



КОМПЛЕКС  
СОЦИАЛЬНОГО  
РАЗВИТИЯ  
МОСКВЫ



Мой  
социальный  
помощник



# Герои нашего времени

«75-летие  
Великой Победы»



**Том 6**

Истории сиделок  
и соцработников  
Московского Дома  
ветеранов войн  
и Вооруженных Сил

# Введение

Основные хлопоты и заботы о ветеранах войны во время пандемии легли на плечи сотрудников Московского Дома ветеранов войн и Вооруженных Сил. Сиделки, соцработники, диспетчеры «тревожной кнопки», врачи и медсестры ежедневно выходили на смены, чтобы помочь и поддержать одиноких фронтовиков и ветеранов. Доставка продуктов и лекарств, уборка и готовка, решение бытовых проблем, медицинское сопровождение – это лишь некоторая часть того, что продолжали делать специалисты по надомному обслуживанию в новых непростых условиях.

Здесь мы собрали 20 историй о буднях сиделок и соцпомощников. Многим на время пришлось оставить свои собственные семьи и переехать жить к ветеранам, чтобы минимизировать риски заражения. За время самоизоляции случалось разное: специалистам приходилось принимать нетривиальные решения, проявлять свои творческие способности и навыки убеждения. Каждая история – о доброте, душевной теплоте, человеческом сострадании и неравнодушии.

**Галина Ковалева**  
 Район  
 Щербинка

# До работы доехала с полицией



**Делаем  
 общее дело**

Галина Ковалева работает в Московском доме ветеранов с 2012 года. Во время самоизоляции сиделка помогала семейной паре ветеранов.

– Территориально живу не очень далеко, пешком 40-45 минут. Чтобы не было лишних контактов в общественном транспорте, всегда добираюсь ножками. Однажды меня остановили сотрудники полиции для проверки документов. По привычке хотела достать свое удостоверение из кармана куртки...

И вдруг поняла, что из-за потепления надела более легкую куртку. Сотрудники корректно, но настойчиво требовали предъявить им пропуск на передвижение, – рассказывает сиделка.

Галина рассказала полицейским, что идет к ветеранам, которые ее очень ждут. Мгновенно оценив ситуацию, сотрудники полиции посадили ее в свою машину, отвезли домой, чтобы она взяла документы и пропуск, а потом доставили ее прямо к дому ветеранов.



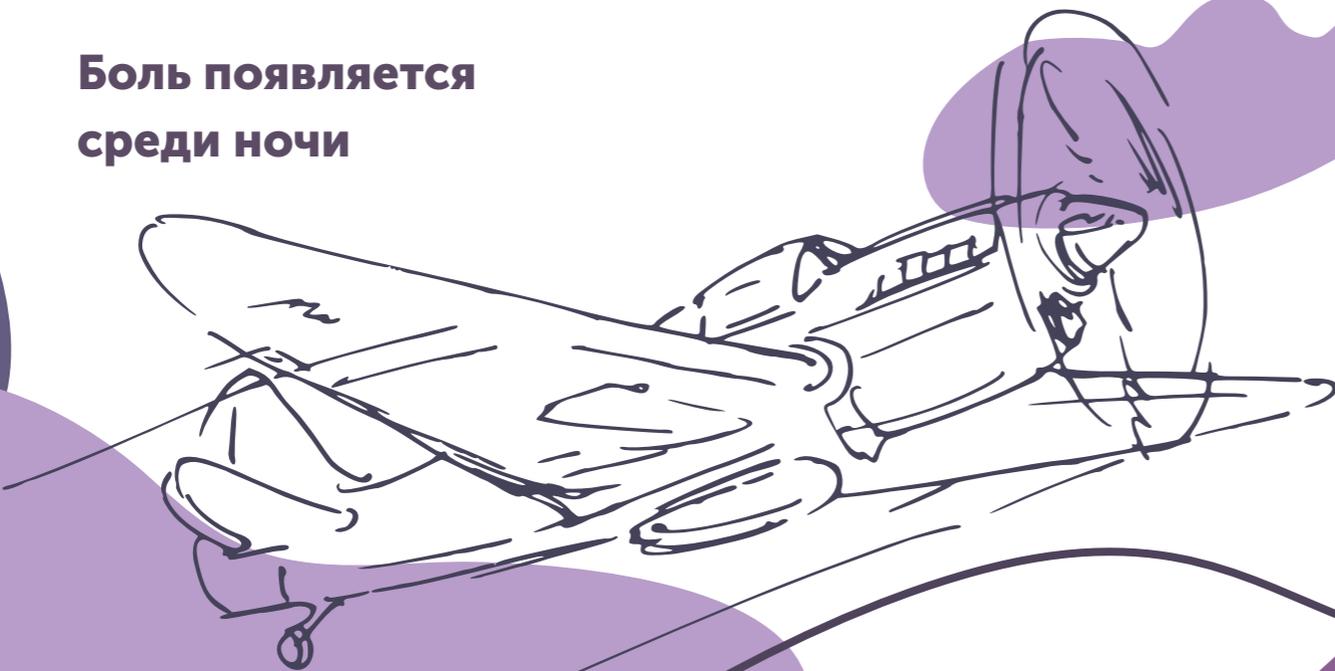
**Наталья Бадендаева**

Район  
**Гагаринский**



# Лекарство от одиночества

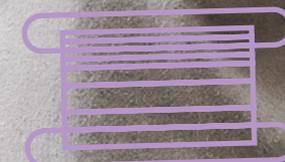
**Боль появляется  
среди ночи**



Во время войны Герой Советского Союза Николай Ефимович Оловянников виртуозно громил фашистов в небе Германии. Сейчас 97-летнему пилоту с трудом дается простой «вираж» от спальни до кухни. Каждый шаг отдается жуткой болью в ногах и спине.

Во время самоизоляции сиделка Наталья сломала привычный распорядок дня и стала приезжать к своему ветерану рано утром, а уезжала глубоко в ночь.

– Николай Ефимович в свои 97 остается героем. Передвижение в пределах квартиры – это сила воли. Сделать несколько физических упражнений – это характер. Не жаловаться и не ныть – это выдержка. Быть всегда приветливым и доброжелательным – это мудрость. Мне как соцпомощнику приходится быть и парикмахером, и швеей, и пекарем. Вместе с ветераном мы преодолеваем бытовые трудности, шутим, смеемся над ними, – рассказала Наталья.

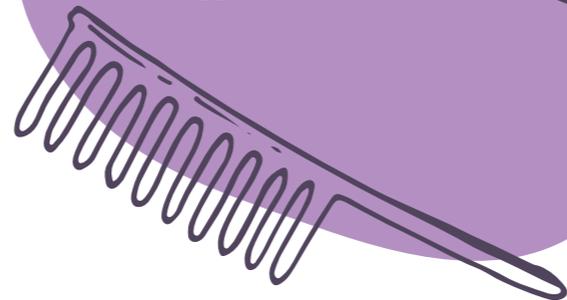
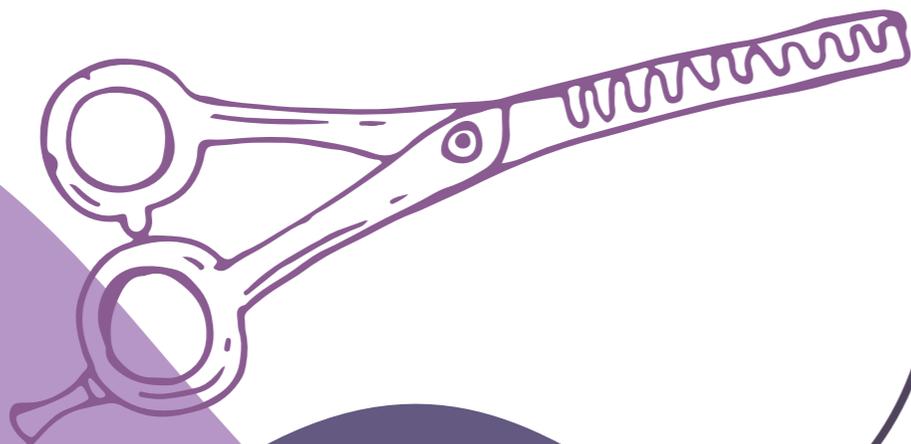


**Байрта Эрднигоряева**

Район  
**Зюзино**

# Связь с миром

**Обучилась азам  
парикмахерского  
дела**



Соцработник Байрта помогает 97-летнему ветерану Виктору Ивановичу Селицкому, участнику битвы под Москвой и Курской битвы.

Во время самоизоляции она стала единственным человеком, с кем ветеран ежедневно виделся вживую. С соседями и родственниками ветеран общался только по телефону.

– Однажды он сказал, что я для него как связь с миром. Впервые в жизни мне пришлось обучиться азам парикмахерского дела. Получилось неплохо! В лице Виктора Ивановича, можно сказать, обрела себе дедушку. В свободное время разгадываем кроссворды и сканворды, обсуждаем новости, – рассказывает соцработник Московского дома ветеранов.

За полтора года ежедневного общения Виктор Иванович стал для Байрты родным человеком: «Он очень добрый и справедливый человек. Часто дает мне жизненные советы, ставлю его в пример», – говорит она.



**Зинаида Наминова**

Район  
**Зюзино**



# Невидимый вирус

**Временный  
переезд**

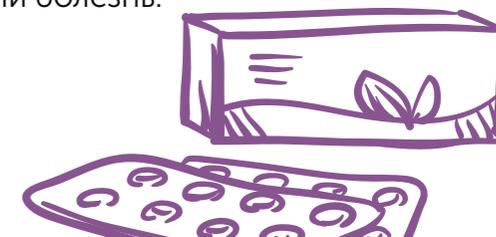


Когда у 101-летней Нины Васильевны Воробьевой подтвердился коронавирус, сиделке Зинаиде пришлось изолироваться у ветерана. Она круглосуточно помогала Нине Васильевне и ее 76-летней дочери, у которой подтвердился COVID-19.

– Нина Васильевна практически не передвигается по квартире без посторонней помощи. Ее дочь Зоя Михайловна тоже малоподвижна. Не могла оставить их одних. Решила на время переехать к ним.

Я круглосуточно следила за давлением, температурой, чтобы ветеран и ее дочь не волновались и не паниковали, – рассказывает Зинаида.

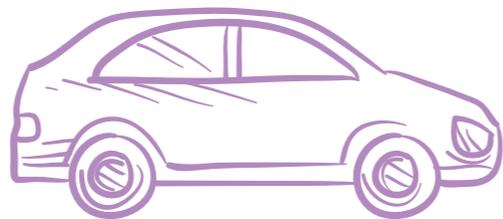
В итоге сиделка Зинаида Наминова тоже заразилась, от госпитализации отказалась и продолжала ухаживать за своими подопечными, круглосуточно была на связи с медиками. Невидимый бой Зинаиды, Нины Васильевны и ее дочери длился с вирусом почти месяц. Но они победили болезнь.



**Жанна Бережная**  
Город **Троицк**  
Поселок **Птичное**

# Операция "Бриллиантовая рука"

Путешествие  
в травмпункт



Во время самоизоляции с 90-летней труженицей тыла Марией Васильевной Силиной случилось несчастье. Рано утром, находясь в своей квартире, она потеряла равновесие, упала и сломала руку.

Сиделка Жанна пришла вовремя и сразу почувствовала неладное. Когда увидела опухоль на руке своей подопечной, решила действовать без промедлений. Женщина понимала, что карету скорой помощи можно прождать очень долго. Решила отвезти Марию Васильевну в травмпункт на своей машине.

Перед выездом сиделка зафиксировала руку с помощью доски, чтобы предотвратить смещение костей. И экипировала Марию Васильевну маской и перчатками, чтобы ветеран не заразилась по пути. В клинике врачи быстро сделали снимок и наложили Марии Васильевне гипс. Домой ветеран возвращалась со счастливой улыбкой. А это – главное.



**Галина Очирова**  
 Район  
 Черемушки

# Бумеранг добра

**Окно  
 победы**



Спустя 75 лет бумеранг добра возвращается. Инна Кирилловна Крюкова встретила войну девчонкой-подростком. В годы войны помогала пожилым людям укрываться в бомбоубежище, в госпиталях ухаживала за ранеными.

Сейчас ей самой необходима помощь и поддержка. Ее посещает социальный работник-сиделка Галина. Во время самоизоляции Инна Кирилловна больше всего переживала, что отрезана от близких людей.

Сиделка Галина нашла выход из положения – настроила общение с родственниками по видеосвязи и отвлекала ветерана от плохих мыслей совместным творчеством. В свободное время они вдвоем пели и читали стихи. Когда объявили об акции «Окна Победы», сиделка и ее подопечная празднично украсили окна квартиры.



**Ольга Козюкова**  
 Город **Троицк**  
 Поселение **Первомайское**

# Мастер своего дела

Особенные,  
исцеляющие руки...



За умение находить общий язык с разными людьми старшей сиделке Ольге доверили руководство бригадой сиделок. Она курирует одиннадцать человек, которые ежедневно помогают десяти ветеранам.

Сами подопечные называют Ольгу мастером своего дела. Она находит время для общения с каждым, лично поздравляет их с днем рождения, 23 февраля, 8 марта и, конечно, с Днем Победы.



Один из ее подопечных, Николай Васильевич Селезнев, участник Великой Отечественной войны, во время самоизоляции повредил шею. Он доволен работой основной сиделки, но когда доходит до водных процедур, просит, чтобы ему помогала именно Ольга.

– У нее особенные, исцеляющие руки. И она может подстричь не хуже любого мастера, – говорит ветеран.

Ольга не отказывает, ведь для нее прийти на помощь и сделать добро – только в радость.

**Татьяна Цыганова**  
 Район  
 Бабушкинский

# Музыкальный дуэт

**Добрые руки  
 продлевают жизнь**



Сиделка Татьяна придумала свой способ, как не паниковать во время пандемии...

До начала режима самоизоляции в квартире 94-летней Валентины Ивановны Сливковой очень редко звучали музыка и песни. Все переменялось с конца марта. Ветеран стала замечать, что ее сиделка Татьяна все чаще и чаще стала глушить новости собственным «мурлыканием».

Ухаживая за ветераном, сиделка затянула старые добрые советские шлягеры.

Валентина Ивановна поняла, что таким образом сиделка пытается защитить ее больное и беспокойное сердце от лишних переживаний.

Постепенно к пению подключилась и Валентина Ивановна. Настроение у нее поднялось: она согласилась играть в города, выучила новые пословицы и поговорки, активнее стала заниматься лечебной гимнастикой.

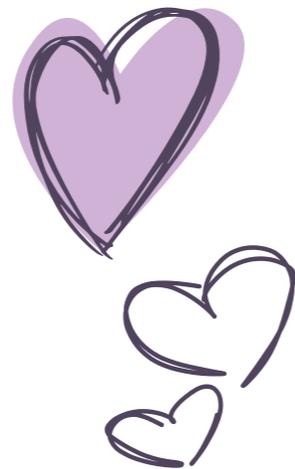
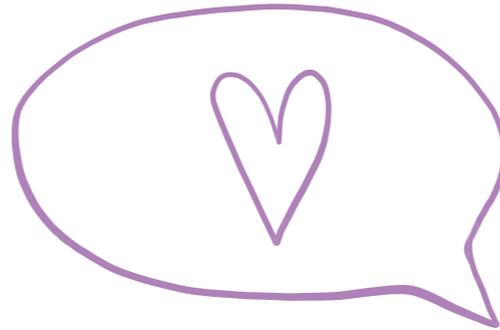
– Добрые руки сиделки продлевают мне жизнь, – уверена Валентина Ивановна.



**Евгения Лиджаева**  
 Район  
 Черемушки

# Психологами не рождаются

**Средство от бессонницы –  
разговор по душам**



– С началом пандемии многих ветеранов накрыла волна переживаний: они потеряли сон и аппетит, у них появилась тревога, – рассказывает старшая сиделка Евгения.

Так, у одного из ветеранов Нины Егоровны Арбузовой начались ночные кошмары и бессонница. Старшая сиделка стала думать, как помочь бабушке. В итоге помогло теплое молоко перед сном и разговоры по душам.

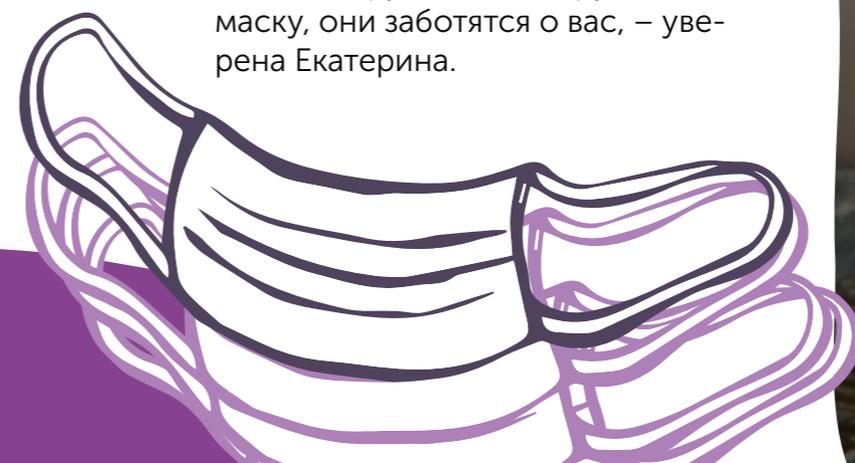
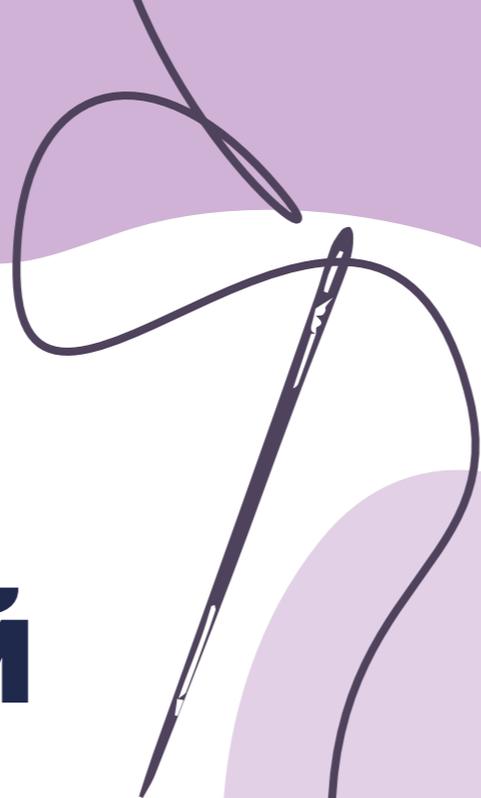
За время самоизоляции случилось разное: нужно было отвезти подопечного в больницу, рискуя его и своим здоровьем, постоянно быть для ветеранов «ушами», потому что многие из них плохо слышат, ухаживать в круглосуточном режиме...

– На первый взгляд работа сиделки кажется легкой, но она требует физической и психологической нагрузки. И лучшая похвала от наших ветеранов – когда они просто говорят спасибо, – делится Евгения.

**Екатерина Таранова**  
 Район  
**Новые Черемушки**

# Уснула с иголкой в руке

**Когда вы носите  
 маску, вы заботитесь  
 о других**



Чтобы не подвергать риску своих подопечных, еще до начала режима самоизоляции социальный работник-сиделка Екатерина Таранова стала шить самодельные многоразовые маски.

Для пошива отыскала лекало маски по советскому ГОСТу – из хлопка, с двойным слоем. Первые маски вышли «комом», но потом стало получаться. Когда Екатерина выкроила первые 35 масок, она решила не останавливаться.

Но кроить после тяжелого трудового дня было все тяжелее. Однажды она даже уснула прямо с иголкой в руке. Но благодаря стараниям Екатерины все сиделки из ее бригады были вооружены защитными лицевыми масками еще до начала режима самоизоляции.

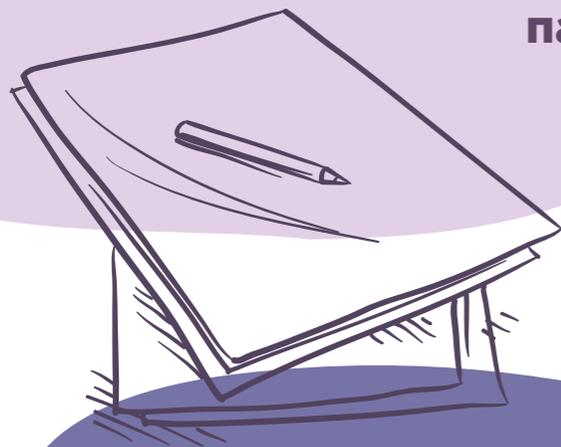
– Когда вы носите маску, вы заботитесь о других. Когда другие носят маску, они заботятся о вас, – уверена Екатерина.



**Джони Рустамова**  
 Район  
**Аэропорт**

# Джони - Молния

**Столетней дружбе  
пандемия не помеха**



Они познакомились в первом классе 93 года назад. Серьезный мальчишка и искорка-девчонка Алевтина. Потом была война, непростое время восстановления. Он стал важным ученым, а она – блистательной актрисой. Николай Васильевич Шиганов и Алевтина Степановна Лутина смогли сохранить теплую дружбу сквозь года. Но вот совместное празднование 100-летнего юбилея Николая Васильевича друзьям пришлось отложить.

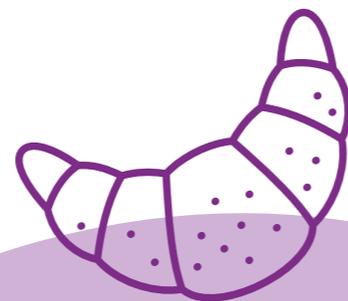
– Мы не могли поговорить по телефону, потому что трубки – никудашные, ничего не разобрать. Если бы не моя сиделка Джони, совсем было бы тихо. Она стала моим переводчиком – расшифровывает, что говорит мне Николай. Джони – как молния: все успевает. И поговорить со мной, и все сделать по хозяйству: готовит, убирает, шьет, приносит мне журналы и болтает со мной обо всем на свете, – рассказывает Алевтина Степановна.



**Марина Васкеева**  
 Район  
 Бабушкинский

# День словно праздник

**Бороться за жизнь  
 с помощью кулинарии**



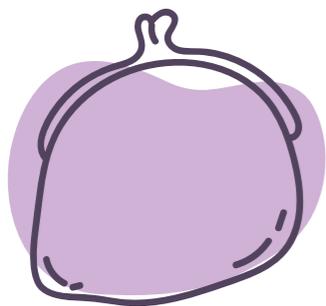
Режим вынужденной самоизоляции у Таисии Петровны Клещевой начался еще четыре года назад. Ветеран прикована к постели, страдает от деменции. Хрупкий мир ветерана все эти годы держится на руках сиделки Марины.

С началом пандемии сиделка взяла на себя все заботы по уходу за ветераном: стирка, готовка, наблюдение за самочувствием и многое другое. О коронавирусе Таисия Петровна случайно узнала из новостей и очень расстроилась. Бабушка начала стремительно терять вес.

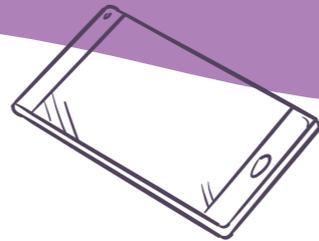
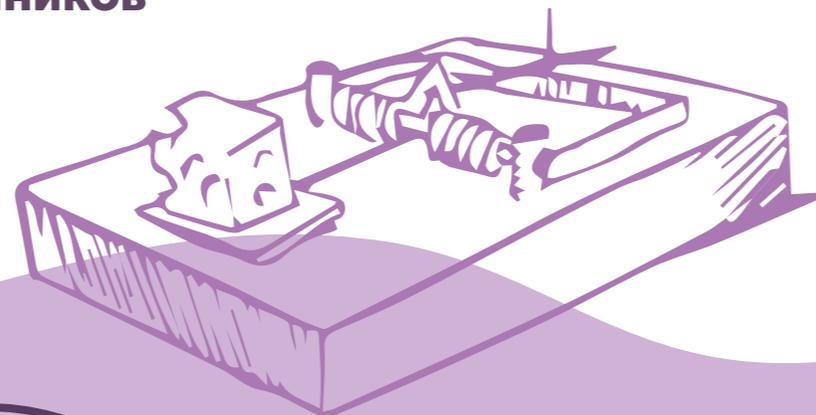
Марина вооружилась кулинарными рецептами и заняла «пищевую» оборону. На столе появлялись пирожки, булочки и кексы. Еще Марина повытаскивала из шкафов лучшие наряды Таисии Петровны и стала превращать каждый обед в своеобразный праздник. Постепенно к ветерану вернулись улыбка, хорошее настроение и интерес к жизни. А это самое главное.



# Бесплатный сыр — только в мышеловке



## Звонок остановил мошенников



90-летней Пелагее Игнатьевне Знаешевой позвонили рано утром. Голос в телефонной трубке представился соцработником и сообщил, что ей организован бесплатный массаж к Дню Победы. Звонивший попал в самое сердце ветерана. Пелагея Игнатьевна обожает массаж, но попасться на удочку мошенников ей тоже не хотелось.

Ветеран решила перепроверить новость у своих старых и проверенных друзей – сотрудников службы «Тревожная кнопка».

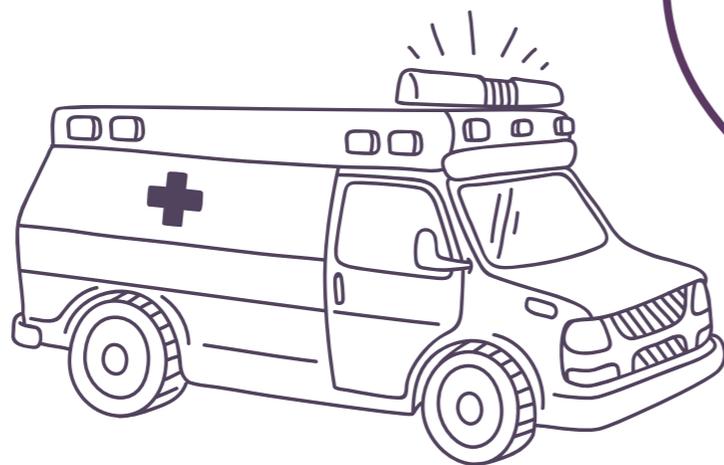
Секунда – и оператор сервиса принял вызов. Потом еще пара минут ушла на уточнение информации.

Сообщение о том, что в районе во время самоизоляции орудуют мошенники, выдающие себя за соцработников, действительно подтвердилось. Ветерана успокоили и дали четкие инструкции, чтобы она никому не открывала дверь, а в случае чего сразу же нажимала «тревожную кнопку».

**Анастасия Родионова**  
 Район  
 Строгино

# Экзамен на чуткость

**Спасатели вошли  
через балкон**



В конце апреля жизнь Антонины Максимовны Соболевой висела на волоске. Утром ей стало плохо: потемнело в глазах, она упала на пол. В это время в квартире, кроме самой Антонины Максимовны, никого не было – сиделка только направлялась к ветерану.

В эту самую минуту что-то екнуло в груди у Анастасии, ведущего специалиста Управления надомного обслуживания. Она как раз направлялась к Антонине Максимовне. Девушка набрала телефонный номер ветерана. Тишина.

Дверь была закрыта изнутри на задвижку. Анастасия позвонила в службу «Тревожная кнопка», которая вызвала МЧС. Спасатели прибыли по адресу и, оценив обстановку, решили дверь не ломать, а войти в квартиру через открытую балконную дверь. Ветеран находилась без сознания, ее привели в чувство и перенесли на диван, вызвали скорую. Спасли. Это ли не настоящее чудо?



Светлана Кулыкина  
Город  
Троицк



# На пределе сил

Десяток звонков  
на поиск врача



Во время пандемии количество вызовов врачей через «тревожную кнопку» увеличилось втрое. Диспетчеры работали на пределе. Они контролируют, чтобы нужные городские службы добрались до ветерана и оказали всю необходимую помощь. Кроме того, операторы всегда на связи с сиделками.

Однажды диспетчеру Светлане сиделка рассказала, что ее подопечной, 95-летней Евдокии Даниловне Кошелевой, врачи поставили диагноз «пневмония».

Она не могла дозвониться до поликлиники города Троицка, чтобы вызвать медиков для лечения на дому.

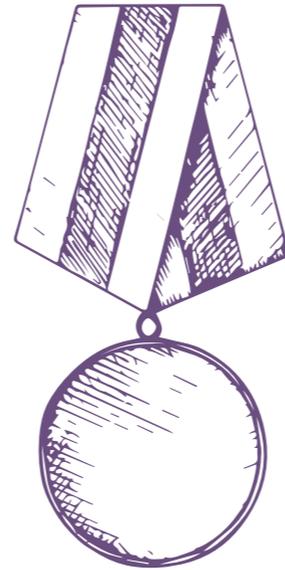
Светлана связалась с поликлиникой и оформила вызов врача. Но спустя двое суток врач так и не пришел. Светлана продолжала обзвон – ничего не помогало. В итоге обратилась к своему зав. отделением. В этот же день в 23:30 на пульт диспетчера пришло радостное сообщение от сиделки: «Врач пришел! Помощь оказана».



Джиргил Онкорова  
Район  
Восточное Измайлово

# Два месяца не видела ДОЧЬ

**Самоизоляция ради  
безопасности**



Николай Кузьмич Лебедев родился за год до Октябрьской революции. Войну встретил 25-летним парнем, участвовал почти во всех главных сражениях: оборонял Москву и Сталинград, гнал фрицев от Курска до Европы. Ранений не счесть. – Он кремень! Кузьмич никогда ни о чем никого не просит. Год назад уговорила его принять в подарок многофункциональную кровать. Долго упирался.

Долго пользовался неудобной лежанкой, ни разу не пожаловался, – говорит сиделка Джиргил.

Она личный ангел-хранитель Кузьмича – рядом с ним уже четыре года. Джиргил самостоятельно решила самоизолироваться вместе с Николаем Кузьмичом, чтобы минимизировать все риски. Целых два месяца женщина не видела свою маленькую дочку Наташеньку. Чего ей это стоило – не признается.

**Роза Хохлова**  
 Район  
**Северное Измайлово**

# Суп Долголетия

**Один секрет  
 на всех**



У каждой сиделки свои секреты, как найти подход к тому или иному ветерану. Старшая сиделка Роза использует проверенный рецепт супа шулэна.

– Это полезный горячий супчик из домашней лапши и рубленого бараньего мяса. Он очень хорошо насыщает ослабленный организм. Правда, при его приготовлении надо использовать свежие ингредиенты и качественную баранину, – рассказывает Роза.

Продукты для приготовления супа Роза покупает только у проверенных продавцов. Но с началом пандемии многие ушли с рынка, а ветераны все равно просили сиделок из бригады Хохловой приготовить им именно этот суп. Старшая сиделка не раз колесила по городу, чтобы найти действительно хорошие продукты и привезти их ветеранам.

**Мира Акматова**  
Город  
Зеленоград

# Профессия по призванию

**В гости  
с цветами  
и салатом**



Мира трудится соцработником-сиделкой почти 10 лет. По образованию она врач-терапевт, а по призванию – социальный работник.

– Быть нянечкой, сиделкой, медсестрой по призванию, а не по диплому – это прежде всего быть самой собой, помогать очень естественно, доброжелательно, не напрягаясь. Ни один диплом или учебник не научит сиделку искренне плакать вместе с подопечным, когда нужны лишь слезы сочувствия, а не активные действия. Ни один профессор не научит медсестру купать подопечного так, чтобы у него не возникло чувства неловкости, – говорит Мира.

Новости о пандемии застали Миру Акматову в отпуске. Она могла успеть съездить на родину в Калмыкию, навестить родных, но решила остаться в Москве, чтобы помогать своей Валентине Антоновне Сныткиной. В праздничный День Победы 9 мая сиделка пришла к ветерану с цветами и своим фирменным салатом «Цезарь».



**Асел Жеенбекова**  
 Район  
**Гагаринский**

# 10 часов заботы

Упорная  
и энергичная



Сиделка Асел работает с ветеранами чуть больше года. По образованию она медик. Все это время она обслуживает ветерана вооруженных сил Сергея Васильевича Бородулина.

Несколько лет назад Сергей Васильевич потерял способность к самообслуживанию. Вместе с ним проживает его жена, инвалид 2-й группы, которую с началом пандемии госпитализировали с подтвержденным «коронавирусом» в больницу.

Оставить ветерана одного, без помощи и поддержки Асел не смогла. Рискнув собственным здоровьем, сиделка по 10 часов в сутки продолжила обслуживать Сергея Васильевича, соблюдая все меры безопасности.

– Асел – очень ответственный работник. Она упорная и энергичная. Добросовестно выполняет свои должностные обязанности. Вежливая. Она всегда готова прийти на помощь другим работникам, – рассказал Сергей Васильевич.



Московский  
Дом

Светлана Басанкиева

Район  
Бутово

# Уйти нельзя остаться

**Выбор  
принимаешь  
сердцем**



Незадолго до начала пандемии Александра Ивановна Карпикова перенесла тяжелую операцию. Организм ослаб. Ветеран не вставала с постели, у нее упало зрение и ухудшился слух.

Сиделка Светлана ухаживала за ветераном с утра и до позднего вечера. По ночам за Александрой Ивановной присматривала ее родная дочь, но все изменилось с началом пандемии. Ее дочь попала в больницу с коронавирусом.

Сиделке пришлось полностью взять на себя уход за ветераном. В один из дней у ее подопечной подскочила температура. Оказалось, что ослабший после операции организм не выдержал и тоже сдался под напором вируса. При этом тест на COVID-19 у Светланы был отрицательный.

Она продолжила работу с ветераном, несмотря на высокий риск заражения. Больше месяца Светлана не отходила от постели своей подопечной. В итоге ветеран пошла на поправку.





Москва  
2020

