Стараюсь помогать даже в мелочах



Я всегда старалась помогать людям. Даже в мелочах. Как-то стояла в магазине в очереди в кассу, и передо мной оказалась бабушка, которая забыла взвесить огурец. Когда кассир сказала, что не может пробить его, она горько вздохнула и отложила огурец в сторону. А я взяла его и сбегала с ним до весов. Мне несложно, а бабушка поест салатика.

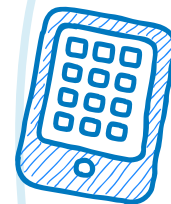
В штаб волонтеров центра «Моя карьера» я вступила в первый же день карантина. Я упорная, прошла все инстанции, собеседования. Сейчас доставляю обеды Юрию Петровичу. Ему 79 лет, это потрясающий человек. И у меня сердце кровью обливается, что он совсем один. Во время самоизоляции очень грустно видеть на улицах и в магазинах пожилых людей. Ведь они так рискуют. Подхожу к каждому, объясняю, насколько это небезопасно сейчас. Прошу сидеть дома и пользоваться помощью волонтеров.



Данила Вихлянский

тимлидер
Таганский

Трудности бывают, но всегда справляемся





Я — тимлидер Таганского района. С утра выхожу из дома и добираюсь в маске и перчатках до территориального центра социального обслуживания. На входе в здание всем измеряют температуру, потом я обязательно мою руки и обеззараживаю их.

Весь день получаю заявки о помощи, уточняю, что нужно купить или с какой собакой и когда нужно погулять. Потом пишу волонтерам. Если волонтер откликается на помощь, то передаю ему всю необходимую информацию.

Волонтер получает в центре маски и перчатки, чтобы не рисковать здоровьем и не заразить получателя. Количество заявок в день бывает разным. Как правило, не меньше пяти-шести. Таганский район довольно большой. Чтобы доехать от одной точки до другой, нужно пользоваться общественным транспортом. Но мы всегда справляемся.



Дарья Голубева

волонтер

Северное Тушино



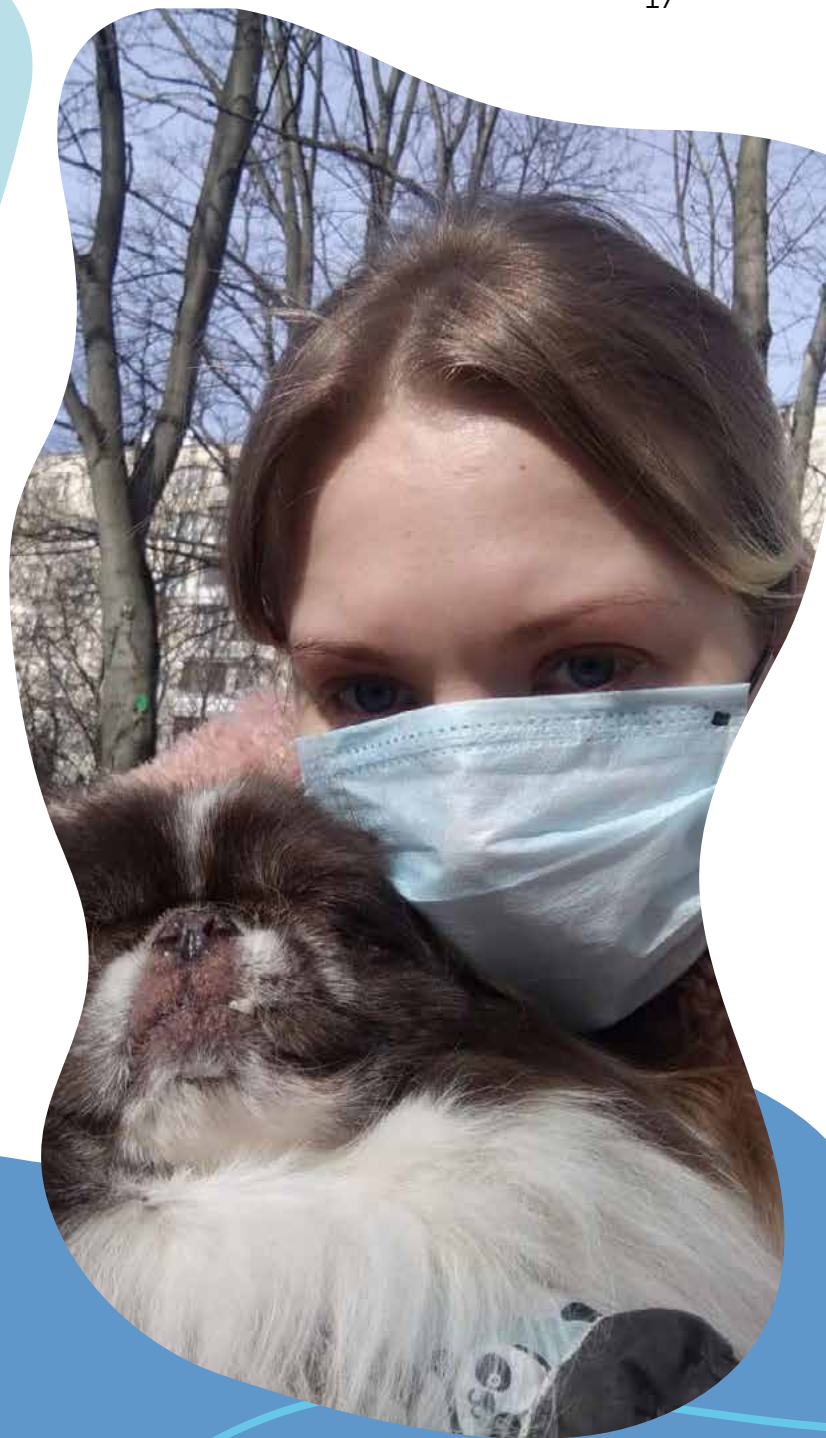
Талисман волонтера





Я постоянно помогаю Ольге Михайловне, выполняю ее небольшие просьбы и выгуливаю собаку Мотю. Однажды утром, когда я пришла забирать собаку для выгула, вместе с поводком на двери обнаружила пакетик с пасхальным яйцом и браслетом из бусинок.

Вначале в соответствии с инструкцией я сообщила, что не могу принять подарок, но Ольга Михайловна ужасно расстроилась: «У меня, кроме вас, никого. Пожалуйста, возьмите подарочек». В такой ситуации просто невозможно было отказать. Теперь для меня это талисман волонтера, и я ношу его, не снимая.



Евгений Лычкин

тимлидер

Академический

А после карантина устроим чаепитие!





Я – студент и участник крупного общественного движения. У нас много акций, связанных с адресной помощью. Мы помогали ветеранам Великой Отечественной войны убирать квартиры, настраивали технику, мыли окна. С началом карантина я решил вступить в Штаб волонтеров центра «Моя карьера». Просто подумал, что в условиях опасности люди должны поддерживать друг друга. Так я стал тимлидером Академического района. Нам не всегда хватает свободных рук, поэтому часто я самхожу выполнять заявки и выгуливать домашних животных. Например, гуляю с питомцем Нины Никитичны. Она после инсульта, ей тяжело, хотя сам коронавирус ее не пугает. Раньше она была испытателем – проводила проверку иллюминаторов в воздушных судах. Видела немало опасностей в своей жизни. Нина Никитична все время называет меня «сыночек» и пытается обнять. Приходится ее останавливать, ведь наше общение должно быть бесконтактным. Мы договорились, что когда все закончится, мы обязательно устроим настоящее чаепитие.



20

Евгения Карпова

волонтер
Ясенево

Вспоминаю о нем как о своем дедушке



Я работаю в отделе отчетности. После того, как нас перевели на дистанционную работу, поняла, что у меня есть несколько свободных часов, которые я могу тратить на волонтерство. Меня потряс случай, когда я привезла пакет лекарств от давления бабушке, который

находится на самоизоляции. Он был так растроган, что даже заплакал. Сказал: «Спасибо, что помогаете нам. Если бы не вы, сидел бы тут совсем один». Мы договорились, что когда карантин закончится, он научит меня играть в шахматы. Вспоминаю о нем как о своем бабушке.

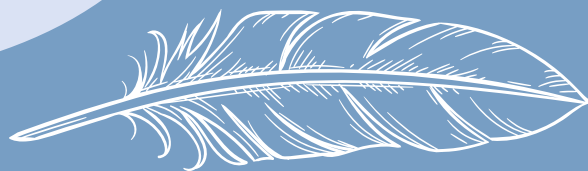


Лина Вартанова

волонтер
Академический



Жди меня...



Я – музыкант. Играю на скрипке. Сейчас у меня вынужденный отпуск, ведь никаких концертов нет. Чтобы не сидеть без дела, я решила делать что-то полезное. Теперь помогаю жителям Академического района с выгуливанием собак и покупкой продуктов. Одним из самых ярких эпизодов для меня стало 9 Мая.

Вместе с другими волонтерами мы решили поздравить всех людей старшего возраста и записали для них видеоролик. В нем мы читаем стихотворение Константина Симонова «Жди меня». Когда я произносила строки на камеру, у меня сдавило голос от этих простых, но на самом деле очень сильных слов: «Жди, когда из дальних мест писем не придет. Жди, когда уж надоест всем, кто вместе ждет».

С Великой Победы прошло 75 лет, но до сих пор невозможно понять и прочувствовать до конца все испытания, через которые прошли наши старшие поколения.



Мария Аввакумова

волонтер

Марина Роца

Важно чувствовать, что о тебе заботятся



Я учусь в Тимирязевской академии на микробиолога. Так вышло, что я переболела коронавирусом в легкой форме. Потом мне позвонили с горячей линии и предложили стать донором плазмы. А когда речь зашла о том, чтобы стать волонтером, я тоже с удовольствием согласилась.

Помогать — это естественно. Ведь сила — в единстве.

Быть волонтером несложно, однако это занимает время. Иногда поступают заявки из соседних районов. У меня есть самокат, и я легко доезжаю до нужных адресов. Я по своему опыту понимаю, как важно чувствовать, что тебя не оставили без помощи, что о тебе заботятся. Мне кажется, наша жизнь уже не будет прежней, потому что многое поменялось. Меняются люди, потому что, оставаясь дома, они остаются наедине с собой.

И происходит переосмысление.



Елена Волгина
Ольга Чеботаревская
волонтеры

Вернули псу веру в людей



Мы присоединились к волонтерскому штабу «Моей карьеры», чтобы помочь пожилым москвичам выгуливать питомцев. Нам досталась собака с непростой судьбой. Серый — крупный метис, симпатичный пес рыжего окраса. Его хозяин Константин Николаевич страдает тяжелым хроническим заболеванием и почти не ходит. Когда Серый был еще щенком, хозяин в первый раз заболел и был вынужден отдать любимую собаку на передержку.

Щенка заперли на месяц в чулане, это сломало его психику. Собака стала агрессивной, недоверчивой к людям, нервной. Хозяину было трудно справиться с плохим характером питомца. Так они и жили. Когда мы впервые увидели Серого, стало ясно сразу, что случай это непростой, но решаемый.

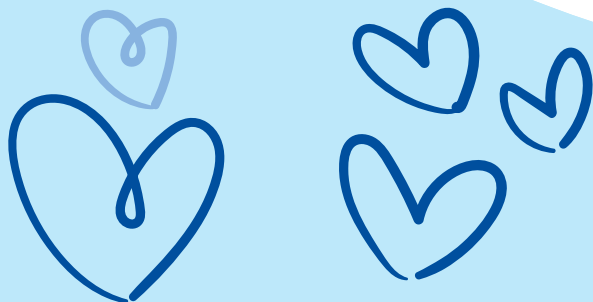
Целый месяц любви, ласки, терпения и угощений ушел на то, чтобы вернуть собаке веру в людей. Сейчас пса не узнать. Он гордо ходит на прогулку на поводке, выполняет команды, дружелюбен к людям и другим животным. А еще мы собрали деньги на лечение, которое давно требовалось Серому, и отвезли его больницу к докторам. Хозяин говорит, что мы совершили настоящее чудо, но мы относимся к этому проще. Все, что от нас потребовалось, это лишь немного профессионального подхода и искреннего желания помочь.



Наталья Девяткина

волонтер
Ясенево

Нас стали узнавать на улицах!





Чаще всего нас просят доставить лекарства и продукты. Чтобы оптимизировать процессы, мы организовали работу так: суммируем заявки на лекарства, один волонтер привозит их из аптеки в отделение соцзащиты, и уже отсюда волонтеры разносят их по адресам.

Был удивительный случай, когда я приехала с огромным пакетом лекарств, ожидая увидеть там пожилого человека. Но дверь мне открыла молодая девушка. Как выяснилось, у нее инвалидность, и ей нельзя выходить на улицу. В другой раз к нам обратился за помощью мужчина-диабетик, которому срочно понадобились тест-полоски для измерения уровня сахара в крови. Их не было в нашем районе, и мы оперативно купили их в соседнем. Самое приятное в работе волонтера — это то, что нас начали узнавать. Ты приезжаешь к дому и выходишь из машины или заходишь в магазин, люди видят твой бейдж и говорят: «Вы волонтер, это так здорово! Вы такие молодцы!» Это бесценная реакция.

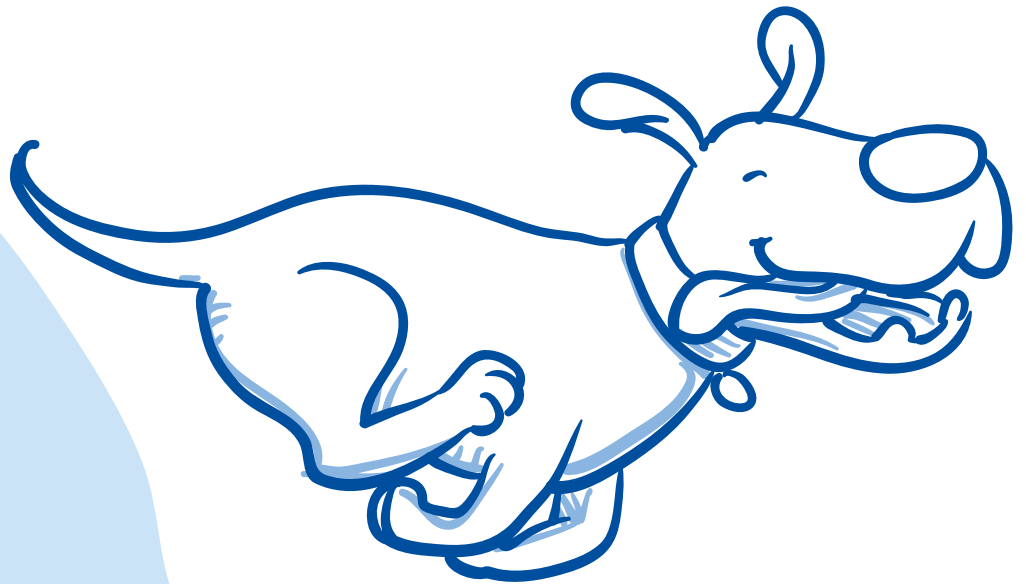


30

Наталья Троц

волонтер
Сокол

Модница Вафля



Я — профессиональный груммер. Сейчас сложные дни для каждого из нас, и собаки не исключение.

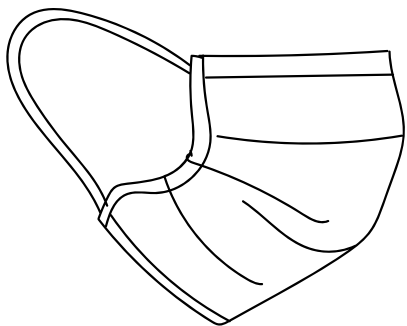
Представьте, что вы в группе риска и вынуждены сидеть на самоизоляции. А друзья, родные, соседи уехали или тоже на карантине. А ваше любимое животное страдает без прогулок. Моя подопечная собака — Вафля, метис. Собака довольно крупная, взрослая, со своим взглядом на мир.

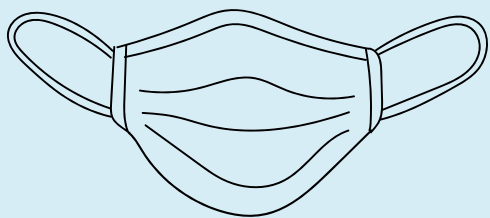
Когда мы познакомились, она выглядела, как линяющий дикобраз: шерсть за зиму отросла, сбилась в колтуны, которые торчали во все стороны. Заручившись согласием хозяина, во время прогулки мы с Вафлей тратили минут 5–10 на тримминг.

За неделю собаку стало не узнать! Из неопрятной дворняги она превратилась в аккуратную и невероятно милую даму. Она очень сильно изменилась: от недоверия и нежелания идти с чужим человеком к хорошему настроению и игривости.



Маски для волонтеров

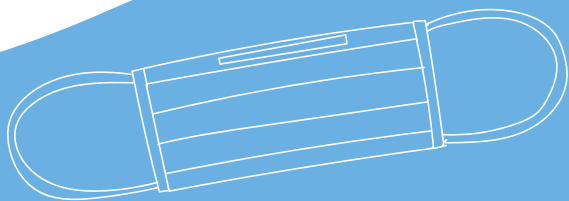




Рекрутеры Штаба волонтеров центра «Моя карьера» собеседовали необычную кандидатку.

Нина Ивановна указала в регистрации возраст 43 года, но во время собеседования стало известно, что ей 87. Она попросила своего внука из другого города зарегистрировать ее, чтобы передать сшитые собственноручно маски для волонтеров. Конечно, участники проекта обеспечены всеми необходимыми средствами защиты. Но такую инициативу Штаб волонтеров не мог не поддержать и при первой же возможности забрал маски для волонтеров.

Вот такие трогательные случаи проявления заботы от наших бабушек.



Нино Лазарева

волонтер

Академический

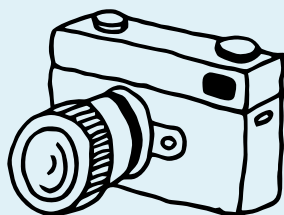
**Не бойся,
песик,
я с тобой!**





Я — фотограф и кинолог. У меня питомник собак и большой опыт их воспитания. Мои собаки не раз снимались в кино и рекламе. Когда меня отправляли на первую заявку, мне сообщили, что пес лает на чужих и пытается выдернуть поводок. На первый взгляд, случай непростой. Но когда я приехала по адресу, все быстро встало на свои места.

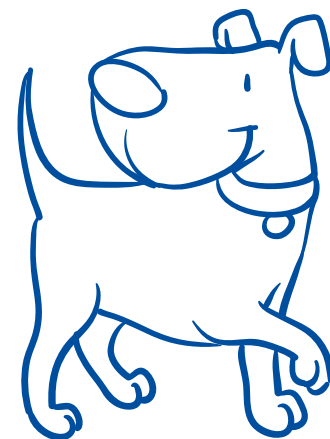
Я поняла, что таким образом он пытается справиться со страхом. Поначалу пес был в ужасе, что его ведет на улицу незнакомый человек, но уже на третьей прогулке он привык ко мне. А по-настоящему стал доверять после того, как понял, что я не ругаю его за броски за кошками.



Ольга Галкина

волонтер
Люблино

Я всегда за!



Уже три года я волонтеру в муниципальном приюте для собак. Поэтому сразу согласилась стать социальным волонтером. Я гуляю с собакой-поводырем Акси, которая живет у инвалида по зрению. Она дружелюбная и очень спокойная. Нам удалось завести дружеские отношения с первой же встречи.

Хозяин вешает поводок на дверную ручку, я забираю собаку, так же возвращаю ее обратно. Прогулки проходят в ближайшем парке, в очень спокойном режиме. Мы неспешно ходим по дорожкам, что очень помогает успокоить нервную систему в наше непростое время. Мне очень нравится помогать, приносить реальную пользу. Поэтому, конечно, и после карантина я буду стараться заниматься волонтерством.

Я всегда за!



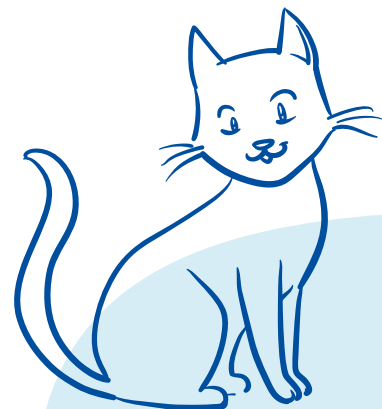
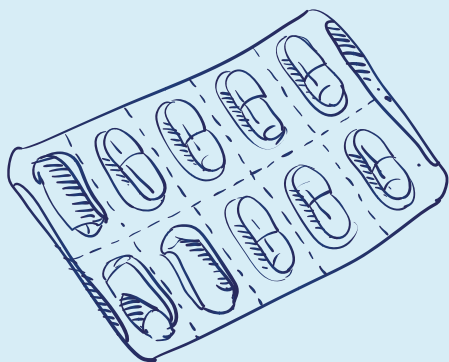
Регина Клименко

волонтер

Ломоносовский



Спасти «рядового» Матвея



Как-то раз нас попросили привезти лекарства пожилому генералу, уехавшему на самоизоляцию в Сергиев Посад. Нужно было забрать их в госпитале при Министерстве обороны и довести до центра соцобслуживания, который должен потом связаться с таким же центром в области, передать им лекарства... Логистика сложная и долгая. Наш волонтер решил на личном автомобиле привезти лекарство. Слова генерала стали лучшей наградой: «Ребята, спасибо, что и в наше время есть люди, которые просто действуют без лишних слов».

А еще мы спасли старого кота Матвея с Ленинского проспекта. Хозяйева не успели закупиться необходимым количеством жизненно важных для Матвея лекарств, а их нужно было срочно ему давать... Они оставили заявку в кол-центре, кураторы передали ее нам.

Уже через 40 минут удивленная хозяйка стояла перед своей дверью и не открывала ее нам просто потому, что не верила, что настоящие волонтеры успели бы купить лекарства так быстро! Сейчас кот Матвей чувствует себя отлично.



Роман Инашвили

волонтер
Сокол

Ася, давай сделаем селфи!



Я — кинолог, занимаюсь выставками собак. Когда я узнал, что центр «Моя карьера» запустил волонтерский проект, в котором можно помогать выгуливать домашних питомцев людям на самоизоляции, то решил принять участие. Прошел онлайн-обучение, получил средства защиты и начал работать.

Мы очень пристально следим за безопасностью — как питомцев, так и их хозяев. В отношении первых тщательно проверяем, как застегнуты ошейник и намордник.

Что же касается хозяев, то всегда сохраняем принципы бесконтактного общения. Моей подопечной стала пудель Ася. Мы часто с ней фотографируемся, делаем селфи. И, кажется, она даже научилась позировать, как настоящая модель.

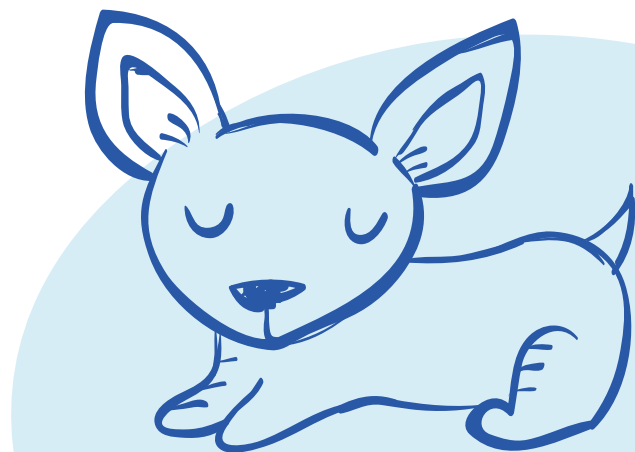
Это интересный для меня опыт. Я думаю, что в будущем обязательно попробую себя в роли волонтера еще не раз.



Юлия Халяпина

волонтер
Ясенево

Даже любимой игрушки не жалко!



Работа, которая мне досталась, — это выгуливание небольшой собачки Фриды, чья хозяйка Инна Николаевна находится на самоизоляции.

Вначале я воспринимала это как обычную волонтерскую задачу. В первые дни Фрида относилась ко мне настороженно. Как только мы выходили во двор, она тут же торопилась назад. Но прошло несколько дней, и собака стала ко мне привязываться. А я стала привязываться к ней. И это притом, что вообще-то я всегда больше любила кошек! Потом я заметила, что настороженность Фриды распространяется вообще на всех незнакомцев. И по мере нашего сближения все больше стала ценить ее доверие.

Самое удивительное произошло на днях. Я проводила Фриду домой, она забежала в квартиру. И тут же вернулась к двери, держа в зубах мягкую игрушку. Как объяснила мне Инна Николаевна, это знак крайней привязанности. Обычно Фрида прячет от всех свою любимицу. А тут она решила мне ее показать. От этого у меня слезы навернулись на глаза.





Москва 2020

