

ВЕСНА №1/2015

За физическое и духовное оздоровление нации

# СТРАНА *и* МЫ *вместе*

0+ Социальный информационно-аналитический журнал

**ГОРОД, КОМФОРТНЫЙ  
ДЛЯ ВСЕХ**

**ВРЕМЯ ЖИТЬ ИНТЕРЕСНО**

**У ПАРАЛИМПИЙЦЕВ —  
НОВОСЕЛЬЕ**

**МУЗЫ НЕ МОЛЧАЛИ**

**ХАСКИ В ГОСТЯХ  
У МОСКОВСКИХ РЕБЯТ**





*Мир, равный для всех*





# Поклонимся великим тест годам!

Совсем немного времени отделяет нас от того дня, когда все мы будем отмечать историческую дату — 70-летие Победы в Великой Отечественной войне.

Это праздник всей страны и каждого из нас. Он и государственный, и очень личный: трудно найти семью, которую та война обошла стороной.

Снова мы услышим идущие от сердца слова: «Спасибо деду за Победу!». Они обращены и ко всему поколению воевавших, и к вполне конкретному ветерану от конкретного внука. Читается в них и особый подтекст: нынешнее, третье поколение, выросшее без войны, не забывает традиций, связывающих победителей и тех, кто пришел им на смену.

Они всегда с нами — кто вернулся с войны и кто навсегда остался на поле боя.

**Будем достойны их подвига!**

**Будем любить и беречь землю, за свободу которой 70 лет назад было заплачено ценой миллионов жизней!**





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: сегодня у этого московского мальчика появился новый друг (см. стр. 12)

**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 3500 экз.

**Отпечатано**  
ООО «Периодика»



5



12



16



22



МОСКВА — ИНВАЛИДАМ	
Школы разные нужны	5
Город, комфортный для всех	8
ДЕТИ	
Хаски в гостях у московских ребят	12
СУДЬБЫ ЛЮДСКИЕ	
Королева красоты	16
ТРЕТИЙ ВОЗРАСТ	
Время жить интересно	22
ЮБИЛЕИ	
Рыцарь Веселого образа	28
Этапы большого пути	32
К 70-ЛЕТИЮ ВЕЛИКОЙ ПОБЕДЫ	
Небом призванный	34
Музы не молчали	36
ПАМЯТЬ	
Сердце, открытое людям	38
МИЛОСЕРДИЕ	
Родительский долг	40
СПОРТ	
У паралимпийцев — новоселье	48
ЭКОЛОГИЯ ДУШИ	
На консультации у психолога	56
ЧУДОТВОРНАЯ	
Икона Божией Матери «Скоропослушница»	60
СВЯТЫНИ РОССИИ	
Спасо-Прилуцкий мужской монастырь	62
ВЕСТИ ИЗ РЕГИОНОВ	66
КАК У НИХ	68
ЛИТЕРАТУРНАЯ ГОСТИНАЯ	70
ОКНО В МИР	
Красноярские столбы	76
ЗДОРОВЬЕ	
Советует Аюрведа	82



28



40



48



76

*Если крикнет рать святая:  
«Кинь ты Русь, живи в раю!»,  
Я скажу: «Не надо рая,  
Дайте родину мою».*

*Сергей Есенин*





Министерство образования и науки  
Российской Федерации

## Приняты новые стандарты образования детей с ограниченными возможностями здоровья. Они вступят в силу с 1 сентября 2016 года, и это существенно расширит доступность образовательных услуг для детей-инвалидов.

Особые дети в процессе обучения в школе нуждаются в специальной комплексной помощи — психолога, медика, педагога. Их воспитание и обучение требует дополнительных условий. При работе с такими детьми педагоги опираются на адаптированные образовательные и коррекционно-развивающие программы, которые позволяют обеспечить социализацию ребенка. Внедрение новых стандартов позволит получить доступное качественное образование детям с инвалидностью и детям с ограниченными возможностями здоровья, в том числе в условиях инклюзивного образования. Достижению этой цели также способствует реализация государственной программы «Доступная среда».

В разработке новых стандартов, наряду с Министерством образования и науки РФ, принимали участие ведущие вузы, занимающиеся инклюзией, — Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (Санкт-Петербург), Московский городской психолого-педагогический университет, а также специалисты средней школы.

Сегодня в качестве пилотных проектов это новшество внедряется в столице и ряде регионов России.

Новые стандарты предполагают коренные перемены во всей системе среднего образования, позволяющие каждой школе повернуться лицом к ребенку с инвалидностью. В основе новых стандартов — индивидуальная работа с подопечным. Уже созданы и апробируются несколько программ, ориентированных на детей с разными формами инвалидности. Особо решаются

проблемы, связанные с подготовкой учителей и психологов для работы в новых условиях. Станет реальным институт тьюторов — помощников детей в учебном процессе. И, что очень существенно, к работе будут активно привлекать родителей.

В 3345 общеобразовательных школах Российской Федерации уже были созданы условия для инклюзивного образования детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов.

В начале 2015 года к ним присоединились еще 2600 школ, где обеспечены условия для получения детьми с инвалидностью доступного качественного образования на условиях инклюзии.

Правительством Российской Федерации принято распоряжение о предоставлении субъектам РФ субсидий на проведение мероприятий по формированию сети базовых общеобразовательных организаций, в которых будут созданы условия для инклюзивного обучения детей-инвалидов.

С 1 сентября 2014 года начался экспериментальный переход на федеральные государственные стандарты образования детей с ограниченными возможностями здоровья 124 образовательных организаций из 24 субъектов РФ.

Познакомиться с новыми стандартами можно на специально созданном информационном ресурсе <http://fgos-ovz.herzen.spb.ru/>. На портале также размещена информация об основных образовательных программах для детей с ограниченными возможностями здоровья.





Недавно состоявшееся заседание Координационного совета по делам инвалидов и других лиц с ограничениями жизнедеятельности при мэре Москвы было посвящено проблеме, которую можно определить так: от особых образовательных потребностей — к равным образовательным возможностям. Речь шла о доступности образовательных услуг для детей с ограниченными возможностями здоровья.

## ШКОЛЫ РАЗНЫЕ НУЖНЫ



О масштабах проблемы, которая обсуждалась на заседании Координационного совета, говорит такая цифра: в Москве сегодня проживают 35 418 детей-инвалидов: слепых и слабовидящих, глухих и слабослышащих, с патологиями опорно-двигательного аппарата, с ДЦП и отставанием в развитии. Каждый из них, вступив в школьный возраст, должен иметь доступ к необходимому ему образовательным услугам.

Сегодня для этого существуют два пути: специальное (коррекционное) образование и инклюзия. Первое имеет большой опыт работы и свои сложившиеся традиции, инклюзивное образование появилось сравнительно недавно, но отвечает духу времени, когда мы говорим о равных возможностях для всех. Чему стоит отдать предпочтение, и с чем мы связываем будущее образования для детей-инвалидов?

На заседании Координационного совета свою позицию по этой проблеме высказал заместитель мэра в Правительстве Москвы по вопросам социального развития Л.М. Печатников. Он отметил:

— Политика Москвы и, в частности, Московского правительства соответствует общемировой, признающей приоритет инклюзивного образования. Там,

где можно проводить образование в инклюзиве, мы будем стремиться это делать, потому что мировая практика показала, что это и есть самый эффективный путь. Речь идет о том, что мы не только лучше в этой ситуации образовываем детей с ограниченными возможностями здоровья. Самое главное, что при этом морально лучше воспитываются дети, особенно здоровые. Это очень важно для нас. Появление в классе ребенка с ограниченными возможностями здоровья, особенно с первого класса, совершенно меняет ситуацию с другими детьми, чтобы у здоровых детей не было ограниченных возможностей по морали. И вот это гораздо важнее для нас. Поэтому инклюзивное образование — это то, о чем мы говорим в первую очередь. Но, безусловно, есть дети, которым нужно создавать специальные образовательные условия. И мы видим, что у нас не исчезают коррекционные школы. А те из них, которые становятся частью образовательных комплексов, сохраняются в них как классы.

Лучшим подтверждением справедливости этих слов стал тот факт, что само заседание Координационного совета проходило в стенах общеобразовательной



школы-интерната для слепых обучающихся № 1. Это одно из старейших и одно из лучших в России коррекционных образовательных учреждений, где сегодня 283 школьника с инвалидностью по зрению получают среднее образование, соответствующее всем государственным стандартам. Со своим аттестатом значительная часть выпускников поступает в высшие учебные заведения. Но чтобы добиться такого результата, обучение многих детей с инвалидностью, кроме решения чисто образовательных задач, предполагает еще активную реабилитацию и социальную адапта-



Общеобразовательная школа-интернат для слепых обучающихся № 1. Фото: Юлия Генариева

цию. Успех этой работы — путевка в самостоятельную жизнь. Именно с этой целью в 2014 году ряд столичных образовательных учреждений, а также коррекционных школ и школ-интернатов были переданы в подчинение Департамента социальной защиты населения города Москвы.

— У нас было довольно много споров, — сказал на заседании Координационного совета Л.М. Печатников, — почему мы передали школы от Департамента образования Департаменту социальной защиты населения города Москвы, но за то время, которое прошло с момента этой передачи, очевидные плюсы этого решения были оценены всеми, в том числе и самими педагогами, а школы существенно улучшили свою материальную базу.

Итак, что сегодня столичная система образования может предоставить детям-инвалидам? Вот какие цифры и факты приводились на заседании Координационного совета.

В учебных организациях, подведомственных Департаменту образования, обучается 20524 ребенка с ограниченными возможностями здоровья, — в системе дошкольного и общего образования, в том числе по адаптированным программам, а также в учебных заведениях среднего профессионального образования.

Для 2000 детей-инвалидов, находящихся в течение длительного времени в больницах, учебный процесс организован непосредственно в стационарах. Инклюзивные практики реализуют 316 образовательных организаций, в которых занимаются 8654 школьника с инвалидностью.

Городская система коррекционного образования — это 41 образовательное учреждение, где обучаются 4877 детей-инвалидов. При желании можно воспользоваться также надомной формой получения знаний с использованием дистанционных технологий.

Если говорить о профессиональной подготовке, для инвалидов доступны 75 профессиональных образовательных организаций, где сейчас обучаются 1878 подростков с ограниченными возможностями здоровья.

В 80% колледжей созданы специальные условия для особых ребят. Это инклюзивное обучение, группы коррекционно-развивающего обучения, используются дистанционные образовательные технологии.

В системе социальной защиты населения функционируют 5 реабилитационно-образовательных учреждений, принявших 1120 детей-инвалидов. Еще 790 ребят по адаптивным программам и программам общего образования обучаются в учреждениях, переданных Департаменту социальной защиты населения города Москвы в прошлом году.



Что очень важно, повсеместно созданы условия для занятий по адаптированным программам и коррекционной работы с учетом особенностей каждого ребенка. Для этого используются специальные образовательные программы и методы обучения и воспитания; специальные учебники, пособия и дидактические материалы, а также специальные технические средства. В случае необходимости предоставляются услуги ассистента (помощника), оказывающего ребенку необходимую поддержку. В классах проводятся групповые и индивидуальные коррекционные занятия. И, конечно, обеспечен доступ в здания, где проходят занятия.

Участники заседания познакомились с конкретным опытом организации образовательного процесса для инвалидов.

Депутат Государственной Думы, председатель правления региональной общественной организации инвалидов «Стратегия» В.А. Крупеников рассказал о деятельности созданного в этой организации Московского центра компьютерных технологий для инвалидов. «Стратегия», работая в контакте с факультетом вычислительной математики и кибернетики МГУ, разработала и внедрила около 30 различных учебных курсов для инвалидов с использованием современных информационных технологий. Более того, здесь занимаются трудоустройством своих выпускников по полученной специальности.

Директор школы-интерната для слепых обучающихся № 1 И.В. Вишневский познакомил с опытом обучения детей с инвалидностью по зрению.

С информацией о выполнении ранее принятых Координационным советом решений выступила заместитель руководителя Департамента социальной защиты населения города Москвы Л.В. Митрюк.

— За последние 4 года, — сообщила она, — было проведено 6 заседаний, заслушано 13 тематических вопросов, дано 58 поручений. В основном, они касались трудоустройства инвалидов, адаптации городской среды, государственной поддержки общественных объединений инвалидов.

В заключение члены совета, представители общественных организаций инвалидов высказали ряд предложений, с которыми не мог не согласиться ведущий заседание Л.М. Печатников. Например, почему бы не узаконить эвакуацию со стоянки автомобиля, который занял место, отведенное для инвалида?

На заседании от представителей общественных организаций инвалидов не раз звучала фраза: ничего для нас без нас. Участие в работе Координационного совета дает им реальную возможность влиять на решение проблем, касающихся людей с ограниченными возможностями здоровья.



Инклюзивное образование в Московской школе № 2077





# ГОРОД, КОМФОРТНЫЙ ДЛЯ ВСЕХ



Сделать Москву городом, удобным для всех жителей, в том числе и инвалидов, — такую глобальную задачу решают сегодня столица и ее власти.

Что для этого уже сделано, делается сегодня и будет сделано в ближайшие годы? Так мы определили тему интервью, которое нашему журналу дал руководитель Департамента социальной защиты населения города Москвы, министр Правительства Москвы Владимир Аршакович Петросян.

**— Сколько сегодня в столице инвалидов, и какие приоритеты в решении их проблем вы считаете основными?**

— Московские инвалиды — это один миллион двести тысяч жителей столицы. Среди них взрослые и дети, слабовидящие и слепые, глухие и слабослышащие, лица с нарушениями опорно-двигательной системы и диагнозом ДЦП, с ментальными нарушениями. Для их поддержки в Москве реализуется специальная подпрограмма «Социальная интеграция и формирование безбарьерной среды для инвалидов и других маломобильных групп населения». Только в 2014 году ее бюджет составил 31,8 млрд рублей. Если говорить о приоритетах, то я бы назвал следующие: повышение качества и вариантности оказания реабилитационных

услуг, создание оптимальных условий для занятости инвалидов, эффективное обеспечение их техническими средствами реабилитации, адаптация городской среды.

**— Вы назвали число инвалидов, проживающих в Москве. Если сравнить эту цифру с предыдущими годами, есть ли какая-то динамика?**

— Цифра стабильна. С одной стороны, это вроде бы неплохо. Но лично меня это не особенно радует, поскольку из года в год мы говорим о реабилитации инвалидов, в это вкладываются значительные средства, решением проблемы вместе с нами занимаются Департаменты образования и здравоохранения, но, несмотря на все наши усилия, число инвалидов в Москве не уменьшается. Причины я вижу и в неблагоприятных экологических условиях, и в специфике жизни в мегаполисе, создающей для человека дополнительные проблемы, например, стрессовые ситуации.

Особенно беспокоят дети. У нас растет число детей-инвалидов. Сегодня мы совместно с Департаментом здравоохранения нарабатываем определенные методики, которые позволяют изучить причины инвалидизации детей с раннего возраста до совершеннолетия, что, мы надеемся, поможет активно вмешиваться в этот процесс, используя возможности медицины, здравоохранения и системы социальной защиты населения.

**— Если взять проблему «инвалид в городе», что в ее решении вы считаете главным?**

— Создание безбарьерной среды. Тут я хотел бы подчеркнуть, что, когда мы говорим о безбарьерной среде, мы имеем в виду ее доступность не только для инвалидов, но и для детей, граждан пожилого возраста, мам с детскими колясками, людей с временными травмами. В широком смысле — всех москвичей. Наша цель — универсальная доступность в городе, создание комфортных условий для всех его жителей. Решение этой проблемы требует времени, сегодня нерешенных вопросов еще немало, но при этом нельзя не видеть, как много делается и уже сделано.

Хотел бы отметить, что неправильно понимать доступность лишь как создание безбарьерной среды. Когда мы говорим о доступности, мы имеем в виду еще и доступность образования, получения рабочего места, медицинских услуг, то есть тех областей социальной сферы, которые доступны людям без инвалидности.



**— Ваш Департамент не стоит в стороне ни от одной из этих проблем, хотя степень вашего участия в решении каждой из них неодинакова. Начнем с образования. Какая роль отводится Департаменту в решении проблем образования инвалидов?**

— Получение образования — одна из основных составляющих успешной, полноценной жизни любого человека, в том числе и с инвалидностью. Мы исходим из того, что образовательный процесс для инвалида должен быть непрерывным — от школы до высшего учебного заведения.

В 2013 году из системы образования города Москвы в государственную систему социальной защиты были переданы десять образовательных учреждений. Это коррекционные школы, санаторные лесные школы, школы-интернаты для детей с ограничениями здоровья, колледж по подготовке социальных работников. Сейчас все они реорганизованы. Цель — создание единого реабилитационного пространства, повышение эффективности предоставления реабилитационных услуг.

Так, создано учреждение нового типа — Комплексный реабилитационно-образовательный центр для инвалидов с нарушениями опорно-двигательной системы и проблемами психоневрологического профиля. Для профессиональной ориентации и профессионального обучения молодых инвалидов с ментальными нарушениями с первого сентября 2014 года к Научно-практическому реабилитационному центру для инвалидов присоединен Центр трудовой адаптации и профориентации, что стало ступенью к созданию единой городской площадки интеграционных мастерских.

После завершения реорганизации в составе Департамента социальной защиты населения будет пять реабилитационно-образовательных организаций: Комплексный реабилитационно-образовательный центр, общеобразовательная школа-интернат № 1 для слепых детей и три санаторно-лесные школы-интерната. Обучение в реабилитационных учреждениях проводится с учетом заключения врачебной комиссии и рекомендаций психолого-медико-педагогической комиссии. Всего у нас получают образование 1120 учащихся и делают это успешно. Мне приятно отметить, что уже в прошлом году наши дети хорошо сдали ЕГЭ.

**— Понятно, что образование «особых» детей требует создания необходимых для этого условий. Как решается эта проблема?**

— В первую очередь встает задача обеспечить беспрепятственный доступ детей в здание школы. В наших образовательных учреждениях она полностью решена. В них также оборудованы специальные кабинеты: медицинские, психологов, логопедов, дефектологов, а также трудовые мастерские и физкультурные залы.

При организации образования детей-инвалидов используется технология индивидуального учебного плана. Образовательные учреждения оснащены специальными учебниками и учебными пособиями, развивается спектр услуг по реабилитации: арт-терапия, музыкотерапия. Все дети, независимо от степени и характера инвалидности, участвуют в культурно-развлекательных, спортивно-оздоровительных мероприятиях.

Завершая ответ на этот вопрос, хотел бы отметить, что переход учреждений из системы образования в систему социальной защиты населения позволил не только сохранить в полном объеме образовательные услуги, но и существенно расширить комплексную социальную реабилитацию детей.

**— Отдельный вопрос о высшем образовании инвалидов. Насколько оно доступно им сегодня?**

— С сожалением должен отметить, что высшее образование сегодня в меньшей степени доступно инвалидам. Первая из преград, с которой сталкивается такой абитуриент, — доступность самого здания вуза. Дальше программы обучения, подготовка преподавательского состава. По нашим данным, сегодня доступность для инвалидов обеспечена только в шести вузах столицы. Так что тут непочатый край работы. Работы необходимой, так как среди инвалидов немало молодых людей, которые хотят получить высшее образование.

**— Получение образования, общего и профессионального, предполагает, что человек в дальнейшем будет трудоустроен. Насколько сегодня работа доступна инвалиду?**

— Наши инвалиды не хотят быть иждивенцами. Они не только стремятся получить знания, но и хотят иметь возможность применить их на практике. Сегодня мы говорим о том, что необходимо дать инвалиду работу, позволяющую ему содержать себя и свою семью. Статистика свидетельствует: из 150 тысяч московских инвалидов, которым показан труд, имеют работу (по данным на конец 2014 года) только 105 тысяч. В ближайшие годы эта цифра должна вырасти, предусмотрено ежегодно создавать 2,5 тыс. дополнительных рабочих мест для трудоустройства инвалидов.

Но за приведенными мной цифрами стоит еще одна проблема. Очень часто инвалиду предлагают малоквалифицированную, малопрестижную работу, не соответствующую уровню его профессиональной подготовки. И человек вынужден на это соглашаться, потому что выбора у него нет. Многие работодатели настроены скептически по отношению к инвалидам, мы работали и продолжаем работать с ними и надеемся на их понимание. Определенные перспективы мы связываем с квотированием рабочих мест.



По итогам решений, принятых на заседаниях Координационного совета по делам инвалидов при мэре Москвы, инвалидам предоставляются рабочие места в органах исполнительной власти города. Сегодня здесь их трудится более 12,5 тыс. человек, в том числе в системе социальной защиты населения более 1,5 тыс.

**— Одно из основных направлений работы Департамента — реабилитация людей с инвалидностью. Этим вы занимаетесь давно и успешно, используя самые новые методики и технологии. Каковы масштабы этой работы сегодня, и какие планы на ближайшее будущее?**

— Правительством Москвы поставлена задача — к 2016 году охватить реабилитационными услугами 90% инвалидов, имеющих в индивидуальных программах реабилитации показания к социальной реабилитации. Над решением этой задачи в системе социальной защиты населения города Москвы работают восемь центров социальной реабилитации инвалидов, 87 реабилитационных отделений при территориальных центрах социального обслуживания и социально-реабилитационных центрах для несовершеннолетних. Мы стремимся максимально приблизить реабилитационные услуги к месту проживания инвалида. Сегодня у инвалида много возможностей для их получения — в стационаре и в нестационарной форме, на дому и на специально созданных площадках мобильной службы реабилитации.

В уже существующей сети реабилитационных учреждений определены семь экспериментальных площадок, на которых отрабатываются современные методы и технологии работы с отдельными категориями инвалидов. Для внедрения в практику современных технологий и методик создаются многопрофильные комплексы, такие как, например, Московский научно-практический центр реабилитационных технологий. В таком центре можно предоставлять реабилитационные услуги всем инвалидам независимо от возраста, имеющим ограничения в передвижении, и одновременно реализовывать образовательные программы.

В Научно-практическом центре медико-социальной реабилитации инвалидов открыто отделение для детей-инвалидов, в том числе со службой ранней помощи для малышей от одного года до четырех лет. Научно-практический реабилитационный центр для инвалидов не только осуществляет стационарное социальное обслуживание граждан, страдающих психическими расстройствами, но и имеет свой учебный центр, где 334 инвалида получают профессиональное образование.

Я назвал далеко не все наши учреждения. Но, думаю, перечисленных мной достаточно, чтобы убедиться, насколько серьезно, глубоко, многопланово, на самом

современном уровне ведется реабилитация московских инвалидов.

Нашим инвалидам доступна и реабилитация в зарубежных учреждениях. География постоянно расширяется. Сегодня наши инвалиды реабилитируются в здравницах Словении, Израиля, Кипра, Словакии, Венгрии. В 2014 году на это было выделено из бюджета города около 500 млн рублей.

По поручению мэра Москвы С.С. Собянина Департаментом были впервые проведены комплексные обследования условий жизни 145 тысяч инвалидов первой группы и 34 тысяч семей, воспитывающих детей-инвалидов. На основании полученных данных на каждого инвалида заведен электронный социальный паспорт и ведется персональная работа по удовлетворению индивидуальной нужды.

**— Когда мы говорим о городе для всех, то предполагается, что инвалид может выйти из своей квартиры, своего дома. Пройти или проехать по городу, попасть в нужное ему здание... Речь идет о безбарьерной среде. Много ли еще сегодня таких барьеров?**

— Создание в столице безбарьерной среды — проблема глобальная, и мы решаем ее. Эта работа ведется в рамках государственной программы «Социальная поддержка жителей города Москвы на 2012-2018 годы». На эти цели только в 2014 году было выделено 1,5 млрд рублей городских бюджетных средств. Сегодня около 80% городских социально значимых объектов полностью или частично приспособлены для инвалидов.

Департамент социальной защиты населения продолжает выполнение проекта по установке в квартирах лиц с тяжелыми ограничениями в передвижении потолочной системы, позволяющей перемещаться по квартире. В жилых домах ряда серий, где имеется для этого техническая возможность, устанавливаются стационарные подъемные платформы. 107 таких платформ установлены только в 2014 году. В настоящее время по заявлениям инвалидов необходимо установить платформы еще по 1100 адресам. Сделать это только за счет городского бюджета не представляется возможным. Департамент обратился с просьбой рассмотреть возможность выделения городу Москве субсидии из федерального бюджета в рамках государственной программы Российской Федерации «Доступная среда» на 2011-2015 гг. на реализацию в столице мероприятий по установке в подъездах жилых домов 500 подъемных платформ для инвалидов.

Теперь о транспортной доступности. В ходе реализации государственной программы города Москвы «Развитие транспортной системы на 2012-2016 годы» у нас покупаются только низкопольные автобусы. Сейчас они



составляют более 70% от всего парка. Среди троллейбусов таких 58%, среди трамваев — 10%. Продолжаются работы по приспособлению метро. Московский метрополитен приобретает составы, оборудованные в головных вагонах местами для проезда пассажиров в инвалидных колясках, устройствами визуальной информации для слабослышащих, световой и тональной сигнализацией закрытия дверей.

27 станций метро оснащены лифтами, 39 — тактильными ограничительными линиями, 179 станций имеют систему звукового оповещения слепых о прибытии поезда.

#### — Участвуют ли сами инвалиды, их общественные организации в решении их проблем?

— Конечно. Для координации деятельности общественных организаций инвалидов, федеральных органов исполнительной власти, органов исполнительной власти города Москвы в решении проблем инвалидов создан Координационный совет по делам инвалидов и других лиц с ограничениями жизнедеятельности при мэре Москвы. В его состав вошли представители общественных организаций инвалидов. На заседаниях Совета они имеют возможность высказать свое мнение, свое отношение к обсуждаемым проблемам. Работа Координационного совета позволяет своевременно выявлять актуальные проблемы инвалидов, оперативно на них реагировать, координировать деятельность органов исполнительной власти по их решению, а также контролировать, как реализуются мероприятия по социальной интеграции инвалидов. При нашем Департаменте также работают общественные советы: родителей, воспитывающих детей-инвалидов; родителей с инвалидностью, воспитывающих несовершеннолетних детей; общественный совет молодых инвалидов «18+». Советы являются одними из основных консультативных органов, которые активно и плодотворно участвуют в формировании социальной политики, проводимой Правительством Москвы.

Есть у нас также общественная инспекция по делам инвалидов, которая участвует в проведении экспертизы объектов городской инфраструктуры на их соответствие требованиям доступности. Инспекцией проверены 1124 объекта, из них тринадцать — по заданию Департамента.

— **Владимир Аршакович, спасибо за обстоятельные ответы. Ваше интервью убеждает, что Москва реально приближается к тому дню, когда о ней можно будет сказать: это город, комфортный для всех.**

*Подготовила Надежда Протасова*



## МОСКОВСКИЙ ПОРТАЛ ГОСУДАРСТВЕННЫХ УСЛУГ

Московский портал госуслуг становится все более востребованным у жителей столицы. Он предоставляет информацию о 285 государственных услугах, в электронном виде доступны 120 сервисов. Наиболее востребованы у москвичей электронные услуги в сфере ЖКХ. Так, в 2014 году было зафиксировано свыше 17 млн обращений к сервису приема показаний приборов учета воды. Также в десятку наиболее популярных услуг входит передача показаний счетчиков электроэнергии — этим сервисом горожане воспользовались 3,6 млн раз.

Общая сумма проведенных платежей через московский портал госуслуг по итогам 2014 года составила около 2,2 млрд рублей. Москвичи совершили более 600 тыс. транзакций, при этом основной объем средств пришелся на оплату ЖКУ. Также через портал было оформлено 840 тыс. единых платежных документов.

Возросло число обращений за электронными услугами в сфере образования, особенно после того как в систему московского портала госуслуг был интегрирован электронный дневник школьника. К концу года столичные родители воспользовались возможностью доступа к информации об успеваемости своих детей свыше 4,8 млн раз.

Более 175 тыс. детей были записаны в детские сады через [rgu.mos.ru](http://rgu.mos.ru). А 15 декабря 2014 года на портале уже в четвертый раз стартовала кампания по записи в первый класс на следующий учебный год. Только за первые сутки было подано свыше 20 тыс. заявлений в электронном виде. В свою очередь, для старшеклассников одной из самых актуальных услуг в этом году стал доступ к результатам ЕГЭ и ОГЭ — было зафиксировано свыше миллиона обращений к сервису.

Через московский портал госуслуг также было совершено 3,5 млн записей к врачам. А проверкой и оплатой штрафов жители города воспользовались 1,8 млн раз.

В конце 2014 года на [rgu.mos.ru](http://rgu.mos.ru) был запущен новый электронный сервис — онлайн-запись на консультацию к специалистам Пенсионного фонда России, которые ведут прием граждан в 16 МФЦ. Услуги, связанные с оформлением пенсий, пособий и выплат, являются наиболее востребованными в столичных многофункциональных центрах.



В столичном парке «Сокольники» прошла реабилитационно-образовательная программа для учащихся коррекционных школ и молодых людей с ограниченными возможностями здоровья «По пути с хаски».

# ХАСКИ В ГОСТЯХ У МОСКОВСКИХ РЕБЯТ

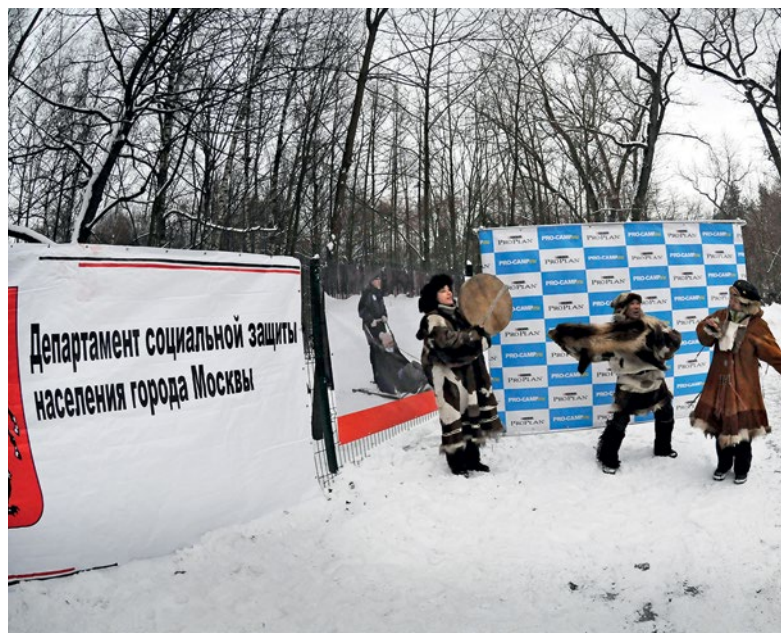
Программа эта проходит в столице уже во второй раз. Она проводится клубом «Приключение» известных путешественников Дмитрия и Матвея Шпаро при поддержке Департамента социальной защиты населения города Москвы, Департаментов образования и культуры города Москвы. Партнером мероприятия выступил производитель кормов для домашних животных «Нестле Пурина».

Общение с животными для детей с ограниченными возможностями здоровья имеет особое значение. Братья наши меньшие щедро дарят им любовь, учат доброте и взаимопониманию, помогают почувствовать себя полноценным членом общества. Собаке отводится в этом далеко не последняя роль, недаром ее называют другом человека. Эти умные дружелюбные животные способны создать настоящий праздник для детей, которым важно почувствовать душевное тепло, понимание и заботу. Не случайно канистерапия, использующая этих четвероногих в целях реабилитации, сегодня признана во всем мире. Этим целям служит и программа «По пути с хаски».

На сей раз в гости к московским ребятам приехали в гости тридцать голубоглазых хаски из Карелии. Там они постоянно живут в детском спортивно-оздоровительном лагере «Большое приключение» и трудятся «терапевтами», поскольку именно эти собаки обладают особыми способностями к общению с ребятами. Добрые и уравновешенные хаски не имеют привязанности к конкретному хозяину, они любят всех людей, поэтому проблем при общении детей с ними не возникает и возникнуть не может.

Детский спортивно-оздоровительный лагерь открылся в Карелии в 2000 году, а с 2008 года в его питомнике поселились хаски, которые вместе с детьми принимают участие в походах: летом — в пеших путешествиях, зимой — на лыжах и собачьих упряжках. Сначала их было всего две, а сейчас шестьдесят четвероногих тружеников несут в лагере свою круглогодичную вахту.

Для походов ограничений нет. В них принимают участие слабовидящие и слабослышащие дети, ребята с отставанием в развитии и даже с легкой формой







ДЦП. Забавно видеть, как отважно идет с рюкзаком за плечами юный турист, а рядом с ним преданная ему собака, тоже с маленьким рюкзачком, в котором ее миска и небольшой запас корма.

Поход — итоговый этап пребывания в лагере. Ему предшествует тщательная подготовка, когда дети учатся собирать рюкзаки, ставить палатку, готовить пищу.

Кроме того, каждый выбирает себе четвероногого напарника, который поведет его в походе, занимается с ним, кормит, играет. В общем, оба привыкают друг к другу. В походе, который продолжается 5-7 дней, все приобретенные навыки используются на практике.

Среди приезжающих в лагерь много москвичей. Нужно ли говорить, сколько радости, ярких впечатлений привозят они домой.

И вот возникла мысль: а почему бы хаски не приехать самим в гости к москвичам?

Так два года назад родилась программа «По пути с хаски».

Хаски не приучены жить в большом городе. Поэтому гостеприимные хозяева искали и нашли для них место в столице, где есть и лес, и простор, позволяющий пробежаться. Это — территория парка «Сокольники». Хаски хорошо перенесли путешествие из Карелии в

Москву, быстро обжились на новом месте, и вот наступил торжественный момент открытия программы с их участием.

Приветствовать собравшихся на этот праздник пришли почетные гости.

— За десять дней работы программы, — сказал Уполномоченный при Президенте Российской Федерации по правам ребенка Павел Астахов, — здесь побывают 500 ребятишек, которые смогут пообщаться с собаками, прикоснуться к жизни лагеря «Большое приключение». Более преданную и умную собаку, чем хаски, трудно найти. Общение ребенка-инвалида с таким другом — одна из самых лучших терапий. И это запомнится ему на всю жизнь.

— У Департамента социальной защиты населения города Москвы это не единственный проект с клубом «Приключение», — сообщила заместитель руководителя Департамента Людмила Митрюк. — Эти проекты направлены на реабилитацию детей-инвалидов. Департамент оказывает программе «По пути с хаски» финансовую поддержку, а также приглашает сюда детей из подведомственных психоневрологических интернатов, детских домов, коррекционных школ. Сегодня это один из проектов, которые пользуются спросом как у родителей, так и у детей, и его нужно развивать.





А между тем сани с собачьими упряжками уже ждали ребят, хаски были готовы отправиться в путь, а дети с нетерпением ожидали, когда можно будет прокатиться с собачьей упряжкой.

И вот наступил этот момент. Первая шестерка собак срывается с места и уносится в глубь леса. За ней вторая, третья... Хаски — собаки ездовые, движение — это их жизнь, их радость, которой они в этот день щедро делились с юными москвичами.

Но не будем забывать, что программа «По пути с хаски» — реабилитационно-образовательная. Поэтому всех ее участников ждали еще занятия по освоению азоров туризма и работы с ездовыми собаками. Им предстояло узнать историю породы «хаски», научиться делать волшебные талисманы, ориентироваться на местности, постичь историю покорения Северного полюса, открыть свой собственный полюс. И, конечно, всех ждала радость от непосредственного общения с животными.

Каждый из десяти дней программы был наполнен для ребят интересными занятиями и удивительными открытиями. Вот и сегодняшний надолго запомнится Жене Ермилову и Насте Самохиной.

— Все прекрасно, — едва справляется со своими эмоциями Женя. — Мне больше всего понравилось, как мы искали свой Северный полюс и нашли его. И еще, конечно, катание на собаках.

— Собаки очень хорошие, их можно погладить, — продолжает разговор Настя. — Мы с ними гуляли по лесу.

У обоих ребят уже появились свои друзья-хаски: у Жени — Фугас, у Насти — Арно.

Не исключено, что кто-то из ребят — участников программы «По пути с хаски» в недалеком будущем нанесет ответный визит своим новым друзьям: поедет отдохнуть в Карелию, в лагерь «Большое приключение».

*Н. Надеждина*









В декабре 2012 года на конкурсе «Мисс мира» среди девушек на колясках, проходившем в Италии, победительницей и обладательницей титула Всемирная королева красоты стала россиянка Ксения Безуглова.

# Королева красоты



**Б**удущая «королева» родилась в городе Ленинск-Кузнецкий Кемеровской области. Родители были геологами. Когда ей исполнился год, семья переехала жить в Приморье, в село Волно-Надеждинское.

Как она вспоминает, в ее школе были самые лучшие учителя, дружный класс, с которым она до сих пор поддерживает отношения. А родители привили ей любовь к уникальной природе Приморья и его людям. После школы поступила в Современную гуманитарную академию во Владивостоке по специальности «менеджмент». Окончив ее, работала в рекламной службе журнала «Дорогое удовольствие». Во Владивостоке познакомилась с будущим мужем, а предложение руки и сердца — одно из самых ярких воспоминаний в жизни Ксении.

Она возвращалась с занятий по йоге, а ее молодой человек Алексей должен был встречать любимую на их обычном месте. Но его не было, а вместо него стояла лошадь, запряженная в карету, из которой вышел настоящий паж.

Он усадил Ксению в карету, привез на площадь, надел на нее корону. Алексей появился неожиданно: он ехал верхом на белом коне, хотя до этого никогда к лошади не приближался. И как после такой сказки можно отказаться выходить за него замуж!

Вскоре молодая семья переехала из Приморья в Москву. Здесь Ксения училась по президентской про-

грамме подготовки управленческих кадров в Российском экономическом университете им. Плеханова.

Было традицией приезжать на родину в годовщину свадьбы. В тот раз молодые с друзьями отдыхали в селе Андреевка, в палатках у моря. Во время одной из поездок водитель не справился с управлением. Машина перевернулась несколько раз... Ксения поняла, что сломан позвоночник, сразу же, еще до того как врачи поставили неутешительный диагноз.

Найти силы жить и радоваться жизни помог, в первую очередь, ее «рыцарь на белом коне», ее вера в мужа и их любовь.

Первое время после аварии он не отходил от нее ни на шаг. Ухаживал, можно сказать, что носил на руках. Каждый день навещали друзья, из Москвы приходили посылки с письмами, иконами.

А в это время мысли пострадавшей были заняты еще и тем, что на момент аварии она ждала ребенка. Все врачи уговаривали прервать беременность. Говорили, что не сможет выносить малыша, травма очень тяжелая. Но Ксения не сомневалась, что все будет хорошо. Она думала о будущем, о том, что сейчас нельзя раскисать. Каждый день после аварии начинался с улыбки и настройки на позитив: хорошо, что жива и ребенок в порядке. Вот выносит ребеночка, потом займется собой. Реабилитацию пришлось отложить до родов. Полгода просто лежала дома в Москве. Но при этом







выстроила очень плотный распорядок дня. Подъем в семь утра, тренировка, завтрак строго по диете, опять тренировка, медитация, а вечером приходили друзья, и поэтому приходилось постоянно держать себя в форме.

Даже после травмы будущая «королева» оставалась женщиной. Тогда особенно остро почувствовала любовь к себе, к мужу, своим родным, друзьям, к жизни: «Если ты любишь себя, будешь за собой ухаживать. Любишь родителей — будешь улыбаться, чтобы им не было грустно. Любишь друзей — будешь звонить им, писать, встречать с улыбкой».

В феврале 2009 года Ксения родила здоровую дочку, и с тех пор сама занимается ее воспитанием.

— Моя дочь знает цену и себе, и мне, — рассказывает Ксения, — поэтому не стесняется того, что я прикована к коляске. Она всегда с достоинством говорит: «Моя мама — королева». А недавно она сказала, что вырастет, станет великим врачом и вылечит меня.

Да и я сама все равно надеюсь когда-нибудь встать на ноги.

Многие после двух лет отчаиваются и перестают в это верить. Но я до сих пор занимаюсь, проверяю медицинские сайты, ищу новые методы лечения, исследования. Я верю, что у меня есть все шансы встать на ноги. Именно для этого держу себя в спор-

тивной форме, чтобы в момент, когда произойдет прогресс в медицине, я была к этому готова.

Но я поняла, что нельзя посвящать всю свою жизнь одной реабилитации. Был период, когда моя жизнь проходила только в стенах спортзала, и это страшно. Ты ничего не видишь, не знаешь. Через какое-то время это так угнетает, что просто не хочешь жить. Так нельзя.

Личная трагедия и проблемы, связанные с инвалидностью, заставили Ксению задуматься о судьбе людей с ограниченными возможностями здоровья, а затем и определить цель своей дальнейшей деятельности. Ее она связала с помощью таким людям, их защитой.

Еще находясь в реабилитационном центре, Ксения задалась вопросом: «Что я могу сделать для ребят, находящихся здесь?» Девушка вспомнила о своем опыте работы в редакции глянцевого журнала, о том, как занималась макияжем и прическами. Решила бороться с тем, что многие инвалиды-колясочники перестают следить за собой, начинают носить только спортивную одежду и обувь. Так появилась «Школа красоты».

С 2011 года Ксения ежегодно принимает участие в показах коллекции конкурса особой моды Bezgranz Couture, цель которого положить начало индустриальному производству одежды, удобной для всех без исключения категорий жителей Земли, и повлиять на изменение восприятия людей с инвалидностью.

Зимой 2013 года, находясь с семьей в отпуске в Таиланде, Ксения вместе с председателем приморской организации инвалидов-колясочников «Ковчег» Артемом Моисеенко обратилась в префектуру Пхукета с просьбой оборудовать один из пляжей для инвалидов. В результате был реконструирован пляж Най Харн. Сейчас они завалены письмами от российских и иностранных колясочников, желающих отдохнуть на этом пляже.

Как появился в ее жизни Международный конкурс красоты?

— Случайно, — вспоминает Ксения, — подруга отправила мои фотографии в Рим без моего ведома. А когда меня выбрали, сообщила, что я должна представлять Россию на этом конкурсе. По правде сказать, я была очень удивлена.

В конкурсе участвовали 25 стран, из каждой были приглашены одна девушка на коляске и одна профессиональная модель. Концепция конкурса — уравнивать возможности женщин, показать, что платья от кутюр могут представлять не только праздничные модели, но и девушки на колясках. Цель организаторов — доказать, что женщина на коляске может оставаться красивой, сохранять индивидуальность и свой стиль.

— И я думаю, — продолжает рассказ Ксения, — им это удастся, потому что масштабы шоу невероятны. Когда ты видишь на подиуме 25 колясочниц, которые прекрасно выглядят и с достоинством носят дизайнерские платья, это потрясает людей, и они больше не могут оставаться равнодушными к нашим проблемам.

Традиционно победительницы конкурсов красоты занимаются общественной и благотворительной деятельностью.

— Моя миссия — через добро и красоту нести пользу людям, — считает Ксения. — Нам уже удалось запустить несколько давно задуманных проектов. Например, мне очень хотелось, чтобы в Москве был пляж для инвалидов. И такое место, наконец, появилось в Левобережном парке. Пока один, но я думаю, что скоро и в других городах появятся подобные места. Инвалидам тоже хочется загорать, купаться, а не просто сидеть на берегу и смотреть на других.

Сегодня предмет заботы Ксении Безугловой — пляжи в Ялте и других городах Крыма. Ее усилия направлены на то, чтобы сделать их доступными для инвалидов.

А повседневная миссия Королевы красоты состоит еще в том, что она сама служит вдохновляющим примером для тех, кто пал духом, отчаялся и потерял веру.

Сегодня ее по праву называют одним из таких общественных деятелей, кто много и успешно работает в интересах инвалидов.

Авиаперелеты стали буднями ее жизни. Она совершила тур по регионам, в который вошли Якутск, Бурятия, Мордовия, Татарстан. Цель его — привлечь







внимание к проблемам инвалидов, работа с молодыми инвалидами, которой Ксения уделяет особое внимание, а также поддержка общественных инициатив. Она ездит по стране с аудитом безбарьерной среды, проверкой реализации программы «Доступная среда», обсуждает эти проблемы с региональными и федеральными чиновниками, общественными деятелями и самими инвалидами. В сфере ее интересов также социальное обеспечение и трудоустройство людей с ограниченными возможностями здоровья.

— Прежде всего, — отмечает Мисс мира, — меня интересует доступность основной инфраструктуры и транспорта в городах, а затем возможность трудоустройства и социальное обеспечение и, наконец, возможность участия в общественной жизни людей с ограниченными возможностями здоровья. На основании этих данных строится мой личный рейтинг городов, в которых я побывала.

Собранный Ксенией материал не лежит мертвым грузом, поскольку она представляет интересы инвалидов в Координационном совете по делам инвалидов при мэре Москвы, в Совете при Департаменте здравоохранения Москвы, в Совете при Департаменте культуры Москвы; принимает активное участие в разработке проектов, касающихся безбарьерной среды, занимается организацией общероссийского конкурса красоты среди девушек-колясочниц.

А прошедший 2014 год запомнится Королеве красоты еще и тем, что она стала одним из факелоносцев Паралимпиады в Сочи.

На 2015 год у Ксении также масштабные планы, связанные с реализацией новых важных проектов.

Основные из них — общероссийская выставка «Город для всех» и международный конкурс «Мисс Цивилизация-2015». Сама успешно выступившая на конкурсе красоты, Ксения Безуглова готова передавать свой опыт другим, тем более что цель конкурса органично вписывается в сферу ее интересов. Конкурс «Мисс Цивилизация», в котором принимают участие представительницы Российской Федерации и стран СНГ, призван привлечь внимание общественности к внешней и внутренней красоте девушек в инвалидных колясках, изменить сложившиеся стереотипы о возможностях инвалидов, нести в мир красоту и добро, вселять в людей веру в безграничность своих возможностей. В состав жюри войдут выдающиеся деятели политики, культуры, искусства и СМИ, а также общественные деятели и руководители компаний-спонсоров. Победительница получит корону, ленту с титулом и главный приз. А уже титулованная Королева красоты Ксения Безуглова для участниц будет, кроме всего прочего, тем идеалом, к которому следует стремиться. Тем примером, на который можно равняться.

*Фотограф Катерина Коцюба*

Кафе и рестораны Москвы будут оборудованы специальными тактильными указателями, которые помогут инвалидам по зрению самостоятельно дойти до метро, а также найти гардероб, туалет и кассу.

# РЕСТОРАНЫ ЖДУТ ОСОБЫХ КЛИЕНТОВ

Перед инвалидами по зрению при посещении кафе возникает несколько проблем: как добраться до нужного места, понять, где разместиться, определиться с заказом и последнее — рассчитаться.

Сейчас все это отрабатывается в рамках пилотного проекта. Будет проведен однодневный инструктаж сотрудников, где им расскажут об основных правилах обслуживания особых клиентов. Например, мало кто знает, как правильно сопровождать слепого. Нужно подать ему локоть и провести под руку до столика, а не толкать впереди себя. Кроме того, категорически запрещается класть сдачу на стол, надо вложить в руку, предварительно разложив купюры по достоинству.

Чтобы слепые могли самостоятельно добраться до кафе, планируется оборудовать путь от метро до места общепита наземными тактильными указателями, которые помогают незрячим ориентироваться в открытом пространстве.

Внутри кафе, особенно если его площадь очень большая, нужно будет проложить специальную дорожку, по которой слепой дойдет до гардероба, туалета или кассы. Первая и последняя ступени лестницы должны быть окрашены в желтый цвет, на прозрачные двери нужно наклеить желтые круги, чтобы слабовидящие могли ориентироваться.

Предполагается, что меню в оборудованных кафе будет распечатано по системе Брайля. Также возможно использование «голосового» меню, чтобы инвалид мог нажать кнопку и прослушать информацию об ассортименте.

По словам экспертов, подобные практики приспособления общественных мест для инвалидов по зрению есть и в Европе.

— В рамках пилотного проекта мы сможем учесть все нюансы, высчитать необходимые затраты, после чего мы уже обратимся за поддержкой в Департамент социальной защиты населения Москвы, чтобы создать такие места в каждом округе или в зонах компактного проживания слепых, — говорит генеральный директор Института профессиональной реабилитации и подго-



товки персонала «Реакомп» Всероссийского общества слепых Сергей Ваньшин.

Уже сейчас выразили готовность поддержать проект руководители ресторанов «Кофеин», «IL Патио», «Планета Суши», «Менделеев Бар», «Гранатовый сад», Rolling Stone, Noodles Bar, Novikov Restaurant & Bar.

Первые кафе и рестораны, удобные для слабовидящих, появятся в столице в рамках пилотного проекта к 13 ноября — Международному дню слепых.

В случае успеха пилотного проекта аналогичные кафе могут появиться во всех административных округах Москвы.



# Московская СУПЕРБАБУШКА 2014



В жизни каждой женщины наступает момент, когда она становится бабушкой: в семье появляется маленький представитель третьего поколения. Да и неоспоримые приметы возраста «за пятьдесят» становятся все очевиднее. Как воспринимать это новое состояние? Сокрушаться о том, что уже невозможно вернуть? Или сбрасывать груз прожитых лет в любви к внукам и с пониманием, что вы вступили в лучшую пору своей жизни, когда можно полностью отдаться любимым занятиям, спорту, творчеству?

## ВРЕМЯ ЖИТЬ ИНТЕРЕСНО



## ПРАЗДНИК ТВОРЧЕСТВА

Четыре года назад в жизнь столичных пенсионерок вошел новый титул — «Московская СуперБабушка». Учреждение этого весьма почетного звания во многом меняет общественные стереотипы, бытующие в отношении пожилых людей.

Кто, как и за что получает его?

Вернемся в 2010 год, когда впервые состоялся форум-выставка «50ПЛЮС. Все плюсы зрелого возраста». Именно в его рамках реализовалась идея о том, чтобы провести конкурс среди представительниц зрелого возраста, имеющих статус бабушки. Авторами нового проекта стали Департамент социальной защиты населения города Москвы и Агентство социальных программ «Точка опоры». Начали с анкетирования. Подтвердилась мысль о том, что женщины в этом возрасте еще очень активны и, как правило, хотят быть по-прежнему востребованными. Так пришло окончательное решение — организовать общегородской конкурс, который бы дал возможность москвичкам проявить себя в том, о чем некогда было думать в годы молодости, но что было заложено в их душах и сердцах и лишь ждало своей реализации. Кто-то, выйдя на пенсию, увлекся танцами, кто-то пением, поэзией, ремеслами... Такие талантливые женщины без долгих раздумий решили принять участие в отборочных турах будущего фестиваля, прошедших во всех округах города.

И вот в рамках очередного форума-выставки «50ПЛЮС» в 2011 году состоялись финальные соревнования конкурса, получившего название «Московская СуперБабушка». С тех пор он стал ежегодным и в декабре минувшего года прошел уже в четвертый раз.

— Глядя на вас, — приветствовала конкурсанток первый заместитель руководителя Департамента социальной защиты населения города Москвы Ольга Евгеньевна Грачева, — понимаешь, что жизнь еще только начинается. Все участницы — уже победительницы, они все — супер! Мы гордимся вами.

В первом туре о каждой из конкурсанток рассказывали их дети и внуки. Во втором — финалистки удивили всех своей молодостью, неожиданными выступлениями и яркими творческими номерами, соответствующими девизу «СуперБабушка-XXI век». В третьем туре супербабушки элегантно продефилировали по сцене в вечерних нарядах и кокетливых шляпках из частной коллекции художника-модельера Татьяны Федоровой.

В нелегкой борьбе за первенство определились три победителя. Как оказалось, они такие разные, эти супербабушки! Занявшая первое место Марзия Кушнарченко (СВАО) — золотая и бронзовая медалистка по ушу. Любовь Новикова, представлявшая ТинаО и занявшая второе место, — простая домохозяйка. Бронзовый призер Вера Королева (ВАО) — заслуженный







мастер спорта СССР и многократная победительница международных соревнований по лыжным гонкам.

Конкурс «Московская СуперБабушка-2014» отличался от предыдущих своей «продвинутой», определяемой активным использованием интернет-технологий.

Все желающие могли на ютуб-канале, где были выложены видеоролики всех финалисток, заранее познакомиться с каждой из них и проголосовать за понравившуюся ему супербабушку. По результатам этого голосования в номинации «СуперБабушка Рунета» победительницами стали Марзия Кушнаренко и Елена Зуауи (ЮВАО), набравшие одинаковое количество голосов.

Впервые в прямом эфире на официальном сайте конкурса прошло онлайн-голосование за понравившуюся финалистку. Результаты были учтены при окончательном подсчете голосов жюри.

А вот как оценил итоги прошедшего конкурса руководитель Департамента социальной защиты населения города Москвы Владимир Аршакович Петросян:

— Получился настоящий праздник жизнелюбия, стиля, моды, красоты и улыбок. И это все нам подарили одиннадцать прекрасных женщин. Для нас форум-выставка «50ПЛЮС. Все плюсы зрелого возраста» и праздник «Московская СуперБабушка» имеют большое значение потому, что мы призываем наше старшее поколение к активной жизненной позиции, к участию в жизни нашего города, к долголетию. Сегодня мы сделали еще один шаг в программе «Лучшая половина жизни».



И вот одна говорящая сама за себя цифра: за годы существования фестиваля за право выйти в его финал боролись более 900 конкурсанток из всех округов Москвы.

## ЯРКАЯ ЛИЧНОСТЬ – ЯРКАЯ ЖИЗНЬ

Конкурсы быстро проходят. А что дальше?

Этот вопрос очень быстро встал как перед участниками, так и перед организаторами. Хотелось продолжения — общаться, путешествовать вместе, проводить совместные мероприятия. Так в 2012 году родилась идея создать клуб «Московская СуперБабушка». Именно такой клуб, по замыслу организаторов, должен дать человеку понимание, что он востребован. Среди других его целей — содействие активному долголетию, выявление лидеров, определение суперактивной жизненной позиции, открытие в организме резервов, способных сделать невозможное возможным.

Клуб — не столь массовый проект, как фестиваль-конкурс «Московская СуперБабушка». На сегодня здесь 60 действительных членов — самых активных, одаренных, желающих и способных интересно жить женщин третьего возраста. В большинстве это победительницы конкурсов «Московская СуперБабушка». Каждая из них — яркий пример для подражания, способный увлечь за собой других.

Кто может стать членом клуба «Московская СуперБабушка»?

Рассказывает его руководитель Наталья Борисовна Виноградова:

— Мы ждем тех, у кого есть внуки и кто с гордостью носит звание бабушки. Это первое наше непреложное требование. Если вы молоды душой, хотите быть в центре внимания своих детей и внуков, получить признание друзей и знакомых, двери нашего клуба открыты для вас. У вас за плечами интересная, но непростая жизнь, и вам есть, о чем рассказать, приходите в наш клуб. Клуб открыт для ищущих родную душу и сердечное человеческое общение среди таких же не стареющих душой женщин; для тех, кто хочет быть среди талантливых и интересных людей, стать частью коллектива и вместе сделать себе и окружающим праздник. Самостоятельные и самодостаточные, стремящиеся навсегда забыть об одиночестве, готовые для этого работать с единомышленниками и вдохновлять других становиться настоящими супербабушками — клуб готов принять их в свои ряды.

Чтобы стать членом клуба, нужно получить анкету на нашем сайте или в центре социального обслуживания, заполнить ее и отправить нам. После этого вас пригласят на отборочный тур. Ваше выступление на нем должно быть маленькой творческой самопрезентацией. Подготовить ее вам помогут, а успех будет,







конечно, зависеть от вас, ваших способностей и желания победить.

Яркая личность — яркая жизнь. Практика работы клуба подтверждает, что такой личностью может быть каждый, если очень захочет и приложит для этого необходимые усилия. А точка приложения сил здесь найдется. Вот, к примеру, обучающие программы, их несколько: компьютерная грамотность, иностранные языки, здоровый образ жизни, тренинги по психологии отношений в семье и личностному росту, курсы моделирования одежды, создание модного образа.

Компьютерный класс находится непосредственно в помещении клуба на Покровке. Здесь учат не только пользоваться компьютером, но и работать на нем, зарабатывать с его помощью: в социальных сетях, в обучающих программах. А в недалекой перспективе можно будет через интернет-магазин реализовывать то, что создано собственными руками, свои поделки. Очень востребована в клубе волонтерская деятельность. Супербабушки охотно и успешно принимают участие в различных благотворительных акциях. Вот лишь один пример. Ежегодно Агентство социальных программ «Точка опоры» проводит акцию «Дерево желаний», когда собирают подарки для детей-инвалидов и детей из малообеспеченных семей по их заявкам. Многих спонсоров, готовых приобрести эти весьма дорогие вещи, находят именно волонтеры клуба. Они также принимают активное участие и в организации самой благотворительной акции.

А еще члены клуба очень любят совместные поездки. Летом прошлого года они на теплоходе совершили

круиз по маршруту Углич-Мышкин-Москва. Им и сегодня вспоминаются те три незабываемых дня, посвященные не только отдыху, но и различным интересным занятиям: на теплоходе работали 15 мастер-классов, три тренинга личностного роста, а также «Дом моды» и дефиле «Королевская осанка». День начинался в половине седьмого утра с китайской зарядки — с занятий тай цзы и дальше до позднего вечера был расписан буквально по минутам.

Особой популярностью пользовался «Дом моды». Участниц поездки заранее попросили взять с собой красивую одежду и аксессуары. За три дня из этого произвольного набора вещей создали отвечающую требованиям стиля и моды коллекцию, которая позволяла не только изменить внешний облик женщины, но и соответствовала внутреннему состоянию хозяйки гардероба.

Несмотря на высокий уровень требований, клуб «Московская СуперБабушка» никак нельзя назвать закрытой организацией. Сегодня у него, наряду с действительными членами, есть и те, кто его поддерживает, его сторонники. Да и сам клуб не замыкается в узких рамках, проводя мероприятия не только для своих членов, но и для всех желающих. Он участвует в Фестивале московских клубов по интересам и ряде других общегородских собраний. Сегодня о нем с полным основанием можно говорить как о флагмане общественного движения активных женщин со статусом бабушки, к которым он обращается с призывом: «Хотите с нами? Мы вас поддержим!».

Клуб «Московская СуперБабушка» молод, он еще переживает стадию своего становления. Задумок не счесть,





но об одной хотелось бы сказать особо. Это музыкальный коллектив, который предполагается здесь создать. Не обычный, а своеобразную альтернативу «Бурановским бабушкам». Проблем предстоит решить много: нужны авторы песен, нужны студии и много еще что. Но хочется верить, что задумки клуба обязательно исполнятся. Одно беспокоит сегодня: экономические трудности, испы-

тываемые всей страной, не могут не коснуться и клуба «Московская СуперБабушка». О планах на будущее здесь говорят с осторожностью, понимая, какие преграды может создать объективная ситуация.

— Но будем надеяться на лучшее,— не теряет оптимизма руководитель клуба Наталья Виноградова, а вместе с ней и все московские супербабушки.





Так поклонники часто называют народного артиста Владимира Михайловича Зельдина. Совсем недавно ему исполнилось сто лет, и он по-прежнему радует нас своим добрым искусством.

## Рыцарь Веселого образа

Владимир Михайлович актера в себе разгадал не сразу. Он рос в Твери в музыкальной семье. Отец окончил Московскую консерваторию сначала по классу тромбона, потом режиссерское отделение. В семье росли четверо детей, и все обучались



музыке. Дома устраивались представления, дети пели, читали стихи. Владимир играл на трех инструментах — скрипке, рояле и трубе. В двенадцать лет он увлекся балетом и даже пытался поступить в хореографическое училище Большого театра. Однако отец категорически возражал и сделал все, чтобы сына не приняли.

Потом, как и многие его сверстники, Владимир увлекся военным делом, решил стать моряком, грезил романтикой морских походов.

Собирался поступать в военно-морское училище, но судьба распорядилась иначе. Когда умер отец, его старый друг дирижер Николаевский устроил 14-летнего юношу на работу к себе, в оркестр Высшей пограничной школы. Это стало первым местом службы Владимира Михайловича.

И все же Зельдин стал актером. С театром он познакомился еще в семилетнем возрасте. Первый спектакль, который он увидел, был «Ревизор». Потом мальчик смотрел «Проделки Скапена», другие спектакли. Но тот первый «Ревизор», где Володя впервые увидел артистов в гриме и костюмах, запал в душу.

После окончания школы Владимир Зельдин устроился на завод учеником слесаря, но занятие это совсем не нравилось молодому человеку. И вот однажды, гуляя по Москве, он увидел объявление о приеме в театральное училище при Театре МОСПС (ныне Театр имени Моссовета). Решение родилось спонтанно. Видимо, поэтому, в отличие от других абитуриентов, на вступительном собеседовании Зельдин держался на удивление спокойно и раскованно. Именно такая свобода и раскованность сыграли свою роль в том, что его приняли.

В 1935 году, окончив училище, Владимир Зельдин стал актером Театра МОСПС. Затем служил в Центральном театре транспорта (ныне Театр имени Н.В. Гоголя). В эвакуации (1941-1943 годы) работал в





труппе Русского драматического театра в Алма-Ате, а с 1945-го Зельдин навсегда связал свою жизнь с Театром Советской (ныне Российской) армии.

Среди первых работ актера в Центральном театре транспорта были роли артиллериста Николая («Вторые пути» А. Афиногенова) и пограничника Гоглидзе в «Генеральном консуле» братьев Тур и Шейнина. В этом спектакле и заметили Зельдина члены съемочной группы кинофильма «Свинарка и пастух». На кинопробах была довольно жесткая конкуренция, помимо Зельдина, на роль Мусаиба претендовали еще несколько артистов. Режиссер Иван Александрович Пырьев долго не мог сделать окончательный выбор. В конце концов он собрал в просмотровом зале всю женскую часть съемочной группы, показал пробы, и девушки единогласно отдали предпочтение Зельдину.

Фильм начали снимать в апреле 1941 года на Домбае в Кабардино-Балкарии. Сообщение о начале войны повергло съемочную группу в шок. Кое-как, на перекладных, добрались до Москвы, почти все мужчины были призваны в армию. Зельдина взяли в танковую школу.

Владимир Михайлович вспоминает: «Недели через две-три нас собрали и сообщили, что, по указанию Сталина, всем нам дали бронь и приказали продолжать снимать картину. Сцены на выставке снимали под немецкими бомбежками в две смены. Хотя, согласитесь, они получились высокого качества! Наверное, этот фильм (а точнее, указание Сталина) меня спас: многие мои сверстники и товарищи по танковой школе погибли на фронте... А мне на передовую выезжать доводилось только с концертами в составе артистических бригад».

На Владимира Зельдина бремя славы обрушивалось дважды. Первый раз когда на экраны вышел фильм «Свинарка и пастух» и вся страна полюбила блистательный дуэт Зельдин — Ладынина. Белокубый молодой горец надолго запомнился своим безу-

держным темпераментом и готовностью на все ради любимой женщины. Вторая судьбоносная роль ждала его всю войну. Изящный, пластичный учитель танцев Альдемаро в пьесе Лопе де Вега покорила зрителей в 1946 году и в исполнении Зельдина оставался непревзойденным не один десяток лет. В роли учителя танцев актер выходил на сцену более тысячи раз!

Зельдин переиграл множество ролей неотразимых красавцев, при первом появлении которых на сцене слабая половина зрительного зала замирала в восторге. Он был Люченцио в «Укрощении строптивой» У. Шекспира, поручиком Ржевским в «Давным-давно» А. Гладкова, Клайдом из «Закона Ликурга», сценической версии романа Т. Драйзера «Американская трагедия», Фонтанаресом — героем бальзаковской «Мечты Кинолы», Кохтой — в «Стрекозе» М. Бараташвили, Ринальдо — в героической итальянской комедии «Ринальдо идет в бой». И это далеко не весь его послужной список.

Сам же Зельдин своей лучшей ролью считает Альдемаро. Памятный послевоенный дебют на сцене Театра Советской армии обернулся для него многолетним успехом, звездный час продолжается до сих пор. Не случайно частичку той первой роли Зельдин вносит почти во все свои последующие образы. Отголоски пламенных речей Альдемаро слышались и в монологах благородного синьора Фернандо Бальбоа в спектакле «Дерева умирают стоя» А. Касоны, то и дело прорывались в неотразимых словесных кульбитах «синьора из общества» Леонидо Папагатто. Со своим любимым героем Зельдин упорно не хотел расставаться — он играл его до 53 лет, в шестьдесят — «станцевал» полный спектакль, на 70-летнем юбилее снова преподавал «урок танцев», ошеломив зал неподвластным времени поэтическим настроением души.

Позже был в его биографии Гульельмо Сперанца в спектакле Петра Фоменко «Экзамены никогда не кончаются» по пьесе Эдуардо де Филиппо. Не прибегая к



характерному гриму, а пользуясь только неуловимыми движениями души, артист переходил от одного возраста Гульельмо к другому. Был также барон Мюнхгаузен из «Комической фантазии о жизни, любви и смерти» Г. Горина. Роль, в которой артист продемонстрировал мягкое чувство юмора, иронию, острый ум. Но при этом главной оставалась тема поиска гармонии и счастья.

«Пришел, увидел, победил!» — таким был девиз молодых героев Зельдина. Персонажи более зрелого возраста — чаще всего люди одинокие, для которых поиск внутренней гармонии стал почти перманентным состоянием.

Вот и лорд Генри Джеймс Честерфильд из «Загнанной лошади» Франсуазы Саган. Пожилой английский аристократ, рафинированный джентльмен, когда-то вступивший в брак по расчету, фактически продавший свой титул, а заодно и свое будущее, вполне отдает себе отчет в том, что жизнь прожита зря. Может быть, от этого последняя попытка что-либо изменить полна горечи и какой-то светлой печали.

Особое место в творчестве Зельдина заняли образы героев военно-патриотических спектаклей. Артисту, по его признанию, посчастливилось выходить на сцену в самых разнообразных «военных» ролях — от рядового до фельдмаршала.

Из всех киноролей больше всего помнят Зельдина, конечно, по роли пастуха Мусаиба. Но была в его кинокарьере маленькая, почти эпизодическая роль отца героя в фильме Родиона Нахапетова «С тобой и без тебя...». Образ не совсем обычный для Зельдина прежде всего потому, что средства выразительности были сведены к минимуму, самое сокровенное доносилось до зрителя в паузах. Молчаливые крупные планы артиста надолго врезались в память — во взгляде застыли тоска и безысходность. Казалось, он все предвидел задолго до трагического финала.

Запомнилась Владимиру Зельдину работа с кинорежиссером Андреем Кончаловским, у которого он сыграл роль Серебрякова в «Дяде Ване» (1970). Для него это стало этапной, возрастной ролью, к тому же в составе потрясающей артистической команды: Смоктуновский, Бондарчук, Мирошниченко, Купченко.

Действительно, это счастье — встретить в своей жизни таких людей, считает артист.

В юности Зельдин занимался верховой ездой в манеже имени Буденного и даже получил диплом вороншиловского всадника. Позже занимался в аэроклубе, увлекался теннисом, лыжами, коньками, пристрастился к водным лыжам, любил все спортивное. В кино артист частенько обходился без дублера. Так, в первой же картине «Свинарка и пастух» в знаменитой сцене погони, когда конь летит по отвесной горной дороге, Зельдин снимался сам. А позже, в картине «В квадрате 45», где ему пришлось играть роль диверсанта Шмелева, сам прыгнул с парашютом, хотя до этого ни разу не пробовал.

Владимир Михайлович Зельдин, несомненно, — один из тех, кого можно назвать баловнем судьбы. С первой же крупной роли — успех; своему театру верен

вот уже семьдесят лет. Зельдин принадлежит к той редкой когорте артистов, которым все время хочется говорить комплименты, но при этом надо помнить, что они воспринимаются с изрядной долей юмора. Он — труженик, при всей звездности природы — ремесленник в самом лучшем смысле этого слова.

Зельдина можно назвать также рыцарем военно-шефского подвижничества. Он объ-

ездил все «горячие точки»: Афганистан, Чернобыль, Чечню, Таджикистан, часто выступал в отдаленных военных гарнизонах.

К юбилейным дням своего 85-летия актер приурочил ввод на роль князя Пантиашвили в спектакле «Ханума» с участием молодого состава выпускников ВГИКа.

В 87 лет Владимир Зельдин начал репетировать новую роль — Дон Кихота в спектакле «Человек из Ламанчи». Это мюзикл, с пением и танцами, и актер со всем этим успешно справился. С тех пор спектакль «Человек из Ламанчи» прошел уже 140 раз и всегда с неизменным успехом.

Совсем недавно Владимир Зельдин отметил столетний юбилей. Отметил на сцене родного театра, с преданным зрителем, в лучах своей славы. На сегодня это единственный в мире актер, в столь солидном возрасте продолжающий выходить на сцену. Его имя занесено в Книгу рекордов Гиннеса.





# Поздравляем с юбилеем!



Наш журнал связывают с Всероссийским обществом слепых многолетняя дружба и деловое сотрудничество. Мы всегда с особой ответственностью и искренним чувством уважения готовили материалы, посвященные его работе. Интересных тем, о которых хотелось бы рассказать, было в избытке, поскольку деятельность ВОС отличают многогранность, новаторство и исключительное внимание к нуждам своих подопечных.

Масштабность и серьезность работы всех структур Всероссийского общества слепых не может не находить признания. Стройная система реабилитации, мощная производственная база, современный культурно-спортивный комплекс — все они реально доступны инвалидам по зрению.

Всегда подкупали и подкупают в работе ВОС как позитивный взгляд на реалии окружающей жизни, так и оптимистичный взгляд в будущее.

Сердечно поздравляем всех членов ВОС и его руководство со славным юбилеем!

Желаем Всероссийскому обществу слепых дальнейших успехов в достижении главной цели — получении инвалидами по зрению равных со всеми гражданами страны возможностей для реализации своего потенциала.

А всем членам организации желаем крепкого здоровья, успехов и большого человеческого счастья!

**Редакция журнала «Страна и мы: мы вместе»**







## Всероссийскому ордена Трудового Красного Знамени обществу слепых — 90 лет

# Этапы большого пути

Днем рождения ВОС считается 6 апреля 1925 года, когда в Москве состоялся Первый учредительный съезд этой общественной организации. В то время в России насчитывалось 472 тысячи зарегистрированных слепых. На съезде присутствовали 124 делегата из 23 губерний России.

Съезд принял Устав Общества, определил первоочередные задачи, избрал руководящие и ревизионные органы. Председателем Совета ВОС стал бывший нижегородский рабочий-печатник Владимир Александрович Викторов.

С первых дней своего существования Общество создает кружки по ликвидации неграмотности. Среди других важных задач оно определяет трудоустройство и культурно-просветительское воспитание слепых.

В 1925 году на паевые взносы членов ВОС и субсидию Мосгуботдела в Москве открылось электромоторное объединение слепых — знаменитый ЭМОС, на базе которого в 1929 году объединяются ряд московских кустарных и полукустарных мастерских для незрячих. Завод стал перспективным предприятием для трудоустройства инвалидов по зрению.

В 1936 году ВОС открывает завод электромоторов и экспедиционного снаряжения в Ленинграде, построенный на средства Общества. Более трехсот инвалидов по зрению были трудоустроены на этом предприятии.

Общество слепых плодотворно участвует в работе Наркомпроса РСФСР по организации школ-интернатов для слепых детей, добивается принятия государственных актов, позволяющих незрячим учиться на рабфаках и в вузах, привлекает незрячих к занятиям физкультурой и спортом. В 1938 году проводится чемпионат слепых по шахматам — первое спортивное соревнование в истории Общества.

В 1940 году Общество получает право на создание собственных учебно-производственных мастерских и комбинатов, которые стали прототипом учебно-производственных предприятий ВОС.

С первых дней Великой Отечественной войны их работа коренным образом изменилась: продукцией становятся коробки для мин, хлебные формы для полевых пекарен, печки для блиндажей, маскировочные сети, валеная обувь для солдат.

В начале 50-х годов Всероссийское общество слепых финансово настолько окрепло, что полностью отказалось от государственных дотаций. Более того, ВОС начинает вкладывать крупные средства в строительство производственных помещений, жилых домов, клубов, проведение культурно-массовой и спортивной работы, на лечение слепых и оказание нуждающимся материальной помощи.

За счет средств Общества в Москве и других городах Российской Федерации были построены 29 школ-интернатов для слепых и слабовидящих детей, специализированные дома инвалидов в Ивановской, Псковской и Ленинградской областях, в Алтайском и Красноярском краях.

60-80-е годы отмечены рядом важных событий в жизни Общества: начал работать Институт повышения квалификации руководящих работников и специалистов ВОС; в Чебоксарах и Бийске открылись школы восстановления трудоспособности слепых, в Подмоскovie — школа по обучению собак-проводников, в Кисловодске — школа для незрячих массажистов. Впервые в СССР была записана на магнитную ленту «говорящая» книга, для ее прослушивания инвалиды по зрению стали бесплатно получать магнитофоны. На средства ВОС была построена современная брай-



левская типография. Вступили в строй три крупных специализированных санатория в Подмоскowie, Геленджике и Пятигорске. ЦП ВОС приняло решение профинансировать за счет средств Общества строительство 43-х офтальмологических клиник в областных городах России, Центральной республиканской офтальмологической больницы в Москве и закупку оборудования для них.

Предприятия Общества стали оснащаться новейшим оборудованием, становясь современным промышленным производством. Члены ВОС получили более широкие возможности для трудоустройства.

Всероссийское общество слепых приняли в члены Всемирного совета благосостояния слепых (ВСБС). В 1974 году председатель ЦП ВОС Борис Владимирович Зимин избирается его президентом.

Радикальные социально-экономические преобразования, происходившие в стране в 90-х годах, стали для ВОС тяжелейшим испытанием. Общий развал страны, разрыв кооперированных связей предприятий Общества с государственной промышленностью подорвали основы сложившейся системы УПП ВОС, а также в целом экономическое и финансовое состояние Общества. Спад производства привел к сокращению рабочих мест для незрячих, снизился уровень социальной и культурно-массовой работы.

Общество активно начинает преобразование всех сфер своей жизни.

В 1997 году в соответствии с законодательством РФ все предприятия ВОС были преобразованы в общества с ограниченной ответственностью.

В результате Всероссийское общество слепых успешно устояло в социально-экономических преобразованиях и по-прежнему остается авторитетной и наиболее влиятельной организацией инвалидов.

За свою 90-летнюю историю Всероссийское общество слепых приобрело значительный опыт реабилитационной, хозяйственной и социокультурной деятельности.

Многогранная работа всех поколений инвалидов по зрению позволила ему не только встать на ноги на заре своего существования, завоевать авторитет и международное признание, но и успешно преодолевать все перипетии истории и экономические невзгоды.

Как и в прежние годы, сегодня Всероссийское общество слепых продолжает отстаивать экономические и социальные интересы инвалидов по зрению.

Согласно реалиям времени направления деятельности Общества меняются, но принцип — не ждать и надеяться, а действовать и добиваться — остается для Всероссийского общества слепых неизменным.





# Небо и призванный

1916 год подарил стране будущего человека-легенду Алексея Маресьева.

Родился мальчик в многодетной семье, последним и имел слабое здоровье. Его мать воспитывала сыновей одна, так как отец, вернувшись с войны, вскоре скончался от ран. Он был окопным солдатом Первой мировой. Скромный доход матери и ее волевой характер заставили мальчиков рано понять главные законы честной жизни. Заработок уборщицы деревообрабатывающего завода не позволял жить роскошно, и сыновья с детства приучались к труду. В конце своей жизни Маресьев назовет добросовестное отношение к труду главным положительным качеством человека.

У Алексея Петровича в юности были серьезные проблемы с суставами, что доставляло ему немалые стра-



дания. Боли были настолько сильными, что ребенок порой просто не мог ходить. Страдал он и от мигреней. Точный диагноз Маресьеву так и не был установлен, однако после переезда на Дальний Восток болезни прошли сами собой. По словам самого Алексея Петровича, ему помог климат. На строительство Комсомольска-на-Амуре он поехал в том числе и потому, что одна знакомая рассказала ему о возможности благотворного влияния природных условий этого края.

Поправив здоровье, Алексей Петрович прилагал все усилия, чтобы стать профессиональным летчиком. Первые уроки он проходил на Амуре, затем, придя в армию, был зачислен в авиационный погранотряд на Сахалине. Однако реальных полетов еще не было, они оставались лишь в мечтах молодого человека.

Первый опыт полетов пришел к Маресьеву лишь в 1940 году в городе Батайске, во время пребывания в военной школе. Удача в настоящем бою нашла его позже, в 1942-м. Упорное стремление стать отличным летчиком начало приобретать реальные очертания. Алексей Петрович был отличным учеником и усвоил все, о чем говорили ему преподаватели. Сбитые неприятельские истребители следовали один за другим.

Уже к концу марта первого года боевых полетов на счету талантливого летчика было четыре неприятельские машины. Но тут с молодым пилотом случилось несчастье. Его самолет подбили, и он, планируя до земли, намеревался сесть на занесенное снегом лесное болотце. Однако мощности машины не хватило, и она со всей силой рухнула на могучие стволы деревьев. Маресьев остался жив, но был серьезно ранен. По его собственным словам, лишь неукротимое желание жить



позволило ползком добираться до своих в течение восемнадцати дней.

Сам он не любил вспоминать об этом событии и мало что рассказывал. Летчик дополз до деревни. Своим спасением Алексей Петрович обязан деревенским мальчишкам Малину и Вихрову, которые притащили его в дом. Селяне оказывали летчику посильную помощь, однако в деревне не было профессионального врача, и обмороженные ноги сильно воспалились. После его транспортировки в ближайший госпиталь их пришлось ампутировать, так как развилась опасная для жизни гангрена.

Молодой мужчина был страшно подавлен, но железная воля не дала ему отказаться от мечты о полетах.

Маресьев безумно любил небо, и диагноз врачей о непригодности к летной работе становился приговором.

Своей дальнейшей службой в летных войсках Алексей Петрович обязан исключительно своей силе воли и упорству. Старший лейтенант смог убедить не только себя, но и врачей в том, что он может летать и воевать. В 1943 году его вновь отправили на фронт.

Человек, лишившийся обеих ног, оказался годным к службе и полетам. Это была самая большая победа Маресьева и самый великий его подвиг.

На Брянском фронте командиры опасались выпустить в небо инвалида.

Алексей Петрович очень переживал и, наконец, сам попросил дать ему шанс. В кровавом сражении на Курской дуге Алексей Петрович подтвердил свое право на звание одного из лучших летчиков-истребителей. На его счету после потери ног оказалось еще семь вражеских самолетов.

В это время Маресьев познакомился с Борисом Полевым, будущим автором «Повести о настоящем человеке». Так появился всем известный Мересьев. События, описанные в произведении, действительно имели место за исключением романа с девушкой. Жена Маресьева имела непосредственное отношение к ВВС, поэтому выбора между небом и девушками Алексею Петровичу делать не пришлось. К слову, сам Маресьев не читал повести о себе. Он говорил: «Не довелось», хотя книга у него все же была.

1946 году Маресьева уволили со службы, хотя сам он об этом не ходатайствовал. Алексею Петровичу уже приходилось тяжело, так как начали сказываться старые раны, и он занялся обучением молодых летчиков. Последние его полеты состоялись уже в 50-х годах, это было завершение блистательной небесной истории героя.

Мы знаем Маресьева лишь как великого летчика, однако он также имел кандидатскую степень по истории, состоял в общественных организациях. До самой



смерти этот человек не поддавался недугам и удивлял окружающих своей жизнерадостностью. Жил он небогато, но никогда не жаловался на судьбу. Мечтал управлять «Аэрокоброй», но не мог, так как конструкция этих машин предполагает ножной тормоз, а с протезами это был слишком большой риск. Алексей Петрович любил небо и жизнь, никогда не гордился своими победами и даже не считал их подвигами. Он просто не представлял, что жить можно как-то иначе.

Скончался этот удивительный человек в 2001 году накануне встречи, посвященной его 85-летию.





«Когда говорят пушки, музы молчат», — гласит старинное изречение. Но годы Великой Отечественной войны подтвердили обратное: музы заговорили в полный голос, став активной поддержкой нашим воинам.

# Музы не молчали



В субботу 21 июня 1941 года военно-шефская бригада Малого театра давала очередной концерт в красноармейских лагерях, расположенных неподалеку от Ковеля (Западная Украина). Концерт был прерван, так как командование получило известие о надвинувшейся опасности. Зрители — бойцы и командиры Красной Армии — сразу же после концерта ушли на фронт. Так появилась первая фронтовая бригада Малого театра.

В Москве к этому времени был организован штаб военно-шефской работы, сразу же приступивший к организации выступлений актеров на призывных участках, агитпунктах вокзалов, а несколько позднее и в госпиталях.



В июне-июле 1941 года бригады артистов проводили по пять-семь выступлений ежедневно. В последующие месяцы ежедневно проходили не менее трех шефских концертов. В августе 1941 года состоялись первые организованные поездки актеров театра по фронтам.

В октябре 1941 года решением Правительства Малый театр был эвакуирован в Челябинск, где продолжил свою военно-шефскую работу, выступая в госпиталях. В октябре 1942 года коллектив возвратился в столицу и сразу же направил концертную бригаду под Москву, к зенитчикам. Ее возглавила народная артистка СССР Е.Д. Турчанинова. Артистка Малого театра В.А. Обухова в составе сборной московской бригады выезжала на Сталинградский фронт. За свою работу она была награждена медалью «За оборону Сталинграда».

Ведущие актеры Малого театра выступали в воинских частях и госпиталях с творческими отчетами. А.А. Яблочкина, В.Н. Рыжова, В.Н. Пашенная, Е.Д. Турчанинова, И.В. Ильинский, Е.Н. Гоголева, М.И. Жаров и другие выдающиеся мастера сцены принимали участие в этой работе.

Проходили так называемые «Дни культурного отдыха раненого бойца», когда в госпиталь направлялась вся труппа — оркестр, вокально-драматический





состав. В различных корпусах давались параллельно по три-четыре спектакля, а в палатах — сотни выступлений. Репертуар военно-шефских спектаклей и концертов Малого театра включал в себя произведения русских, западноевропейских классиков и советских авторов. В порядке шефства на основной сцене и на сцене филиала Малого театра офицерскому и рядовому составу были показаны лучшие спектакли.

На фронте, в госпиталях и воинских частях ставились «Без вины виноватые», «На бойком месте», «Не в свои сани не садись», «Женитьба Белугина», «Бешеные деньги» А. Островского, «Скупой рыцарь» А. Пушкина, «Укрощение строптивой» и «Отелло» В. Шекспира, «Мария Стюарт» Ф. Шиллера, «Ревизор» Н. Гоголя и другие спектакли.

Участникам фронтовых бригад доводилось выступать в самых необычных условиях: на автосценах, защищенных от проливного дождя импровизированными палатками из плащей, которые зрители на протяжении всего концерта поддерживали руками; в поездах, в красноармейских и командирских теплушках, следующих к месту боевого назначения; на улицах и площадях только что освобожденных от немцев городов и селений, в окопах, блиндажах и землянках. Спать приходилось, не раздеваясь, зачастую на полу, в избушке железнодорожной стрелочницы, в холодных сараях. Передвигались бригады по раскисшим дорогам, нередко волоча за собой завязшую автомашину, под угрозой нападения с воздуха, артиллерийского обстрела, разрыва мин. Но сознание того, какую радость приносят защитникам Родины выступления бригад, заставляло артистов забывать обо всех трудностях.

В 1943 году коллектив Малого театра собрал один миллион рублей на постройку авиазвена, а также внес в банк на нужды обороны 457 782 рубля и в фонд детей фронтовиков — 70 000 рублей. На собранный один миллион рублей была построена истребительная авиационная эскадрилья. Уже в августе 1944 года



на зеленом ковре подмосковного аэродрома ровной шеренгой выстроились двенадцать остроносых «Яков». На каждом белела надпись: «Малый театр — фронту».

Рядом с летчиками стояли актеры — А. Яблочкина, Е. Турчанинова, Е. Шатрова, Е. Гоголева, В. Рыжова, П. Садовский. Состоялась символическая передача эскадрильи в руки опытных пилотов.

Газеты того времени писали: «Ежедневно десятки самолетов с надписями на фюзеляжах «Москва» и «Малый театр — фронту» наносят чувствительные удары немецкому зверю в его собственной берлоге». Только за три дня боевых действий эти самолеты уничтожили до тридцати танков, до ста машин с техникой и боеприпасами. На них летчики провели шестнадцать воздушных боев, сбив при этом девять «Фокке-Вульфов-190» и три «Мессершмитта-109».

О своих боевых успехах летчики регулярно сообщали артистам. Александр Батизат писал народной артистке СССР Е. Турчаниновой: «Сердечно благодарим Вас за прием и ценный подарок, преподнесенный на аэродроме. Это был первоклассный истребитель-бомбардировщик. На нем я уничтожил много живой силы и техники противника... Ваш материнский наказ и поручение, данное при вручении самолета, я выполнил. Истребитель-бомбардировщик с надписью на борту «Малый театр — фронту» пролетел над всей Восточной Пруссией, и силу этой машины гитлеровцы испытали на своих плечах».

Около тысячи боевых вылетов совершили летчики на машинах, подаренных артистами.

Из двенадцати самолетов с бортовой надписью «Малый театр — фронту» Победу встретили только три. Это самолеты с бортовыми номерами 3, 4 и 12. Свой последний удар они осуществили в конце апреля, штурмуя и бомбя на Куршской косе толпы панически бегущих войск врага.

Музы не молчали. Они вместе со всем народом приближали Великую Победу.





# Сердце, открытое людям

Ушедший год принес невосполнимую утрату — ушла из жизни Людмила Ивановна Швецова, человек безграничной доброты и душевной щедрости. Не счесть сегодня людей, хранящих светлую память о ней, — тех, кому она помогла и кого поддержала в трудную минуту.

Чиновник высокого ранга и отзывчивый к чужой беде человек органично уживались в ней, и это позволяло использовать все имеющиеся в ее распоряжении возможности и полномочия для того, чтобы помогать людям решать их проблемы, облегчать им жизнь.

Ее каждодневная забота о детях-сиротах, ветеранах, находящихся в трудных жизненных ситуациях, инвалидах была безграничной. Даже в самые тяжелые периоды своей жизни она находила силы, мужество, душевную теплоту, чтобы помогать им.

Вспоминается одно телевизионное интервью, которое Людмила Ивановна дала в бытность первым заместителем мэра Москвы. Она сказала, что, раз Господь оставил ее на этой земле, всю последующую жизнь она посвятит тому, чтобы служить людям. Тогда казалось, что эти слова навеяны трагедией, связанной с гибелью ее единственного сына. Сегодня видится и еще один подтекст — Людмила Ивановна боролась с тяжелой болезнью, которая на тот момент, видимо, отступила. Теперь можно сказать, что свое обещание она выпол-

нила до конца. Людмила Ивановна всегда держала данное слово.

У нашей редакции есть и свои светлые и благодарные воспоминания о Людмиле Ивановне Швецовой. Наш журнал изначально создавался для инвалидов и предполагал рассказывать о жизни людей с ограниченными возможностями здоровья и их проблемах. И это делало нас подопечными Людмилы Ивановны, которая курировала социальную сферу столицы. Более десяти лет назад, когда мы делали первые, весьма нелегкие шаги, она поддержала нас: не отказывала нам в интервью, предельно честно и открыто отвечала на все вопросы, что, безусловно, повышало авторитет нашего издания.

Когда нам исполнилось десять лет, ее поздравление было самым теплым и искренним из всех, а пожелания — самыми добрыми. Владению словом у нее мог бы поучиться любой журналист. Ее выступления, устные и письменные, всегда были яркими, убедительными, четкими и аргументированными. Сухой «чиновничий стиль» — это совсем не про нее.

Людмила Ивановна остается для нас Человеком с большой буквы, память о ней навсегда сохранится в наших сердцах.

*Коллектив редакции журнала «Страна и мы: мы вместе»*







Людмила Ивановна Швецова родилась 24 сентября 1949 года в Алма-Ате. В 1966 году окончила физико-математическую школу в Ростове-на-Дону с золотой медалью. Ей были даны направления в Московский государственный институт международных отношений, а также в театральное училище. Но Людмила Ивановна этим не воспользовалась и поступила в Харьковский авиационный институт, который окончила в 1973 году по специальности «инженер-механик».

После окончания института начала работать конструктором в ОКБ, однако по специальности она проработала только два года: уже в 1975 году перешла на комсомольскую работу, став секретарем Ленинградского райкома комсомола Киева. Позднее Людмила Швецова была заведующей отделом научной молодежи, секретарем ЦК ЛКСМ Украины.

В 1983-1986 годах — секретарь ЦК ВЛКСМ, председатель Центрального совета Всесоюзной пионерской организации, член ЦК КПСС, занималась работой с детскими и молодежными организациями, педагогическими объединениями, курировала деятельность Всесоюзного студенческого строительного отряда. Принимала участие в организации Олимпиады-80 и Всемирного фестиваля молодежи и студентов в 1985 году, за что была награждена орденами «Знак Почета» и Трудового Красного Знамени.

В 1989 году Швецова возглавила отдел наград секретариата Верховного Совета СССР, а с 1990-го являлась руководителем аппарата съездов народных депутатов СССР. Выступила одним из инициаторов создания в

Кабинете министров СССР комитетов по работе с крупнейшими социальными группами: молодежью, женщинами, пенсионерами и в 1991 году стала первым и последним председателем Комитета по делам семьи и женщин при Кабинете министров СССР.

В 1992-м назначена руководителем группы генеральной экспертизы при Высшем экономическом совете Верховного Совета РФ. В том же году избрана президентом фонда «Женская инициатива», год спустя стала вице-президентом информационно-издательского содружества «Атлантида» и сопредседателем конфедерации «Женская лига».

В апреле 1994 года Л.И. Швецова стала руководителем Департамента общественных и межрегиональных связей Правительства Москвы.

В 2000 году назначается на должность заместителя мэра столицы, руководителем комплекса социальной сферы. В должности первого вице-мэра Людмила Швецова окончила аспирантуру Российского государственного социального университета и защитила диссертацию «Интеграция женщин в политику. 1970-1990 гг.» на соискание ученой степени кандидата политических наук.

Осенью 2011 года Людмила Швецова вошла в московский партийный список «Единой России» на выборах в Государственную Думу, была избрана депутатом Государственной Думы VI созыва. На первом пленарном заседании избрана вице-спикером.

В этой должности Людмила Ивановна работала до последних дней своей жизни.





# РОДИТЕЛЬСКИЙ ДОЛГ

В начале этого года состоялось вручение ежегодной премии «Своя колея», учрежденной благотворительным фондом Владимира Высоцкого, Министерством культуры Российской Федерации и Комитетом по культуре города Москвы.

Среди нынешних лауреатов — Владимир Владимирович Вавилов, председатель правления Регионального общественного благотворительного фонда помощи детям, больным лейкемией, Республики Татарстан имени Анжелы Вавиловой. Награда вручена за доброту, подвижничество, помощь тяжелобольным детям и их семьям.

Началом этой истории стала беда.

В 2000 году у двухлетней дочери Владимира Владимировича Анжелы было обнаружено грозное заболевание — острый лимфобластный лейкоз. С этого момента жизнь ее родителей была подчинена одной цели — борьбе за жизнь своей малышки. Первая проблема, с которой столкнулись супруги Вавиловы, — поиск доноров: для поддержания жизни больной девочки они тре-

бовались постоянно. Встал вопрос о трансплантации костного мозга: когда наступило обострение болезни, она стала жизненно необходимой. На решение этой проблемы ушло драгоценное время. А между тем болезнь не ждала. Новый рецидив, и новый курс лечения. Родители боролись до конца, до конца надеялись на чудо. Но его не произошло: смертельный недуг побороть не удалось, и 6 февраля 2003 года Анжелы не стало.





Девочка ушла из жизни, но не из сердца родителей. Более того, борьба с болезнью дочери научила Владимира Владимировича воспринимать горе не как повод для растерянности и отчаяния, а как мотивацию к действиям. Родители решили создать необычный памятник своей Анжеле. Познав на себе все проблемы, с которыми неизбежно сталкиваются семьи онкобольных детей, в день кончины своего ребенка Владимир и Марина Вавиловы приняли решение создать фонд помощи детям, больным лейкемией, и назвать его именем своей дочери. Основу уставного капитала фонда составили деньги, собранные с помощью добрых, равнодушных к чужой беде людей на лечение Анжелы.

Идея фонда быстро нашла поддержку, у него появились единомышленники. Узнав о том, что супруги Вавиловы создают фонд помощи детям, больным лейкемией, с ними связалась Ольга Мишутина, которая тоже пережила трагедию — потеряла сына, погибшего от рака крови. К работе фонда подключился и коллега Владимира Виктор Ежов, приняв близко к сердцу беду больных детей.

Так образовалась команда, костяк общественного благотворительного фонда имени Анжелы Вавиловой. Своей главной целью эта организация определила создание в Казани детского хосписа. Инициативу поддержали республиканские власти. В январе 2011 года в Министерстве здравоохранения Республики Татарстан было подписано соглашение о создании первого детского хосписа на основе частно-государственного партнерства. К работе подключились органы исполнительной власти, общественность и благотворители. Все это позволило в короткие сроки начать реализацию проекта.

2 июня 2014 года состоялось открытие первой очереди, которая рассчитана на двадцать маленьких пациентов. Параллельно с августа 2014 года ведется строительство второй очереди, с вводом которой хоспис сможет принять еще восемнадцать паци-

ентов, но уже в возрасте от восемнадцати лет. Для представления масштабов работы приведем лишь одну цифру. Для того чтобы построить вторую очередь и чтобы вся инфраструктура заработала в полной мере, фонду необходимо собрать 60 миллионов рублей. Накопленный опыт работы позволяет считать эту задачу выполнимой. Более того, полпути уже пройдено: 30 миллионов рублей на эти цели выделил президент Республики Татарстан Рустам Минниханов. А разработку проекта на благотворительной основе взял на себя Татинвестгражданпроект. Сегодня фонд рассчитывает на поддержку добрых людей, кто не равнодушен к чужой беде и кто уже помог в работе над проектом «Первый детский хоспис в Республике Татарстан». Напомним, что хоспис был открыт во многом благодаря частным жертвователям, откликнувшимся на его девиз: «Если ребенка нельзя вылечить, это не значит, что ему нельзя помочь».

В уже открывшемся стационаре оказывается медицинская помощь тяжело больным детям и социальная поддержка их семьям на время паллиативного лечения.

Сотрудники хосписа работают не только в его стенах, где двенадцать пациентов находятся круглосуточно, а еще восемь — в дневном стационаре. Здесь есть выездная служба, которая помогает больным, состоящим на учете и проживающим в Казани и в радиусе 150 километров от столицы, на дому.

Хоспис дает детям и родителям передышку — от болезни, безнадежности, отчаяния. Здесь можно какое-то время пожить с малышом без забот о том, как его прокормить и на что лечить. А можно устроить себе небольшой отдых, оставив ребенка на попечении персонала. Зачастую измученной маме это жизненно необходимо.

Однако, наряду с позитивным решением поставленных задач, фонд сейчас столкнулся в своей работе с проблемами, которые невозможно решить без помощи людей, желающих делать добро. Вот лишь





два примера, наглядно показывающих, почему здесь в очередной раз обращаются за поддержкой.

В одной из палат лежит тяжелобольная девочка.

Она почти не может дышать. И чтобы ей не так мучительно больно было уходить из жизни, срочно нужен аппарат искусственной вентиляции легких. Он стоит около 800 тысяч рублей, которых у фонда нет. Пациенты, которые борются за каждый вдох, в хосписе бывают постоянно. К таким детям также выезжают на дом, поэтому аппарат нужен переносной. Часто, чтобы помочь больному ребенку, требуется обследование с помощью портативного аппарата УЗИ. Цена вопроса — около миллиона рублей. Сегодня у хосписа, несмотря на весомую

государственную поддержку, не хватает денег на такие дорогостоящие аппараты, а также на препараты, необходимые детям.

**В ОДНОЙ ИЗ ПАЛАТ  
ЛЕЖИТ ТЯЖЕЛОБОЛЬНАЯ  
ДЕВОЧКА. ОНА ПОЧТИ  
НЕ МОЖЕТ ДЫШАТЬ.  
И ЧТОБЫ ЕЙ НЕ ТАК  
МУЧИТЕЛЬНО БОЛЬНО  
БЫЛО УХОДИТЬ ИЗ  
ЖИЗНИ, СРОЧНО  
НУЖЕН АППАРАТ  
ИСКУССТВЕННОЙ  
ВЕНТИЛЯЦИИ ЛЕГКИХ.**

— Я искренне считаю, — говорит председатель правления фонда Владимир Вавилов, — что нам удастся донести до татарстанцев, что помочь облегчить страдания — это достойная цель для пожертвований. Этим детям не суждено стать взрослыми и послужить своей стране, но это не значит, что мы должны махнуть на них рукой.

Каждый из вас может стать причастным к этому доброму делу, если отправит на номер 7715 СМС с текстом: Анжела пробел сумма пожертвования (например: Анжела 500).

В столичном кинотеатре «Иллюзион» любимый всеми фильм «Белое солнце пустыни» впервые смогли посмотреть зрители с нарушением слуха и зрения.

## НЕОБЫЧНАЯ ПРЕМЬЕРА



Перевод показа знаменитой кинокартины «Белое солнце пустыни» в формат, доступный слепым и глухим, профинансирован Российским военно-историческим обществом. Концепция тифлокомментирования подготовлена по заданию Департамента социальной защиты населения города Москвы. Технически проект осуществлен Научно-исследовательским кинофотоинститутом (НИКФИ) по концепции тифлокомментирования, разработанной Институтом профессиональной реабилитации и подготовки персонала ВОС «Реакомп». Проект реализуется совместно с Департаментом кинематографии Министерства культуры РФ.

Для этих целей была разработана аппаратура, которая включается в оборудование кинотеатра, создан и испытан экспериментальный образец комплекта оборудования для установки в кинозале и станция создания и обеспечения синхронизации субтитров и фонограммы тифлокомментария. Закрытое автоматическое тифлокомментирование может использоваться на общих киносеансах, поскольку передается через наушники незрячим и не мешает остальным зрителям, что происходит впервые в нашей стране. Проект осуществляется в рамках



государственной программы «Доступная среда», направленной на устранение визуальных и звуковых барьеров для людей с нарушениями зрения и слуха и реализацию их законных прав на информационное обеспечение.

Всего на средства и по инициативе Российского военно-исторического общества НИКФИ будут адаптированы к показу слепым и глухим шесть фильмов военной тематики. Кроме «Белого солнца пустыни», на сегодняшний день уже созданы дорожки тифлокомментария и сурдосубтитров к фильму «Баллада о солдате». В этом году будут изготовлены цифровые прокатные копии с тифлокомментарием и сурдосубтитрами еще четырех отечественных кинолент, список которых в настоящее время утверждается.

— Надеемся, — говорит генеральный директор Научно-исследовательского кинофотоинститута Алексей Кучеренков, — что с военно-патриотического кино будет дан государственный старт программе адаптации для слепых и глухих всех фильмов, выходящих в российский прокат. Кроме того, идет речь о том, чтобы в связи с ратификацией Конвенции о правах инвалидов на законодательном уровне обязать отечественных кинопроизводителей еще на этапе создания фильма добавлять дорожки тифлокомментирования. Это гораздо дешевле, чем готовить такую дорожку к уже готовому кино. Показывать фильмы со скрытым автоматическим тифлокомментарием можно в любом кинотеатре, незначительно дооборудовав аппаратуру.

С демонстрации культовой ленты начнутся регулярные показы фильмов для людей с ограниченными возможностями зрения и слуха на общих киносеансах. Впервые в нашей стране незрячие люди смогут присутствовать на обычном сеансе и через наушники слушать пояснения к происходящему на экране.





Когда вашему малышу ставят диагноз ДЦП с поражением центральной нервной системы, когда он и в два, и в три года не может ни ходить, ни говорить, есть от чего впасть в отчаяние, замкнуться и поставить крест на своей незадавшейся жизни.

Но есть и другой путь. Принять создавшуюся непростую жизненную ситуацию и своего особого ребенка таким, какой он есть, усвоить, что жизнь продолжается и она должна приносить радость. Конечно, самой семье преодолеть такой барьер порой бывает не под силу, и тогда на помощь приходят специалисты городского ресурсного центра поддержки семьи и детства «Отрадное». На профессиональном языке их работа называется социальной реабилитацией, на простом, житейском языке — обучение тому, как семье, оказавшейся в трудной жизненной ситуации, вернуть мир, любовь, покой, надежду и радость жизни.

## Семья в добрых руках

Центр «Отрадное» имеет свою историю. Он был открыт в 1977 году как первый в Москве приют для беспризорных и безнадзорных детей. Вспомним то время, когда эта социальная проблема стояла очень остро. На городских улицах, на вокзалах и в подвалах домов находили брошенных детей, привозили их сюда, в Отрадное. Отмывали, кормили, согревали заботой, отстаивали их права, решали вопросы с жильем. Одновременно в приюте могли находиться до ста ребятишек. И, что очень важно, это было не чисто казенное учреждение: его воспитанники находились в группах по модели семьи. То есть изначально ставилась задача вернуть их либо родным, либо приемным родителям.

Время шло. На смену одним проблемам приходили другие. И центр в своей работе откликнулся на требования времени. Но неизменной оставалась главная цель — помощь и поддержка семьи и детства.

Общеизвестна фраза, принадлежащая великому русскому писателю Льву Толстому, о том, что каждая несчастная семья несчастлива по-своему. И в этом постоянно убеждаются специалисты центра «Отрадное». В каждой ситуации они ищут оптимальное решение, ставя перед собой благородную стратегическую цель — создать и поддержать счастливое детство в каждой семье, и для этого работают не только с детьми, но и с мамами, папами, бабушками. Здесь открыто отделение «Активная поддержка родителей». Мамой и папой тоже нужно уметь быть. И их учат этому, начиная с периода беременности мамы, затем в дошкольный период, школьные годы.

Есть здесь и специальный «Клуб пап», куда со своими родительскими проблемами приходят отцы и где психологи оказывают им необходимую поддержку.

Очень важно помочь семье, находящейся в кризисной ситуации, но еще важнее не доводить до кризиса, предотвратить его, поэтому сегодня в центре ставится задача выявлять причину возникающих проблем на ранней стадии, а не бороться с их последствиями.

— Мы делаем акцент, — говорит директор центра Ирина Павловна Гончарова, — на профилактику, ведь кризисные семьи не возникают ниоткуда, важно вовремя увидеть надлом, научить родителя быть родителем, наставником для своего ребенка, справляться с эмоциями. С семьей работаем, используя ее собственные ресурсы, то, что еще связывает людей; снимаем остроту ситуации, когда эмоции зашкаливают, ищем индивидуальный подход в работе с родителями; мотивируем их на разрешение проблем.

Специалистов центра можно увидеть во дворах, на детских площадках, где они наблюдают за тем, как мамы общаются со своими детьми, а затем дают профессиональные, но при этом очень доброжелательные и тактичные советы по воспитанию.

Стационар, где воспитанники проживают постоянно, был в центре изначально. Сегодня его статус меняется. Здесь временно живут дети, в чьих семьях возникли серьезные проблемы во взаимоотношениях либо идет тяжелый бракоразводный процесс. Специалисты центра делают все возможное, чтобы ребенок благополучно вернулся домой.









Здесь помогают пережить трагедию, обрести душевное равновесие, вернуть взаимопонимание в семью. На профилактику семейного неблагополучия нацелено и дневное отделение центра «Отрадное». Его воспитанники продолжают жить дома, а сюда приходят на определенное время. Психологи совместно с семьями решают проблемы на том этапе, когда они еще не достигли предельного накала, а при этом и родителям помогают разобраться в создавшейся ситуации, найти из нее оптимальный, щадящий ребенка выход. В дневном стационаре дети занимаются в художественных студиях и мастерских. По мнению специалистов, творчество способствует решению семейных проблем, поскольку в нем дети переосмысливают свое поведение. Для наглядности один пример. В центре есть хор, где вместе поют родители и дети. Увлеченные творчеством, они уходят от мучительных проблем — совместно.

До сих пор речь шла о семьях со здоровыми детьми, проблемы которых в итоге разрешаются. А как помочь тем, кто воспитывает ребенка-инвалида и понимает, что это его удел на всю оставшуюся жизнь. Поддержать такие семьи — важнейшая задача, над решением которой также сегодня трудится центр «Отрадное». В 2011 году здесь было открыто отделение социальной реабилитации детей с инвалидностью. Сейчас под его опекой находятся тридцать семей с детьми-инвалидами в возрасте от трех до восемнадцати лет. О том, насколько сложная задача стоит перед специалистами, говорят диагнозы маленьких пациентов: задержка психического развития, аутизм, генетические заболевания. В такой ситуации в поддержке нуждается как сам ребенок, так и его близкие — родители, семья. Чтобы развязать навалившийся на них узел проблем, в центре разработали трехуровневую программу: работают отдельно с ребенком, отдельно с его семьей, с ребенком и семьей одновременно.

Реабилитационный путь ребенка начинается с его диагностики, по результатам которой определяются коррекционно-развивающие занятия с психологом и логопедом. Через некоторое время ребенок выходит за рамки отделения и включается в работу всего центра. Проводится его социализация средствами арт-терапии — рисованием, музыкой.

Дети-инвалиды занимаются совместно со здоровыми, хотя у каждого из них своя индивидуальная программа. Результаты порой просто удивительные. Ну, например, можно ли научить ребенка, который не говорит, петь? Оказывается можно, да так, что делать он это будет с большим удовольствием и интересом.

Музыкальный руководитель Диана Михайловна Квасова рассказывает об этом так:

— Прежде всего, залогом успеха являются усердие и терпение как ребенка, так и педагога. Каждый шаг



вперед помогают делать специальные методики, главное, не гнаться за быстрым успехом, учитывать физическое и душевное состояние ребенка. Если он с чем-то не может справиться, лучше переждать, заняться чем-то другим. Дети, не умеющие говорить, хорошо вокализируют и делают это с душой, с удовольствием. Кстати, они у нас не только поют в хоре, но даже солируют.

На определенном этапе к процессу реабилитации подключается семья. Для нее — «Родительский клуб», где дважды в месяц взрослые встречаются с психологом. Любопытное наблюдение: если на первых порах основную помощь и поддержку оказывает специалист, то потом, по мере включения в индивидуальные и групповые занятия, родители все больше поддерживают друг друга. Они знакомятся. Обсуждают свои проблемы, делятся опытом, информацией, помогают в различных делах.

И вот наступает момент, когда в работу включается вся семья. Для наглядности один конкретный пример. Центр установил хорошие деловые связи с Музеем изобразительных искусств имени А.С. Пушкина. Дети с родителями сначала просто посещали этот музей, знакомились с его экспозицией. А потом перешли в художественные мастерские и совместно занялись творчеством.

В общей сложности курс реабилитации продолжается три месяца. По его итогам консилиум специалистов дает свое заключение о том, чего в результате удалось добиться. Например, ребенок научился произносить ранее произносимую букву или у него появились дополнительные коммуникативные навыки. Все это очень важно заметить и отметить, поскольку в следующий раз, через полгода, не придется начинать с нуля — будут либо продолжать начатую программу, либо поставят новую задачу.

Если говорить о помощи мамам, то центр реализует еще один очень востребованный проект «Социальная передышка». Его цель — освободить на время маму от забот о ребенке, чтобы она могла сделать какие-то свои дела или просто отдохнуть. Родители приводят в центр своего ребенка и оставляют его на три часа под присмотром специалистов. Все это время социальный педагог играет с ребенком, читает ему книжки, просто говорит, занимается рисованием и делает все это грамотно и профессионально.

Сегодня в центре обычный день. В одном из кабинетов вижу малыша, лежащего на кушетке на животике. Молодая мама нежно поддерживает его, помогая опереться на ручки. Это Анна Грязева и ее четырехлетний сын Глеб. Малыш очаровательный, как и мама, красивая, модно одетая, с улыбкой на лице. О таких говорят: она светится материнством. А между тем Глеб — тяжелый инвалид: он не ходит и не говорит. В центре с



семьей работает логопед, ей оказывается психологическая поддержка. Они занимаются всего два месяца, а результат виден безусловно: передо мной уверенная в себе, не опустившая руки женщина.

— Здесь я эмоционально разгружаюсь, — говорит Анна, — здесь очень доброжелательная, располагающая обстановка. Если нужна какая-то помощь, ее всегда окажут, всегда поддержат.

А Ольга Дровнева привела своего сына на занятия к логопеду. Саше девять лет. Его диагноз — отставание в развитии. В центре он это отставание постепенно преодолевает. Три года назад, когда он с мамой впервые пришел сюда, мальчик совсем не говорил. Сейчас и говорит, и начал писать, хорошо рисует. Его работы украшают стены отделения. Мама уже задумывается о переводе его из коррекционной школы в школу с более сильной программой.

Познакомившись с отделением реабилитации детей с инвалидностью, задаю его заведующей Светлане Викторовне Пода традиционный вопрос: «Какими вы хотели бы видеть перспективы своей работы?».

— Чтобы было меньше больных детей, — отвечает она, — чтобы все были здоровы и воспитывались в благополучных семьях.

Сегодня центр «Отрадное» делает все, что от него зависит, чтобы будущее было именно таким.





# У ПАРАЛИМПИЙЦЕВ — НОВОСЕЛЬЕ



В Москве открылся Дом паралимпийского спорта. Об этом событии рассказывает председатель Исполкома, первый вице-президент Паралимпийского комитета России Павел Рожков.

— Этот дом мы начали создавать еще в 2008 году.

Триумфальные выступления российской команды на Паралимпийских играх в Лондоне (2012 год) и Сочи (2014 год) подтвердили: свой дом — просторный, красивый и современный — эти мужественные люди заслужили.

Паралимпийскому комитету России были безвозмездно переданы помещения общей площадью 3540 кв. м. в историческом центре Москвы, на Тургеневской площади, в современном, комфортабельном здании. Здесь разместились зал Исполкома, актовый зал, библиотека, кабинет функциональной спортивной классификации, медиацентр, универсальный спортивный зал «Паралимпийский», Музей паралимпийского спорта, где уже собран ряд уникальных экспонатов,

символизирующих традиции и славу отечественного паралимпийского спорта.

К этому следует добавить, что Дом паралимпийского спорта отвечает всем требованиям доступности, человек с любой инвалидностью может чувствовать себя здесь комфортно.

Начнем знакомство с первого в России Музея паралимпийского спорта. Его экспонаты воссоздают историю паралимпийского спорта — с 1996-го до 2014 года. В застекленных витринах выставлены уникальные предметы, уже сегодня ставшие историческими реликвиями. Есть среди них такие, которые все мы хорошо помним. Например, факел Сочинской паралимпиады. А есть экспонаты, которые показывают спортивный дух и волю к победе российских паралимпийцев, они сегодня дороги как память о прошлых спортивных баталиях. Это и подарки, которые получали спортсмены, не дошедшие совсем немного до победы, заняв 4-5 места: дипломы и различная сувенирная атрибутика.



О Паралимпиаде в Лондоне (2012 год) напоминает российский флаг, который наши спортсмены передавали друг другу во время Игр-2012. Из Пекина — памятные медали и почетные знаки. А из Турина вернулись расписные самовар и сервиз, из которых паралимпийцы пили чай в Русском доме.

В музее можно увидеть медали, причем не безымянные, а реально завоеванные на Паралимпийских играх. Их передали сюда сами спортсмены: золотую медаль, представленную в музее, завоевала Ольга Семенова — трехкратная чемпионка Паралимпийских игр по легкой атлетике спорта слепых; бронзовую медаль — Татьяна Савостьянова — серебряный и двукратный бронзовый призер Паралимпийских игр по дзюдо спорта слепых.

Как известно, спортсмены-паралимпийцы используют особое спортивное снаряжение. Все это также представлено в экспозициях музея. Начнем со следж-хоккея. Наша команда в Сочи, как известно, завоевала серебро. Как и в чем выступали спортсмены? Их снаряжение представлено наглядно. Вот сидит манекен в человеческий рост, полностью экипированный к матчу. Мы видим настоящий костюм, специализированные сани, две клюшки (а именно две нужны такому хоккеисту), все средства защиты спортсмена.

Также представлены горные лыжи и звуковой мяч для футбола слепых — все это не только погружает в глубины паралимпийского спорта, но и заставляет еще раз задуматься о высокой цене каждой медали, завоеванной спортсменом-инвалидом.

Сегодня экспозиции музея продолжают пополняться. И хочется надеяться, что в ней будут появляться свидетельства будущих побед наших спортсменов.

Но музей — лишь одна из зон Дома паралимпийского спорта.

Идем дальше. Обращает внимание, что стены коридоров увешаны красочными фотографиями, запечатлевшими яркие моменты выступлений россиян на Паралимпийских играх в Сочи и Лондоне. Все это создает особую атмосферу гордости за нашу команду, за наших паралимпийцев.

Также на территории Дома паралимпийского спорта расположены актовый зал и универсальный спортивный зал «Паралимпийский».

Спортивный зал получил «боевое крещение» в день открытия Дома, приняв на своих площадках более двухсот детей из специальных коррекционных школ-интернатов.

На церемонии открытия помощник Президента Российской Федерации Игорь Левитин зачитал приветственный адрес Президента Российской Федерации В.В. Путина. В нем, в частности, говорится: «Паралимпийский спорт объединяет под своими знаменами мужественных, волевых, сильных духом людей. И







мы искренне гордимся и восхищаемся российскими спортсменами, которые не только добиваются блестящих побед, но и прокладывают дорогу другим, дарят им надежду, помогают поверить в себя, стать выше жизненных обстоятельств».

Открыла Дом паралимпийского спорта председатель Совета Федерации Федерального собрания Российской Федерации Валентина Матвиенко. Она, в частности, отметила:

— Это долгожданное событие для всей спортивной общественности и, безусловно, знаменательная веха в развитии паралимпийского движения. Сделан шаг в создании системы массового адаптивного спорта, без которой удержать и приумножить сегодняшние спортивные достижения невозможно.

Дети приняли участие в мастер-классах по фехтованию на колясках, армспорту, пауэрлифтингу, биатлону, следж-хоккею, велоспорту, мини-гольф.

Помощник президента Игорь Левитин показал детям основы игры в настольный теннис. Заместитель председателя правительства Аркадий Дворкович дал сеанс одновременной игры в шахматы. Заместитель министра спорта, олимпийский чемпион Павел Колобков показал детям основы фехтования.





Все это органично вписалось в праздник открытия Дома паралимпийского спорта.

Сам же спортивный зал по своему функционалу необычный, полностью мобильный. Это значит, что его можно разделять на зоны, легко приспособлять к любому конкретному мероприятию. Так, можно оборудовать площадку для проведения соревнований, выделить место для болельщиков или выгородить специальное помещение для шахматистов, где им будет обеспечена необходимая тишина.

В актовом зале в день открытия Дома состоялась IX торжественная церемония награждения премией Паралимпийского комитета России «Возвращение в жизнь».

Кто из выдающихся спортсменов проявил себя наиболее значимо? Чьи результаты на международной арене заслуживают самого большого внимания? Кто внес самый высокий вклад в развитие адаптивной физической культуры и спорта? Чьи поступки будут служить примером для подражания миллионам инвалидов страны? На кого будут равняться остальные? Решение об этом каждый год принимает Паралимпийский комитет России, который отмечает заслуги отличившихся специальной премией «Возвращение в жизнь».

Ежегодно, начиная с 2005 года, Паралимпийский комитет России с Министерством спорта Российской Федерации, ВГТРК и Фондом поддержки паралимпийского спорта «Параспорт» проводят торжественную церемонию награждения выдающихся спортсменов-паралимпийцев, тренеров национальной сборной команды и организаторов спорта этой авторитетной премией.

Очень востребованным у паралимпийцев будет конференц-зал. Он оборудован всем, что необходимо для проведения презентаций, симпозиумов, конференций. Теперь паралимпийцы смогут вести всю эту работу у себя, в «домашней» обстановке.

Медиацентр с собственной студией, библиотека, где собрана литература, в том числе специальная по паралимпийской тематике, кабинет спортивной классификации — все это тоже призвано служить паралимпийцам.

Дом в его традиционном понимании — это то место, где человека ждут, любят, где он черпает силы и приобретает жизненные навыки, опыт, стойкость. Думается, Дом паралимпийского спорта станет именно таким местом как для наших спортсменов-инвалидов, так и для подрастающего поколения.





Екатеринбургская общественная организация «Белая трость» осуществляет социальную и психологическую реабилитацию инвалидов по зрению с помощью парусного спорта и других необычных проектов.

## Сеть фрутов под килем



О.Б.Колпащиков на борту парусного катамарана Lover

«Добро пожаловать на наш катамаран!» — в моей телефонной трубке раздался раскатистый бас екатеринбуржца О.Б. Колпащикова. Олег Борисович возглавляет общественную организацию инвалидов по зрению «Белая трость». С 2011 года уральские общественники организовали уже десять парусных регат, в которых наряду с профессиональными яхтсменами принимали участие незрячие и слабовидящие люди.

Одна из них прошла на парусном катамаране Lover. Она стартовала и финишировала в столице Латвии Риге. За три недели любители парусного спорта прошли около тысячи миль, посетили Санкт-Петербург, Таллинн, Хельсинки и многие другие города.

Мне захотелось ближе познакомиться с организатором этого смелого проекта.

Он екатеринбуржец. В 1990 году, после окончания средней школы, поступил на инженерный факультет Института народного хозяйства. Но через несколько месяцев из вуза ушел: в то время все мысли и помыслы были заняты бизнесом.

В ноябре 1993 года жизнь Олега резко изменилась. Вместе со своими деловыми партнерами он два раза в неделю посещал екатеринбургский спортивно-оздоровительный комплекс «Калининец». Молодые люди занимались в тренажерном зале, парились в бане, играли в бильярд. Взрыв прогремел в бильярдной. Бомбу с часовым механизмом преступники заложили в кадку с пальмой. По роковому стечению обстоятельств Олег стоял лицом к месту взрыва. Одного глаза лишился сразу. Была надежда, что на втором врачам удастся сохранить небольшой остаток зрения. Но эта надежда, к сожалению, не оправдалась. Зрение было полностью и безвозвратно потеряно.

Родственники и друзья не оставили в беде. Но лучшей и самой главной реабилитацией стала работа. Уже через три месяца после взрыва, сразу после выписки из больницы, он вернулся в свою фирму. Удалось остаться в бизнесе. Олег смог продолжать жить почти так же, как и до наступления инвалидности.

Хотя организация работы тоже стала иной: перестал водить машину, стал требоваться помощник при работе с документами. Сегодня Олег Борисович считает, что секрет его успеха кроется в умении устанавливать добрые, доверительные отношения с людьми. Это помогает ему и в бизнесе, и в общественных делах.



В 2006 году мужчина принял решение стать бизнес-консультантом. Это был логичный шаг. Многолетний опыт делового человека подготовил необходимую базу для новой работы.

Олег и сейчас является бизнес-консультантом. Но главным делом его жизни оказалась общественная работа. В 2010 году предприниматель стал создателем и бессменным руководителем екатеринбургской общественной организации инвалидов по зрению «Белая трость».

В октябре 2011 года «Белая трость» начала реализацию масштабного многолетнего проекта «Паруса духа». Главная цель проекта — реабилитация инвалидов по зрению через парусный спорт. «Мы не претендуем на роль первооткрывателей в этой сфере, — подчеркивает О.Б. Колпащиков. — В течение многих лет инвалиды по зрению, в том числе тотально незрячие люди, активно занимаются парусным спортом. С 2000 года яхтсмены с ограниченными возможностями здоровья принимают участие в Паралимпиадах. Наша задача состоит в том, чтобы сделать парусный спорт доступным для всех людей с инвалидностью по зрению, которые хотят им заниматься».

В октябре 2011 года состоялась первая парусная регата. Она продолжалась неделю и проходила в Адриатическом море близ побережья Хорватии. В 2012 году

«Белая трость» организовала три крупных регаты: на озере Байкал, в Андаманском море Таиланда и Средиземном море у побережья Турции и Северного Кипра. В 2013 году незрячие и слабовидящие яхтсмены оттачивали свое мастерство у побережья Кубы, а также в Северном море.

В 2014 году уральские пилигримы успели совершить еще два морских путешествия: по турецкому побережью Средиземноморья и по Черному и Азовскому морям из Таганрога в Одессу. Турецкое путешествие особенно примечательно тем, что оно проходило в рамках международной парусной регаты «Банзай покоряет мир». Команда «Белой трости», состоящая из четырех зрячих и четырех незрячих яхтсменов, заняла второе место среди шестнадцати спортивно-круизных яхт, принимавших участие в регате.

На 2015 год запланирован трехмесячный круиз вокруг Европы по маршруту Санкт-Петербург — Сочи и посещение 25 европейских стран. «В перспективе мы хотим покорить на парусных яхтах и катамаранах все мировые океаны, — подчеркивает О.Б. Колпащиков. — И эти планы совершенно реальны!».

За время реализации проекта в различных этапах парусных регат приняли участие более ста инвалидов по зрению.



Парусный катамаран Lover





Незрячий штурман Евгения Малышко и зрячий яхтсмен Янис Элэртс



Команда и гости парусного катамарана во время стоянки в Санкт-Петербурге

По мнению Олега Колпащикова, участие в парусных регатах является одной из наиболее эффективных форм реабилитации инвалидов по зрению: «Разумеется, незрячие люди не могут в одиночку справиться с управлением парусной яхтой или катамараном. Команда «Белой трости» всегда состоит из зрячих спортсменов-яхтсменов, а также инвалидов по зрению, которые с удовольствием осваивают премудрости парусного спорта».

Какая регата запомнилась Олегу Колпащикову больше всего? «Незабываемое впечатление оставила регата 2014 года, проходившая в Крыму. Наша команда доставила гуманитарную помощь для незрячих и слабовидящих соотечественников. Мы проводили семинары по социальной и психологической реабилитации инвалидов по зрению в Симферополе, Севастополе, Ялте и других крымских городах. Очень интересные встречи прошли в международном детском лагере «Артек».

Участие в парусных регатах помогает незрячим и слабовидящим людям научиться работать в команде. Здесь представляется возможность проявить себя и подставить плечо другим, почувствовать настоящую морскую дружбу, научиться выполнять поставленные задачи в необычной и непривычной обстановке. Эти навыки обязательно будут полезны на берегу.

*Илья Бруштейн*

*Фото автора и из архива О.Б. Колпащикова*



# НА РЫБАЛКУ — В ИНВАЛИДНОЙ КОЛЯСКЕ



Рыболовная база «Московская» оборудовала в Астраханской области номер специально для колясочников. Здесь сделали пандус-заезд в номер, необходимые поручни и перила.

Расширены проемы внутри номера, нет порогов, адаптированы все сантехнические помещения (туалет, душ).

Кроме того, смонтирован пандус для заезда в здание ресторана.

Чтобы было удобно в лодке ловить рыбу, в один из «Катранов» поставлено специальное вращающееся кресло, которое позволяет забрасывать удочку в обе стороны и разворачиваться в зависимости от ситуации.

Если у вас есть друзья или родственники, кто бы мог сопроводить вас на рыбалку в Астрахань, вас ждут на базе «Московская» круглый год!

В зависимости от времени года и ваших рыболовных пристрастий здесь можно насладиться как ловлей таких речных гигантов, как сом и сазан, так и бесперебойным клевом тарашки и воблы. Щука, судак, окунь, жерех — все это рыбное разнообразие также ловится в этой акватории.

Персонал базы обещает сделать всё, зависящее от него, чтобы ваша поездка прошла максимально комфортно и плодотворно, чтобы у вас остались только положительные воспоминания о поездке и самые приятные впечатления. А астраханская рыбалка, астраханский воздух и астраханское солнце — обязательно прибавят вам здоровья и сил!



**Контактные телефоны:**  
8-495-507-77-99, 8-926-266-66-77

**Электронная почта:** [mosbaza@inbox.ru](mailto:mosbaza@inbox.ru)

**Адрес:** Астраханская область, Камызякский район, с. Верхнекалиново,  
15-й километр дороги Камызяк-Кировский



# НА КОНСУЛЬТАЦИИ У ПСИХОЛОГА



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



*Моя дочь, ей 16 лет, всерьез собралась замуж за мальчика двумя годами старше. Мы с отцом в панике — какая из них семья, сами еще дети. А про себя я думаю: может быть, смириться, и будь что будет? Или все же препятствовать до конца?*

*Хохлова, Вологда*

Уважаемая читательница, попробуйте предположить: что последует после того, как Вы решите принять одно или другое решение? Что Вы будете чувствовать по отношению к дочери, а что — она к Вам? Рассмотрите разные варианты — как возможной счастливой семейной жизни и благополучия дочери, так и в случае неудачи, которая способна наложить отпечаток на всю дальнейшую жизнь. И хотя по закону дочь имеет право сама принимать подобные решения, подумайте: так ли это важно в случаях, когда речь идет о судьбе родного человека.

Одна из основных характеристик взрослых поступков — не только принятие решения, но и несение ответственности за то, к чему это решение приведет. Поговорите с молодыми людьми, узнайте их представления о том, что будет после свадьбы, как они планируют заниматься учебной или работой, вести дом, каким образом находить выходы из типичных ситуаций, в которые попадает молодая семья. Поделитесь особенностями первых лет совместной жизни, расскажите о трудно-

стях, которые неизбежны. Конечно же, не стоит рисовать семейную жизнь одними лишь темными красками — старайтесь быть объективными. Откровенно поделитесь как своим отношением к такому поступку, так и тем, каким образом вы с мужем сможете помочь. А затем позвольте дочери принять самостоятельное решение.

*Я учусь в седьмом классе. Мои родители воспитали меня так, что нужно быть честным до конца. И вот мой друг начал курить. Родители его что-то заподозрили и стали допытываться у меня. Я в полной растерянности: предать друга или соврать?*

*Проклов Ваня, Брянская область*

Здравствуй, Ваня! Очень хорошо, что ты думаешь о друге и о последствиях рассказа его родителям. А еще замечательно, что ты с уважением относишься как к собственным принципам, так и к тем, кто тебе их привил. Но дело касается не только тебя и родителей друга, в ситуации также есть еще одно, пожалуй, самое главное лицо. Речь о твоём друге. Поговори с ним: расскажи и о том, что его родители хотят выяснить, и о своем положении. Возможно, друг сам поговорит со своими родителями — попросит не беспокоить тебя, например, или решит признаться в привычке. А может быть, решит бросить курить. Бывает по-разному, но в любом случае это

будет его решение. Ты же в этой ситуации поступишь по-дружески, не изменяя своим убеждениям.

*Я воспитывалась в простой, бедной семье. Всю жизнь сталкивалась со многими ограничениями: то нельзя, это не для нас. Сейчас мне двадцать лет, и у меня комплекс собственной неполноценности. Как с этим бороться?*

*Людмила Захарова, Серпухов*

Уважаемая Людмила, прежде всего, разберитесь: в каких ситуациях Вы ощущаете проявления комплекса? Возможно, Вы стесняетесь скромной одежды или не можете себе позволить потратить деньги, например, на кино, кафе, отдых на море. Порой случается, что человек в целом доволен собой и своей жизнью, но чувствует себя «не в своей тарелке» при встрече с друзьями, просматривая фильмы или популярные журналы, листая профили социальной сети. Отметьте, в каких случаях Вы начинаете стесняться себя или своего образа жизни.

А дальше подумайте, в чем выражаются и насколько важны для Вас атрибуты жизни, «полноценной» в Вашем представлении. Что Вам даст, например, обладание дорогой косметикой или «брендовой» сумочкой, обед в лучшем ресторане или квартира в центре столицы и т.д. Подберите свои примеры. Сочли, что для гармоничной жизни Вам нужно обладать определенной вещью, положением, а возможно, некими чертами характера и стилем поведения? Прекрасно, теперь смело работайте над приобретением необходимого! Правда в том, что мы не способны изменить прошлое, тем более когда речь идет о детстве. Ведь ребенок полностью зависит от родителей, и чаще всего они делают максимум для того, чтобы ему было хорошо. Сейчас Вы сами способны определить, что Вам нужно для успешной жизни, и располагаете всеми возможностями достичь желаемого. Желаю Вам удачи!

*Что лучше: вытескивать свои эмоции на других людей или держать и переваривать все в себе?*

*Тарасов Олег, 18 лет, Казань*

Олег, прежде чем решить, как именно поступать с эмоциями, определи, почему ты их испытываешь, в каких случаях они появляются. Зачастую поведение других людей, их слова и поступки имеют значение только тогда, когда они напрямую касаются нас самих, наших собственных мыслей и действий. Например, можно злиться на что, что другие не поступают так, как нам нужно. Или в случае неудачи можно «сорвать зло»

на другом, не желая признавать собственной ошибки. Зачастую причинами конфликтов бывает плохое настроение или трудности, которые возникли в жизни. Но правда в том, что к нашим эмоциям имеем отношение только мы сами, от нас зависит, что чувствовать, а главное — как себя при этом вести.

Если ты чувствуешь, что крайне раздражен или зол на что-то или кого-то, воздержись от общения с другими, сославшись на то, что сейчас не можешь говорить, например. Попробуй в одиночестве разобраться, в чем причина, что тебя сильно разозлило и какое отношение к этому имеют другие. Криком и агрессией ничего конструктивно решить нельзя, а тем более исправить. Но при этом и «держать в себе» не выход. Накапливаемый внутри себя негатив рано или поздно выльется наружу и порой совсем не на того, к кому относится. Потом бывает стыдно за свою несдержанность, в порыве гнева говорится и делается много несправедливого. Из-за этого зачастую портятся отношения, мы обижаем самых близких людей.

Попробуй научиться «переваривать все» другим, более эффективным способом. Можно спокойно разбираться в ситуации и находить варианты ее изменения. Сил на переживания, сожаления и огорчения по поводу какой-либо неприятной ситуации уходит гораздо больше, чем на поиски решения проблемы. Рассуждай примерно так: «Да, это уже произошло, что я могу теперь сделать? Стоит ли «буксовать», раз за разом вспоминая плохое, или же надо идти вперед?»

*Как воспитать в себе твердость характера? Я имею в виду свою нерешительность. Никогда не могу твердо сказать «Нет!». Всегда мямлю что-то невнятное. Часто это оборачивается против меня.*

*Красина Н.П., Бологое*

В основе любого поведения человека лежат некие причины. Мы ведем себя определенным способом, потому что так легче, привычнее, безопаснее. Разберитесь с тем, что Вам мешает отказать. Подумайте, что произойдет после того, как Вы скажете «Нет!» чьей-то просьбе, возразите кому-то. Возможно, есть опасения, что другие сочтут Вас «плохой»: например, недостаточно опытным специалистом, ненадежной подружкой, ленивым человеком? Так ли это на самом деле, есть ли причины чувствовать себя неуверенно? Тогда подумайте, что может дать Вам уверенность в своих поступках и словах. Вспомните, в каких случаях Вы можете твердо не соглашаться с чем-то (или на что-либо) и почему. Только проанализировав таким образом свое поведение и найдя причины, которыми оно продиктовано, Вы



сможете изменить его. Самовоспитание — достаточно сложный и длительный процесс, но каждому под силу со временем избавиться от негативных черт характера и стать обладателем желаемых качеств.

*Мне 15 лет. Я единственный сын у родителей. Мои предки все время «собачатся» и, как мне кажется, терпеть не могут друг друга. При этом каждый на зло другому старается показать мне свою любовь. А я уже не верю ни отцу, ни матери. Зачем жить вместе, если совместная жизнь не в радость?*

*П. Игнатов, Елец*

Уважаемый читатель, всегда сложно понять, что происходит между другими людьми. Разумеется, можно иметь собственный взгляд, свое мнение на происходящее. Но вот быть уверенным в его правильности, в том, что объективно видишь и оцениваешь ситуацию, которую наблюдаешь, пожалуй, нельзя. Человек не вправе судить других, но при этом каждый может делиться своими ощущениями, рассказать, как влияют определенные события на него самого. Например, опиши родителям, что ты чувствуешь, когда они ссорятся, объясни, как важны для тебя оба родителя.

Подумай, почему у тебя сложилось впечатление, что они показывают тебе свою любовь, а не испытывают ее на самом деле. Часто человек ведет себя с другими так, как хотел бы, чтобы обращались с ним самим. Чувствуют ли твои родители, что ты их любишь, какие действия с твоей стороны дают им это знать? Возможно, папа и мама сейчас переживают не лучшие моменты своего супружества. А в такие периоды особенно важна поддержка, внимание, участие и любовь близких. Может быть, именно ты способен наладить мир в доме? Разумеется, от тебя не зависит изменение их общения друг с другом, не зависит состояние их брака. Но твое доброе, внимательное отношение к родителям, отсутствие высказываемых критики и негатива по поводу их поведения, вера в их способность разобраться в своих проблемах точно пойдут на пользу общей атмосфере в семье.

*Нужно ли и с какого возраста посвящать ребенка во взрослые дела, такие как семейный бюджет, взаимоотношения между родственниками?*

*Д.А. Портнова, Архангельск*

Попробуйте ответить на этот вопрос, рассматривая различные житейские ситуации, которые могут происходить.

Например, что касается финансовых вопросов, многое зависит от принципов воспитания. Если ребенок с малых лет привык, что его ни в чем не ограничивают, а требуемое он тут же получает, вряд ли у него есть повод считать, что бюджет семьи имеет предел. Ведь деньги, чтобы купить игрушку или угощение, есть всегда! Хотя вполне вероятно, что это не так. Поэтому кто, как не родители, должны поведать даже трехлетнему малышу, каким образом покупаются вещи и продукты. Например, поясните, что сегодня есть возможность купить что-то одно — новый мячик или фрукты. Постепенно объясняйте, что крупные покупки делаются редко и для этого нужно достаточно много денег. Сопровождая объяснение доступными возрасту ребенка примерами, расскажите, что есть вещи, которые надо обязательно купить, а есть то, что может подождать. Например, сначала надо купить хлеб к обеду, а потом, если останутся деньги, можно и шарики. Очень полезно показывать, что не все деньги тратятся на ребенка: в прошлом месяце сыну купили большой конструктор, а сейчас маме нужны сапоги и т.д. Не скрывайте и источник денег — они не просто так «берутся», а зарабатываются. Поэтому для того чтобы в воскресенье можно было сходить на аттракционы, в будни родители должны работать, и ребенок очень поможет тем, что будет ходить в детский сад.

Если Вы хотите избежать чувства неловкости в случае, когда малыш радостно делится с родственниками тем, что было сказано втайне от них, запретите себе вести разговоры на такие темы в его присутствии. Конечно, в принципе ни о ком не следует говорить за его спиной, особенно нелицеприятные вещи. Но если уж обсуждаете различные события и поведение людей, убедитесь, что в разговоре участвуют только взрослые. Помните, что ребенок в силу своего юного возраста не в состоянии разобраться в семейных перипетиях, а услышанную «информацию» может выдать в весьма измененном виде. К тому же никто не отменял вежливость и такт: вряд ли стоит насаждать собственное мнение другому, независимо от возраста. Скорее всего, Ваше личное отношение к свекрови сильно отличается от того, какой видит бабушку внучка.

*У нас с мужем разные взгляды на воспитание детей. Он предпочитает запрещать и наказывать, быть строгим, я считаю, что надо воспитывать любовью и добром. Компромисса найти мы не можем. Неужели единственный выход - мне сдать все свои позиции?*

*Инна Романова, Павлов Посад*



## Телефон неотложной психологической помощи 051



Уважаемая Инна, а о какой сдаче позиций идёт речь? Следует ли это понимать как то, что Вы перестанете быть доброй с сыном или дочкой, будете проявлять меньше любви и больше строгости? Хотя в письме и не упомянуто о возрасте Вашего ребёнка (или детей), можно предположить, что Вы, как мама «со стажем», вряд ли сможете так поступить. Да и это ли нужно детям?

Вряд ли будет ошибкой считать, что как мама, так и папа очень любят своих детей и хотят для них самого лучшего. Поэтому в их воспитании оба родителя руководствуются лишь теми принципами, которые считают наиболее грамотными и полезными. Именно поэтому взгляды на воспитание детей у мужа и жены могут быть различными, и при этом каждый считает их правильными, зачастую единственно верными. А раз так, почему бы их не объединить? Ведь в действительности детям одинаково нужны те самые много раз упоминаемые кнут и пряник. Просто и то, и другое следует применять в определённом порядке, который установлен родителями. И тут согласованность их взглядов на воспитание необыкновенно важна. Ребёнок должен чётко знать, что ему запрещено категорически, а что может быть разрешено, например, при определённых условиях. Допустим, в будние дни школьник должен ложиться до десяти вечера, но в выходные можно не спать до одиннадцати. Будет ли чрезмерно строгим папа, требующий выполнения этих условий? И что будет, если «добрая» мама станет разрешать ложиться спать, когда вздумается? Скорее всего, это создаст для ребёнка условия для манипулирования взрослыми, отношения между родителями обострятся, а атмосфера в семье станет напряжённой. Если взрослые не могут договориться о принципах воспитания чада, то и послушания от ребёнка ждать напрасно.

Лучше всего, если родители придерживаются единой тактики и их действия согласованы. А для этого стоит выслушать аргументы друг друга — как в пользу строгости, так и доброты — и попытаться понять их уместность. Помните, что вы оба заботитесь о благополучии самого дорогого для вас человека — вашего ребёнка. Но, действительно, имея в виду сказанное раньше, порой бывает сложно договориться. И в таком случае помогает взгляд со стороны. Хорошо бы, чтобы это был взгляд специалиста — психолога, разбирающегося в детско-родительских отношениях. Его помощь будет наиболее эффективной. Объективно оценивая ситуацию, профессионал укажет на спорные моменты в принципах воспитания, объяснит, как согласованность в тех или иных случаях может устранить проблемы, поможет вам лучше понять друг друга и вашего ребёнка. Всё это позволит вам с мужем достичь долгожданного компромисса, и позиций сдавать никому не придётся. Желаю Вам удачи!

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](http://www.msph.ru)
- Консультирование в чате
- Консультирование по skype



## Икона Божией Матери «Скоропослушница»



О пресвятая Дево, Мати Господа вышняго, скоропослушная заступнице всех, к Тебе с верою прибегающих! Призри с высоты небеснаго величия Твоего на мя, непотребного, ко святой иконе Твоей припадающа, услыши скоро смиренную молитву мене, грешнаго, и принеси ею к Сыну Твоему, умоли Его, да озарит мрачную душу мою светом Божественным благодати Своея и очистит ум мой от помыслов суетных, да умиротворит страждущее мое сердце и исцелит раны его, да вразумит мя на добрая дела и укрепит работати Ему со страхом, да простит вся содеянная мною злая, да избавит от вечныя муки и не лишит небеснаго Своего царствия. О преблагословенная Богородице! Ты благоизволила еси нарещися во образе Твоем Скоропослушница, повелевающи всем притекати к Тебе с верою, не презри яко мене, скорбного, и не попусти погибнути мне в бездне грехов моих, на Тя по Бозе все мое упование и надежда спасения, и Твоему покрову и предстательству вручаю себе во веки веков. Аминь.



Икона Божией Матери, именуемая «Скоропослушницей», — древний чудотворный образ. Она находится на Святой горе Афон, в монастыре Дохиар. Монастырское предание относит время ее написания к X веку, ко времени жизни настоятеля обители святого Неофита.

В 1664 году трапезарь Нил, проходя в ночное время в трапезную с зажженной лучиной, услышал от образа Богородицы, висевшего над дверью, голос, призывающий его впредь здесь не ходить и не коптить икону. Монах подумал, что это шутка какого-либо брата, пренебрег знамением и продолжал ходить в трапезную с коптящей лучиной. Внезапно он ослеп.

В горьком раскаянии молился Нил перед иконой Божией Матери, умоляя о прощении. И вновь услышал чудный голос, извещавший о прощении и возвращении зрения и приказывающий возвестить братии: «С этой поры будет именоваться сия икона Моя «Скоропослушницею», потому что скорую всем, притекающим к ней, буду являть милость и исполнение прошений».

Пресвятая Богородица исполнила и теперь исполняет Свое обещание — являет скорую помощь и утешение всем, с верою к Ней притекающим.

В России список иконы «Скоропослушница» находится в Спасо-Преображенском монастыре в Муроме. Она дважды способствовала восстановлению монастыря. Первый раз в 1878 году. Тогда монастырь полностью разорился. Кануть бы ему в Лету, но иноки с горы Афонской прослышали про беды своих братьев и прислали в Муром чудотворную икону «Скоропослушница». Она-то в считанные годы способствовала восстановлению монастыря.

Второй раз в 1995 году. Тогда с территории монастыря только-только выехала воинская часть, оставив казармы,

военный плац и церкви без куполов, используемые под склады. Целый год несколько монахов во главе со своим игуменом Кириллом молились в нищете и убогости в поруганном храме.

Через год им была возвращена чудотворная икона «Скоропослушница». И за четыре года на глазах прихожан был почти восстановлен Спасский собор, за ним — Покровский.

Муромчанам памятен такой случай. Приходит солдатская мать в храм и говорит: «Сын пропал в Чечне, за что молиться — за здоровье или за упокой?» «Конечно, за здоровье», — посоветовал ей игумен Кирилл. Отслужил сугубое моление за раба Божьего. Ушла женщина домой. Однако через несколько дней из комиссариата пришло известие: сын погиб. Прислали цинковый гроб. Вырыли могилу, а тут сын, целый и невредимый, возвращается из чеченского плена. Это чудо потрясло весь Муром. Могилу закопали, а сына повели к Спасительнице.

Одну женщину привели в церковь под руки — сама не могла идти. Страдала тяжелой формой ревматической болезни. Священнослужители научили ее и ее родных, как записочку подать, какую молитву читать. Во время службы окропили женщину святой водой, помазали чудодейственным маслом из лампадки, что висит перед «Скоропослушницей».

В сторбленном состоянии с большим трудом отстояла болящая женщина службу, поддерживаемая с двух сторон родственниками. Служба закончилась. Больная подняла к иконе просветленное лицо и... отказалась от помощи провожатых. Сама подошла к «Скоропослушнице». Поцеловала ее.

Каждый день своей любимой иконе несут простые прихожане, порой совсем бедные люди, скромные дары и цветы... И каждому она не отказывает, скоро и послушливо помогает.





# СПАСО-ПРИЛУЦКИЙ МУЖСКОЙ МОНАСТЫРЬ

Спасо-Прилуцкий мужской монастырь — один из крупнейших, богатейших и влиятельнейших монастырей русского Севера. Основан в 1371 году учеником Сергия Радонежского преподобным Димитрием Прилуцким. Находится на северо-восточной окраине Вологды, на левом берегу реки Вологды. Свое название монастырь получил от главной Спасской церкви и речной излучины, на которой он расположен.

История его такова.

В пяти верстах к северу от города, в излучине реки, Димитрий решил создать первый на русском Севере общежительный монастырь. Окрестные жители согласились помочь.

Первый деревянный храм будущего монастыря освятили в 1371 году. Рядом построили деревянные кельи для монахов. Идея основания под Вологдой монастыря нашла поддержку у великого князя Дмитрия Донского.

Углубленная молитва и строжайшее подвижничество сочетались у игумена Димитрия Прилуцкого с милосердием: он кормил нищих и голодных, принимал странников, беседовал с нуждающимися в утешении.

Скончался преподобный в глубокой старости 24 февраля 1406 года и был погребен у южной стены деревянного Спасского храма.

Местонахождение монастыря имело большое значение как с военно-стратегической точки зрения, так и для торговли. Известный дореволюционный историк С.М. Соловьев в труде «История России с древнейших времен» указывает, что Димитрий Прилуцкий построил свою обитель «на многих путях, которые шли от Вологды до Северного океана». Монастырь располагался на пересечении водных и сухопутных путей, ведущих из Москвы в Кириллов и Белозерск, в важнейшие центры международной торговли XVI века Холмогоры и Архангельск. От стен монастыря начиналась дорога в сторону наиболее доходных промыслов средневековья: солеварения (Тотьма и Сольвычегодск) и промысла рыбы и пушнины (весь север). Поэтому Спасо-Прилуцкий монастырь находился под покровительством московских великих князей.

Великий князь Московский Иван III брал из монастыря в поход на Казань икону Димитрия Прилуцкого, написанную иконописцем Дионисием. После похода он украсил икону золотом и серебром, вернув ее 3 июня 1503 года монастырю. В настоящее время эта икона находится в экспозиции Вологодского музея-заповедника, а в монастырь передан ее точный список.



В 1528 году в Спасо-Прилуцком монастыре великий князь Василий III и его супруга Елена Глинская молились о даровании наследника. Впоследствии их сын Иван IV Грозный своей грамотой освободил монастырские вотчинные села и деревни на пять лет от всяких податей. Иван Грозный впервые посетил монастырь в мае 1545 года, а в 1552 году брал в поход на Казань Киликийский крест из Спасо-Прилуцкого монастыря (в настоящее время также находится в экспозиции Вологодского музея-заповедника).

Знаком влияния Спасо-Прилуцкого монастыря стало участие его игуменов Гурия и Кирилла в Московских соборах для избрания государей: Бориса Иоанновича Годунова и Михаила Федоровича Романова.

Первые каменные строения на территории монастыря — Спасский собор, надвратная церковь Вознесения и трапезная палата с церковью Введения — были возведены в XVI веке.

В начале XVII столетия Спасо-Прилуцкий монастырь несколько раз подвергался разорению. В 1612 году на него напали отряды поляков и литовцев. Три дня хозяйничали они в монастыре. Была разграблена монастырская казна, сожжены архивы, в трапезной сожжены 59 монахов.

После разорений начала XVII века в монастыре возобновляется интенсивное строительство, при этом, как и во многих других монастырях, особое внимание уделяется оборонительным сооружениям: возводятся мощные стены и башни. Кроме того, в этот период строится новая колокольня — главная высотная доминанта комплекса, а также хозяйственные и жилые постройки.

Возродившийся после разорения к концу XVII — началу XVIII века монастырь стал одним из богатейших на русском Севере, крупнейшим землевладельцем и торговцем солью. Спасо-Прилуцкий монастырь имел вотчины в окрестностях Вологды, Грязовца, Кадникова, а также подворья в Москве (дом и каменная церковь Собора Иоанна Предтечи с приделом Димитрия Прилуцкого на Варварском крестце) и в Вологде (на месте дома губернатора).

Перед вторжением французов в Москву в 1812 году в Спасо-Прилуцкий монастырь были эвакуированы драгоценности патриаршей ризницы Троице-Сергиевой лавры, Чудова, Новоспасского, Знаменского, Николо-Угрешского, Покровского, Новодевичьего, Вознесенского монастырей и некоторых московских соборов. Здесь драгоценности хранились до освобождения Москвы.

Монастырь обладал богатейшей библиотекой. Большинство древних рукописных книг (например, «Житие преподобного Игнатия XVI века») было изъято в столичные собрания в XIX веке. «Бесцеремонное







отбирание» книг прекратилось только после соответствующего указа Синода от 1890 года, на момент которого в монастыре еще сохранялись несколько книг XV-XVI веков.

В 1898 году в непосредственной близости от монастыря прошла узкоколейная железная дорога Вологда — Архангельск. Через реку Вологду был построен временный, с деревянными устоями мост. Железная дорога внесла свои коррективы в тихую жизнь монахов, значительно увеличилось число паломников обители.

В 1918 году Спасо-Прилуцкий монастырь был закрыт. Имущество его было описано и частично конфисковано, часть помещений передана под нужды красноармейцев. Во время гражданской войны в башнях монастыря были устроены склады взрывчатых веществ, и только благодаря своевременно принятым мерам начавшийся однажды пожар не привел к уничтожению памятника.

Чтобы избежать дальнейшего осквернения национализированных храмов, расхищения богослужебной утвари, книг и святых икон, настоятель архимандрит Нифонт (Курсин) организовал при бывшем монастыре в селе Прилуки церковную общину из местных жителей.

С 1919 по 1923 год в монастыре проходили изъятия церковных ценностей, в том числе в помощь голодающим Поволжья.

В августе 1924 года договор с православной общиной был расторгнут, а свободный проход на территорию монастыря закрыт. Церковные предметы, представляющие исторический и искусствоведческий интерес, были переданы в Вологодский музей.

С 60-х годов прошлого века разрушающиеся постройки монастыря начали реставрировать. В ходе реставрации многим памятникам возвращен первоначальный облик XVI-XVII веков.

В августе 1990 года Русской православной церкви была передана надвратная Вознесенская церковь. В 1991 году в Прилуках вновь открыли мужской епархиальный монастырь. 24 февраля 1992 года, в день памяти Димитрия Прилуцкого, Спасо-Прилуцкий монастырь полностью возвращен Русской православной церкви.

После этого здесь возродилась монашеская жизнь, осуществлен ремонт монастырских строений, восстановлены иконостасы и колокола на соборной колокольне. Ежедневно совершается полный круг богослужений.

В обители работают несколько мастерских: свечная, столярная, иконописно-реставрационная и отделение Вологодского православного духовного училища.

При монастыре действует монастырская воскресная школа и подворье в Вологде — храм преподобного Димитрия Прилуцкого на Наволоке.

# ОНЛАЙН-ГИД ДЛЯ ИНВАЛИДОВ



Таким гидом должна стать «Карта доступности». Это совместный интернет-проект фонда поддержки инвалидов «Единая страна» и Оргкомитета «Сочи-2014», реализуемый при информационной поддержке компании КРОС. Цель проекта — создать наиболее полную базу объектов городской инфраструктуры с элементами безбарьерной среды на территории России, в том числе мест, находящихся в шаговой доступности, где люди с инвалидностью смогут заниматься спортом. В 2013 году при поддержке компании Samsung Electronics было создано мобильное приложение, которое сделало проект «Карта доступности» еще проще и удобнее для пользователей. Приложение распространяется бесплатно через Samsung Apps и Google play и стало уникальным справочным гидом по безбарьерной среде России.

— Проект «Карта доступности» развивается, ему уделяется большое внимание общества. Предназначенный для людей с ограниченными возможностями здоровья, он также помогает обществу понять, что такое безбарьерная среда. Благодаря сотрудничеству с компанией Samsung появилось мобильное приложение, более удобное для нанесения объектов на «Карту доступности». Мы будем и дальше развивать этот проект, есть планы по привлечению общественных организаций инвалидов для более активного его продвижения. Хотелось бы, чтобы в реальности появилось больше доступных объектов, чтобы человек с инвалидностью мог чувствовать себя свободно в обществе, — говорит Михаил Терентьев, заместитель председателя Комитета Госдумы по труду, социальной политике и делам ветеранов, председатель Всероссийского общества инвалидов.

— Мы считаем, что этот проект является важной частью наследия Паралимпийских игр, и для нас

огромная честь оказывать ему дальнейшую поддержку, развивая мобильное приложение, — отметил Сергей Певнев, директор Департамента корпоративных отношений штаб-квартиры Samsung Electronics по странам СНГ.

Благодаря совместным усилиям организаторов, волонтеров и обычных интернет-пользователей на карту нанесено уже свыше 21 тысячи объектов, доступных для людей с ограниченными возможностями здоровья в более чем 600 российских городах. Значительная их часть добавлена с помощью мобильного приложения.

С целью привлечения пользователей к активному участию в развитии проекта в 2014 году был проведен конкурс, в ходе которого объекты городской инфраструктуры с элементами безбарьерной среды в своих регионах пользователи размещали через мобильное приложение и сайт «Карта доступности». Самыми активными волонтерами стали Александр Филиппов из Санкт-Петербурга (527 объектов), Павел Кочкарев из Набережных Челнов (409 объектов) и Антонина Самойлова из Самары (107 объектов). Победители были награждены факелами, принимавшими участие в эстафете Паралимпийского огня «Сочи-2014», специальными призами от компании Samsung Electronics — смартфонами GALAXY Note 4 и памятными дипломами.

Проект «Карта доступности» уже стал обладателем ряда престижных российских и международных премий, таких как «Серебряный лучник» в номинации «Лучший проект в области социальных коммуникаций и благотворительности», международная премия SABRE Awards-2014 в номинации «Мультикультурный маркетинг», международная премия The Lovie Awards в категории «Мобильные приложения» (раздел Community & Social).







# ВЕСТИ ИЗ РЕГИОНОВ

## МОСКВА

С 2015 года в МВД России приступают к обучению патрульных и постовых жестовому языку. А уже с 1 января 2016 года полицейские-сурдопереводчики выйдут на дежурство.

Они должны будут при помощи жестов переводить устную речь для глухих или слабослышащих людей. Прежде всего, такие сотрудники полиции появятся в общественных местах с большим скоплением людей. Точный перечень сотрудников, которые должны будут научиться языку жестов, установят руководители подразделений МВД на местах.

Отдельно назначат полицейских, которые будут учиться тифлосурдопереводу — общению со слепоглухими. Также планируется обучить сурдопереводу проводников.

## САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

На станциях «Купчино», «Сенная площадь» и «Технологический институт» установили оборудование, совместимое со слуховыми аппаратами. Теперь слабослышащим пассажирам будет легче покупать жетоны и проездные билеты в кассах.

Система предназначена для передачи речевых сигналов через переговорные устройства «пассажир-кассир» на слуховой аппарат в режиме «Телекатушка». Она позволяет исключить посторонние акустические шумы, что необходимо для восприятия информации. В таком режиме сигналы может принимать и обычный бюджетный слуховой аппарат.

Планируется, что в ближайшем будущем такое оборудование установят на одной из касс на каждой станции метро.

## НИЖНИЙ НОВГОРОД

В Нижнем Новгороде начинаются испытания робота, который поможет человеку с заболеванием опорно-двигательного аппарата снова встать на ноги. Нижегородские ученые разработали экзоскелет — устройство, которое будет подчиняться мысли.

Экзоскелет создан сотрудниками Нижегородского нейро-научного центра и Научно-исследовательского физико-технического института Нижегородского государственного университета. Это ортез, корсет, который крепится к конечностям и помогает человеку передвигаться. Робот будет управляться с помощью прибора, способного переводить сигналы мозга в команды для машины. Прибор будет выглядеть как шапочка с датчиками.

Особенность российской разработки заключается в том, что человек сам будет управлять роботом. Западные аналоги либо двигаются по заданной схеме, либо идентифицируют мышечную активность пациента. Они не взаимодействуют с мозгом.

Робот поможет людям, которые пережили инсульт, восстановить связь между нейронами мозга и конечностями. Для них он будет выступать как тренажер. Люди, которые стали инвалидами из-за травмы позвоночника, с помощью экзоскелета также снова встанут на ноги.



Нижегородские разработчики уже создали макеты коленного и тазобедренного суставов. Если в ходе испытаний тесты окажутся успешными, новые экзоскелеты опробуют сначала на здоровых людях, затем — на больных. Новые роботы сделаны из металла. В перспективе авторы разработки планируют снизить вес конструкции за счет использования углепластика.

## ВЯТКА

Студенты Вятского государственного университета презентовали интерактивный экспонат, с помощью которого можно слышать музыку зубами.

Механизм его работы прост. Достаточно зажать металлический стержень между зубами, как через кость передадутся колебания на барабанные перепонки, и человек услышит звук.

Ощущения необычные. Звук как бы слышен в голове. Он более глубокий в отличие от того, что мы слышим ушами.

Такой аппарат будет особенно полезен тем, у кого повреждены барабанные перепонки. При помощи такого же механизма Бетховен сочинял музыку, будучи глухим.

Бетховен брал свою трость, зажимал зубами, приклонял трость к фортепиано, играл и через вибрации слышал звуки.

## БАРНАУЛ

Специалисты Барнаульского протезно-ортопедического предприятия впервые начали изготавливать биоэлектрические протезы, которые позволяют вращать кистью, захватывать и удерживать предметы. Первые протезы барнаульской сборки получили три жителя Алтайского края, причем бесплатно, за счет федеральных средств, выделенных Фондом социального страхования. В будущем планируется наладить и коммерческую сборку протезов.

В среднем производство одной конечности длится неделю, этим занимаются три специалиста, которые собирают протезы вручную.

Стоимость протеза — от 300 тыс. рублей. Цена зависит от сложности конструкции, а также от того, какая часть руки у пациента ампутирована.

Новые протезы могут быть востребованы молодыми людьми, у которых сохранилась мышечная активность. Тем же, кто страдает сахарным диабетом, они не подойдут. Для установки протеза важно, чтобы мышцы в оставшейся части конечности работали хорошо — биоэлектрический протез действует за

счет электродов, которые считывают электрический ток, вырабатываемый при сокращении мышц, затем передают его на микропроцессор и приводят конечность в движение.

Блок питания находится снаружи, заряжается от электросети. Одного заряда хватает примерно на 2—3 дня работы. Чтобы овладеть протезом, человеку нужно потратить как минимум день. При этом он сможет пользоваться даже такими мелкими вещами, как шариковая ручка, ложка, вилка. Также с протезом можно водить машину и ездить на велосипеде.

## ПЯТИГОРСК

Всероссийское общество слепых реализует программу переоснащения медицинской техникой санаториев и лечебно-профилактических учреждений ВОС. В конце 2014 года за счёт средств этой организации в санаторий ВОС «Машук» был поставлен новейший медицинский аппарат, который позволяет применять неинвазивную терапию ударной волны. Это один из наиболее эффективных способов устранения боли, связанной со скелетно-мышечной системой. Его стоимость — 1,5 млн рублей.

Сегодня на весь комплекс северо-кавказских лечебных учреждений, санаториев и пансионатов приходится всего 2 таких уникальных аппарата, один из которых теперь действует в санатории ВОС.

## БЕЛОВО (КЕМЕРОВСКАЯ ОБЛАСТЬ)

Уникальное инновационное изобретение для незрячих инвалидов — сенсорное устройство для ориентации в пространстве совсем скоро появится в Белове. Его авторы — студенты местного института. На одной из лекций ребята получили задание разработать инновационный проект. Так родилась идея создания сенсорного устройства для ориентации в пространстве.

Это особого рода датчики — сонары. На основе ультразвука они определяют расстояние до объекта и с помощью вибромоторчика передают человеку.

Инновации для людей с ограниченными возможностями постепенно становятся нормой жизни. Только в минувшем году в Белове для этой категории людей среда стала значительно доступнее. В парке «Семья» и на главной площади города появились специальные детские площадки для детей-инвалидов, для малышей с диагнозом ДЦП закупили уникальные костюмы, в поселке Новый городок двери распахнул спорткомплекс для людей с ограниченными возможностями здоровья.





## ЯПОНИЯ

В Японии прошел фешн-показ с участием необычных моделей — инвалидов. Они превратили свои ограниченные возможности в достоинства, а протезы — в атрибуты моды. Эти девушки, потеряв ногу или руку, не сдались. Каждая из них тренируется и готовится представлять свою страну на Паралимпийских играх.

В преддверии соревнований спортсменки решили привлечь внимание к своим особенностям. По словам участниц показа, сейчас инвалиды в Японии стыдятся себя и скрывают свои протезы от посторонних глаз. Девушки же утверждают, что тоже хотят быть модными и хорошо выглядеть. «Я хочу изменить представление о том, что людей с ограниченными возможностями нужно жалеть. Хочу показать, что протез может быть крутым, а иногда даже милым. Было бы здорово, если бы люди поняли, что протезирование можно рассматривать как часть моды», — говорит одна из участниц показа модель Йоко Сато.

Модные критики тут же отметили, что девушки ничуть не уступают по красоте знаменитым супермоделям.



## ИСПАНИЯ

Популярный среди туристов экскурсионный маршрут «Путь святого Иакова» в 2015 году будет доступен для людей, имеющих ограниченные возможности здоровья.

Стратегический план развития туризма в Леоне и Кастилье на период до 2018 года включает в себя поддержку владельцев отелей и остальных туристических объектов, которые готовы способствовать доступности своих услуг и товаров для лиц, имеющих ограниченные физические возможности. Количество вложенных в этот проект денег составляет 313 миллионов евро, в результате пансионаты, апартаменты, рестораны, памятники и музеи на 450-километровом участке будут соответствовать требованиям доступности.

Одновременно будет выпущено специальное мобильное приложение, которое даст возможность инвалидам спланировать свой маршрут. Раньше уже были изданы разные путеводители

с точной информацией о предоставляемых услугах, адаптированные для инвалидов. К их числу относятся «Сто жилых помещений, доступных для всех», «Памятники, музеи и пункты туристического интереса», «Рестораны», «Природные пространства и мероприятия на природе». Недавно этот список был дополнен путеводителем «Этнологические маршруты Испании».

На двенадцати маршрутах по виноградарско-винодельческому региону Леона и Кастильи находятся тридцать ресторанов и гостиниц, которые способны предложить комфортные условия особой категории туристов.

\*\*\*

В испанской Андалусии разработано новое мобильное приложение, предназначенное для людей с ограниченными физическими возможностями. Программа «Культурные маршруты Андалусии» поможет туристам самостоятельно подготовить путешествие по региону.

Приложение разработано для смартфонов и планшетов и позволит получать информацию о культурной жизни региона, туристических достопримечательностях, отелях и ресторанах. Оно содержит фотографии, исторические даты, интересные факты, располагает возможностью бронирования билетов. Если сейчас приложение включает только три города — Гранаду, Малагу и Антекеру, то в дальнейшем его география будет расширяться и охватит весь регион.

В настоящее время программа доступна на испанском, английском и немецком языках, а меню работает также на русском и китайском. Скачать ее можно бесплатно через Apple Store, Android Market или при помощи QR-кода.



## ИЗРАИЛЬ

Израильские ученые обнаружили генетическую мутацию, приводящую к наследственной глухоте. Открытие принадлежит группе исследователей из Тель-Авивского университета. Они работали с двумя иракскими семьями, где люди из поколения в поколение глухли без видимых причин. Подробно изучив их геномы, ученые поняли, что эти люди являются носителями мутировавшей версии гена SYNE4. Ранее его не связывали со слуховыми функциями.

В результате мутации происходило нарушение пространственной ориентации клеточных ядер,



что приводит к неспособности уха транслировать сигналы в мозг, хотя на работе других систем организма практически не сказывается. Далее происходит путаница в анатомии клеток. По мнению ученых, в дальнейшем может быть разработано лекарственное средство, способное хотя бы в отдельных случаях вернуть людям слух.



## США

Ученые Мичиганского университета выступили с многообещающим заявлением для около 26 млн американцев в возрасте от 20 до 69 лет, у которых наблюдается повреждение слуха вследствие воздействия высокого уровня шума. Исследования, проведенные на лабораторных мышах, показали, что известный как нейротрофин-3 (NT3) белок играет решающую роль в поддержании связи между ухом и мозгом (ленточным синапсом).

Повреждение так называемого ленточного синапса из-за высокого уровня шума или возраста может стать причиной потери слуха.

В исследованиях ученые в первую очередь нашли способ идентификации клеток NT3, а затем возможность активизировать их, в результате чего те получают способность считывать информацию с дополнительных образцов встроенных в них генов.

В результате использования этой технологии у мышей, частично потерявших слух в результате воздействия высокого уровня шума, наблюдался рост производства организмом NT3, и за две недели эти мыши вновь обрели способность слышать.

Однако подопытные животные были лишены слуха частично, так что пока неизвестно, можно ли будет вернуть слух абсолютно глухим мышам.

\*\*\*

В Кресаптауне, штат Мэрленд, местное исправительное учреждение может похвастаться необычной программой — заключенные обучают собак для службы ветеранам войны, которым требуется четвероногий поводырь или помощник. С ними после работы с кинологами служебные собаки проходят финальные тренировки перед отправкой к новому хозяину. Заключенным редкая возможность иметь рядом друга — только радость, а собакам — польза. Кинологи утверждают, что в тюрьмах щенки приспособляются

к строгому графику и последовательности действий лучше, нежели в приемных семьях.



## БРАЗИЛИЯ

Дорожная полиция южного бразильского штата Санта-Катарина задержала пенсионера, передвигавшегося по скоростной трассе на моторизованной инвалидной коляске. Бразилец оштрафован за скоростную езду.

Задержанный инвалид, у которого нет обеих ног и одной руки, сообщил полицейским, что решил протестировать новую коляску с мотором собственного изготовления.

Для тестов пенсионер выбрал скоростную многополосную трассу федерального значения BR-101, где разрешается только движение автомобилей. По свидетельствам очевидцев, инвалидная коляска с мотором развила такую скорость, что даже обгоняла попутные грузовики и легковые автомобили.

Инвалид-испытатель прекратил тестовый заезд только после того, как был остановлен патрулем дорожной полиции.

Официальным поводом для его задержания стала езда на транспортном средстве неустановленного типа без соответствующего разрешения.

## ВЕЛИКОБРИТАНИЯ



Бывший британский телепродюсер Эндрю Слоранс разработал инвалидное кресло на основе углеродного волокна, названное им Carbon Black. Слоранс стал инвалидом в возрасте 14 лет. Он всегда был недоволен тем, что производители инвалидных кресел неохотно внедряют в производство новые технологии и материалы. Поэтому цель — изобрести кресло заново — Слоранс поставил перед собой еще в 16 лет.

Основным материалом для Carbon Black стало углеродное волокно. Благодаря ему вес кресла составляет всего 8,5 кг, при этом оно остается надежным и прочным. Кресло также легко разбирается без каких-либо инструментов и без проблем перевозится в багажнике машины.

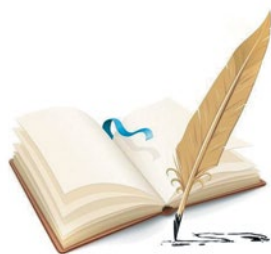
Над созданием Carbon Black работали инженеры, занимающиеся разработкой автомобилей для гонок «Формулы-1».



A detailed photograph of a classic living room. On the right, a large wooden fireplace with a brick interior has a bright fire burning. The mantel is decorated with a clock, two small figurines, and two blue and white ceramic teapots. Above the mantel hangs a framed portrait of a woman in a dark dress. To the left, a built-in bookshelf is filled with books, with a wicker basket of logs in front. A white sofa with a fringed skirt and a side table with a lamp are also visible. The room is lit with warm, soft light.

# *Литературная гостиная*





Борис Зверев родом из Рамешковского района Тверской области. После окончания школы заболел и почти потерял зрение (инвалид 1-ой группы). Двадцать лет отработал на предприятии ВОС. Стихи начал писать в 30 лет. Борис Зверев назван одним из лучших авторов поэтического Верхневолжья.

### ПОКАЯННОЕ

*«Тебе твой мальчик на ладони  
Седую голову кладет...»  
(Расул Гамзатов)*

Увидев грань за дымкой голубою,  
Что пролегла на жизненном пути,  
Хочу покаяться я, мама, пред тобою:  
Прости за все,

пожалуйста, прости.

За то, что мог седины и морщины,  
Да не сумел когда-то отвести,  
Давно не мальчика,

солидного мужчину,

Прошу тебя:

пожалуйста, прости.

Каким бы ни казался я солидным,  
Мне груз вины все тяжелей нести.  
За боль сердечную, за горькие обиды  
Прошу тебя:

пожалуйста, прости!

Я не стыжусь согнуть в почтенье спину,  
Когда прощенья у тебя молю,  
Прости грехи великовозрастному сыну:  
Ведь я тебя, как маленький, люблю.

И не могу себя не виноватить,  
Хоть быть старался сыном неплохим,  
Я на коленях пред тобой, святая мать,  
Сними с души тяжелые грехи.

Пока еще мы оба не за гранью,  
Пусть до тебя, родная, долетит  
Раскаянье мое и покаянье,

Прости за все,

пожалуйста, прости!

### МОИ НАГРАДЫ

Сегодня утром на окраине села,  
Когда заря запуталась в кустах,  
Мне осень — самодержица повесила  
На грудь медаль кленового листа.

Еще полсентября не пройдено,  
А я уж царственной десницей  
На днях был удостоен ордена —  
Листа березового

с веточкой в петлицу.

Сусальным золотом осенней пробы,  
Как купол храма, позолочен мир.  
Теперь я жду от царственной особы  
Подвески из рябины

на мундир.

Когда ж умчится бабье лето  
В карете золотой зиме навстречу,  
Дубовых листьев эполеты  
Ноябрь возложит мне на плечи.

И вот однажды утром серым,  
Когда последний лист деревья сбросят,  
Я стану полным кавалером  
Наград, что раздавала осень.

### ЗИМНЯЯ ПЕСНЯ

Снегами белыми вся запылена,  
Спит тихо Родина моя хорошая,  
Вся запылена да заметелена.  
Зима баюкает ее метелями.  
Перины белые, как пух, постелены,  
Мороз их холодом весь год отбеливал.  
Стелил-выбеливал он насты гладкие,  
Теперь в них Родина сны видит сладкие.  
Под звездным кружевом,

при свете месяца







Постель постелена ей на пять месяцев.  
Вся в белом инее, мое спасение.  
Ее разбудит в срок капель весенняя,  
Капель весенняя да ветры южные.  
Ну, а пока она лежит завьюжена,  
Лежит завьюжена да запорошена.  
Пусть сны ей видятся  
лишь про хорошее!

## РОССИИ ПРЕДАНЫ БЕЗ ЛЕСТИ

*Памяти бабушки и дедушки*

России были преданы без лести,  
Не требуя за преданность награды,  
Мой дед, что в сорок первом пал без вести,  
И бабушка, прошедшая блокаду.  
Их звали Ефросинья и Василий —  
Обычные для русских имена.  
Они уже двух дочек народили,  
Когда рассвет разорвала война.  
Ушел Василий в проклятую осень,  
Пролитую дождями и свинцом,  
Не зная, что носить придется Фросе  
Блокады обручальное кольцо.  
Той осенью без вести пал Василий  
От голода, болезней иль свинца,  
А Ефросинья стойко доносила  
Кольцо блокады жуткой до конца.  
У деда ни креста нет, ни могилы:  
Так многие с той осени лежат,  
Те, что Отчизну грудью заслонили,  
Не требуя ни славы, ни наград.  
И не осталось ничего, чтоб внуки  
Могли, как память, подержать в руках,  
Лишь в книге скорби памяти и муки:  
«Пал без вести» — короткая строка.  
России были преданы без лести,  
И этого оспаривать не надо,  
Мой дед, что в сорок первом пал без вести.  
И бабушка — защитник Ленинграда.

\*\*\*

**Предлагаем вашему вниманию одно из произведений, присланных на литературную номинацию Второго Московского фестиваля творчества «Нить Ариадны».**

## ИЗ ТАЕЖНОГО ДНЕВНИКА

Солнце, словно огненный бубен, висит над темными падыми, над стальными выкряями озер, над зубчатыми грядами далекого хребта.

Кочевая жизнь, комары. Тишина топких болот! Сполна нахватавшись хвойного воздуха, заправленного дымом костров, истоптав по звериным болотам не одну пару сапог, при возвращении в тесный людской мир вдруг хочется не у костра, а иным теплом согреть душу.

Всхолмленную страну на юге урезают хребты, а на севере она уходит в беспредельность. Далеко раскидывается холмистая земля, покрытая зыбунами, чахлыми лиственницами, бельмоватыми озерами. Серое выцветшее небо и лысые бугры. И застывшие в вечном поклоне ели, и голодный беркут... Шумливый ручей на дне залесенного распадка.

На поляну ложится прохлада, и густой лиловый сумрак позднего вечера окутывает тайгу. Огонь пожирает головешки костра, под грудями расплавляющихся углей вспыхивает и потухает синее пламя, и в этой синеве видится какое-то знамение. В неподвижном воздухе уснувшего осеннего леса шныряют пучеглазые совы. По черному небу чертит зарница, и далеко, точно в пустую бочку, ударяет гром.

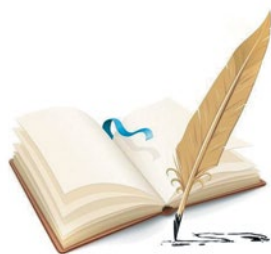
От мрачного состояния, в какое повергает чело века Нагорье при длительном общении с ним, не то что к людям — к дьяволу в пекло сбежишь!

Тяжелый мрак ложится на спящую землю. Костер догорает. В лесу смолкает. Тускнеет небо. Из его темной бездны веет дыханием ночи. Отражаясь в зеркальной глубине заливчика, мерцает тлеющим угольком Юпитер. Возвращение в безлюдное царство болот, в глушь тайги, меряние латаными сапогами зыбунов и шагание, шагание без конца...

Занимается утренняя зорька. Ветер качает сонную, слегка заиндевшую тайгу. Стая казарок, расклинивая небесную синеву, беззвучно, будто тайком, несется на юг. Из-за темных вершин ельника брыз-







жет багряный свет утра. Единственное утешение — осень: пора изобилия и щедрости природы, пора спелой ягоды, орехов, грибов. Земля и небо вдруг вспыхивают всеми цветами, от густо-голубого до яркого пурпура. Только в эту короткую пору года и бывают такие волшебные смеси красок, такие тончайшие оттенки, которые не передать ни словами, ни кистью. И все же осень — время грусти, время увядания природы.

Сегодня нет солнца, и Нагорье кажется еще больше однообразным. Старые, заросшие осинником гари. Всюду видны лишь лесные бугры, небольшие ельнички и мелкие бесприютные озеринки.

Справа, у далекого горизонта, кажутся лиловые ступеньки гор, еще плохо различимые. Это хребет. Иногда с возвышенности видны причудливые горбы его угрюмых вершин, скучившихся под хрустальным куполом синего неба. Точно гигантские головы в снежных папахах, громоздятся они над глубокими ущельями, из которых с громадной высоты стекают с гулом потоки. Достигая равнины, они вдруг смолкают, спокойно ложатся в извилистые берега и бегут к океану.

За низкими холмами закат кровавит тусклую равнину. Пылают облака. Тайга кутается в мутную синеву наступающего вечера. Ручей, тонущий в густых паучих зарослях черной смородины с тяжелыми кистями спелой ягоды. У дальнего горизонта, где встают на дыбы лиловые облачные кони, мирно потухает закат, смывая с темных болот вечерний загар. День кончается. В мутной дымке теряются лохматые контуры холмов, совсем тускнеют мари, деревья сливаются с синими вечерними сумерками.

Темень быстро заполняет просветы в лесу. Густой безбрежный туман расстилается по падям, цепляясь за лысые бугры и норовя подняться над ельником. Но тяжелый сумрак давит его к земле, к сырой болотной колыбели. Черная маристая вода, густо утыканная кочками, стланиковые заросли. Небо равнодушно и низко над притихшей тайгой. Какая-то неподвижность царит в темно-лиловой долине.

В прогалине высокоствольных лиственниц появляется полная луна, разливая холодный голубоватый свет по поляне. Светлеют холмы за болотами. Надвигаются черные стены провалов, едва различимые

вдали. И тишина, глубокая, ничем не нарушаемая, проникает в душу.

К ночи свежее и воздух.

Представляется ровное, точно приютженное моховое поле и неопытный путник, вступивший на бархатистый покров зыбуна. Один неосторожный шаг — вот уже нет опоры. Под ногами у человека трясина, жадно всасывающая добычу в свою холодную утробу. Никто не слышит среди безмолвных болот крик и мольбу о помощи.

Давно догорела вечерняя заря на горизонте. Лес вокруг стоит редкий, одинокий, пронизанный полосами лунного света. Тишина полна бодрости. В воздухе ощущение нескончаемой жизни. Так зачем же смерть на земле?

Круглая луна серебрит поляну. Небо слабо светится от редких звезд. В тишине ночи сказочным, из далеко-далеко ушедших времен, кажется все окружающее. Рыхлый туман встает в сырых ложбинах. От него веет такой же древностью.

В черных тучах тонет луна, и небо дышит холодом. Исчезают лиловые тени деревьев. Из ближних перелесков подступает ночной тяжелый мрак. Налетает ветер, злой и холодный, качает ночной покой, тоскливо завывает по перелескам. Беззвездное небо. Слышится хищный крик ночной птицы. Вокруг происходит какая-то перемена. Исчезает туман. Воздух тяжелеет. Черное небо сливается с черной землей, поглощает горизонт, скрывает вершины окружающих огромных лиственниц. С болот доносятся тяжкие вздохи. То ветер шарит по дуплам старых лиственниц. Моросит дождь, густой и мелкий, крапящий колючими каплями.

Дождь продолжает моросить. Гонит его с гор ветер. Вместе с туманом уходит он в глубь равнины. В мокрой ночи сникают деревья, прилегает трава. Все спит, только ручей тяжело вздыхает в камнях, да иногда доносится стон падающей лесины.

*Григорий Томусинский  
(Москва)*



# Поддержим благое дело!







В Крыму, в Севастопольском подворье, несколько лет назад Марфо-Мариинская обитель милосердия организовала благотворительный лагерь для детей-инвалидов с тяжелыми заболеваниями, для которых поездка на море не прихоть, а жизненная необходимость, а также для их родителей, которым отдых нужен не меньше.

Был произведен необходимый ремонт, установлено специальное оборудование, чтобы территория и помещения отвечали требованиям доступности для пребывания «особых» отдыхающих.

Лагерь небольшой, он рассчитан на прием максимум 40 детей и их родителей. Тем не менее за четыре сезона здесь исполнилась мечта 146 семей, для кого дни, проведенные в Севастополе, были сродни ожившей сказке.

В этом году первых гостей в здравнице Марфо-Мариинской обители милосердия предполагают принять в июне. Но сегодня лагерь столкнулся с серьезными финансовыми проблемами, поставившими отдых детей-инвалидов в Крыму под угрозу.

У каждого из вас есть реальная возможность поучаствовать в благом деле: помочь тем, для кого поездка на море — подспорье в борьбе с тяжелым заболеванием и сопутствующими этому сложными жизненными обстоятельствами.



**Отправьте SMS с текстом:**  
**Лагерь (пробел) сумма пожертвования.**  
 Например: Лагерь 500.

**Подарим радость больным детям и их семьям!**





# Красноярские столбы

Красноярские столбы — это государственный природный заповедник, расположенный в отрогах Восточных Саян, на правом берегу Енисея. Местные скалы столбами названы из-за своей формы. Они высокие, от 60 до 600 метров, и узкие. Возраст столбов достоин уважения: по разным данным, прошло от 450 до 600 миллионов лет со дня их возникновения. По предположениям ученых, столбы образовались из-за мощного давления магмы, которая так и не смогла пробиться на поверхность земли. А их причудливые очертания сформировались благодаря воздействию ветра и атмосферных осадков.

Климат в районе Красноярских столбов континентальный. Здесь холодная зима и жаркое лето. Наиболее благоприятное время — лето. Во-первых, из-за температуры, максимально комфортной для прогулок: +15-22°C. А во-вторых, именно в это время можно увидеть всю красоту тайги. Впрочем, туристы посещают заповедник в любое время года. Есть особая прелесть и в заснеженных ландшафтах, и в буйстве красок пробуждающейся природы, и в летних цветах и пении птиц, а также в щедрых таёжных дарах ранней осени.

Природный заповедник «Красноярские столбы» был создан и получил статус государственного в 1925 году





по инициативе местных жителей. Люди стремились не только защитить скалы от разрушений (их в начале XX века использовали как обычный строительный материал), но и сохранить великолепную природу окрестностей. Близ самих Красноярских столбов произрастает множество удивительных, в том числе редких растений, живут много диковинных зверей и птиц. Многие представители местной флоры и фауны занесены в Красную книгу. Территория заповедника общей площадью в 47 219 гектаров разделена на две части: туристско-экскурсионный район и Дикие столбы, куда неопытным туристам заходить не рекомендуется — места здесь довольно дремучие, не тронутые цивилизацией. Заповедник насчитывает около сотни столбов из серо-розового гранита, у каждого из которых есть свое имя. Имена присваивались не случайно, а в зависимости от того, на что или на кого похож тот или иной камень. Одним из самых известных является столб Дед, напоминающий грозного старика с огромной густой бородой. Рядом с ним расположились и его родственники — Прадед, Внучка, Бабушка, Близнецы. Есть там и звери, птицы и вообще все, что угодно. Например, Китайская стена, Перья, Львиные ворота, Бивень.



Сами Красноярские столбы и расположенные в них пещеры — место активного внимания не только ученых-спелеологов, но и обычных туристов, альпинистов-любителей и даже эзотериков, наделяющих это место магическими свойствами. Впрочем, часть историй о пугающих событиях, якобы происходящих на Диких столбах, как признаются местные жители, — выдумка для сохранения редких видов растений и животных, а также для поддержания чистоты в менее туристических и оттого менее людных местах.





Сейчас любой глухой может смотреть по телевизору фильмы и передачи с субтитрами наравне со слышащими людьми. За такую возможность нужно сказать «спасибо» Игорю Федоровичу Мельникову. Именно благодаря ему на российском телевидении появились скрытые субтитры.



Уроженец Баку Игорь Мельников оглох в девять лет в результате болезни. Потеря слуха отняла у мальчика возможность воспринимать окружающие звуки. Радио, телевизор стали чужими.

С тех пор мечта если не слышать, то понимать, как прежде, все, что говорят, стала его самым горячим желанием.

Синхронные тексты к фильмам, субтитры — вот совсем не многое, что хотел для себя молодой человек. И у него получилось. Правда, то, что он делал всего лишь для себя, стало полезным для всех таких, как он.

Первой идеей Игоря Мельникова была конструкция аппарата параллельного субтитрования кинофильмов в кинотеатре. Фильм шел на экране, а на изображение проецировались тексты диалогов. Это было в 1964 году.

Новинка вызвала ажиотаж у глухих людей. Сначала зал кинотеатра в Баку, затем зал Московского театра мимики и жеста, где показывались фильмы с субтитрами, собирали аншлаг. Позже опытная установка во множестве копий разошлась по всей стране и использовалась для показа фильмов с субтитрами не только во дворцах культуры и клубах Общества глухих, но и в обычных кинотеатрах.

Но Игорю Федоровичу этого оказалось мало. Он постоянно размышлял над любой возможностью раз-

вить свои идеи. И практически все они были реализованы. Это и устройство синхронизации субтитров по времени, и технология создания текстов, их подачи, и способ изготовления и нанесения надписей на пленку.

Мельников все свои изобретения придумывал... во сне. Рядом с его кроватью всегда лежали пачка бумаги и ручки.

Мало кто поверит, что у Игоря Федоровича не было высшего образования. За плечами только школа, до всего остального он доходил своим умом. Позже Мельников по приглашению Всероссийского общества глухих (ВОГ) переехал из Баку в Москву и стал работать в центральном правлении. Он занимался одним и тем же: субтитрами и только ими! Когда появились видеокассеты, Мельников переключился на их субтитрование. И снова невероятный успех: видеокассеты с фильмами, мультфильмами расходились не только по Москве, но и по всему Союзу! И было очень много последователей, которые тоже использовали эту технологию.

Сам же Игорь Федорович несколько не жалел об этом, наоборот, даже помогал конкурентам! Но мир обычного телевидения по-прежнему был недоступен глухим людям. Хотелось просто, как всем, включить телевизор и понимать фильм.

Но Мельникову никак не покорялась эта, пожалуй, оставшаяся последней мечта жизни.

За рубежом уже давно занимались решением вопроса скрытого субтитрования на телеканалах. Игорь Федорович до дыр зачитывал все материалы, в том числе и на иностранных языках, где было хотя бы слово о субтитрах; ездил в командировки в США, Канаду и другие страны; изучал их оборудование и принципы субтитрования.

К сожалению, зарубежная аппаратура не подходила к стандартам российского телевидения. Было принято решение разработать отечественную установку скрытого субтитрования. Работа оказалась очень непростой.

Мельников вел большую переписку с властями, зарубежными коллегами, российскими изобретателями и инженерами, проводил переговоры с руководством телеканалов о внедрении скрытых субтитров. Мотался



# ОТЕЧЕСТВЕННЫХ СУБТИТРОВ ...

из Москвы в Санкт-Петербург, где в Ленинградском всероссийском научно-исследовательском институте телевидения и радиовещания была создана рабочая группа по разработке оборудования скрытого субтитрования.

Помимо этого, Игорь Федорович при поддержке ВОГ организовал на Первом телевизионном канале группу сурдопереводчиков жестового языка, которые переводили для глухих выпуски новостей и передачи. И это только малая часть хлопот неугомонного человека. Конечно, в этой работе его поддерживало руководство Всероссийского общества глухих, но все-таки основной груз забот и работы лег на плечи Мельникова.

Он был одержим в хорошем смысле этого слова: постоянно ездил куда-то, выбивал что-то, договаривался, выяснял. В 70-х годах в редкое свободное время Мельников любил играть в спектаклях Театра мимики и жеста.

Усилия Игоря Федоровича увенчались успехом. В самом начале 90-х годов на Первом канале состоялся первый показ мультика со скрытыми субтитрами. Это был триумф! И счастье для глухих телезрителей.

Вскоре после этого учредили фирму ООО «Субтитр», занимающуюся подготовкой и выдачей в эфир скрытых субтитров к передачам, художественным фильмам и новостям для телеканалов, а также разработкой нового оборудования для передачи и приема скрытых субтитров. Ее возглавил Игорь Федорович Мельников. Соучредителями стали Всероссийское общество глухих, Телевизионный технический центр и ВГТРК.

Несмотря на первый успех, внедрение скрытого субтитрования на отечественном телевидении шло долго и тяжело.

Проблем было много: финансовые трудности, непростой контакт с властями, аренда помещения и многое

другое. Даже принятый в 1995 году Федеральный закон «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации», в котором была статья о введении системы субтитрования и сурдоперевода телевизионных программ, кино- и видеофильмов, не сдвинул проблему с мертвой точки.

Мельников никак не мог пробить эту глухую к глухим людям стену. Несмотря на все трудности, он не сдавался и жил субтитрами, продолжал гореть ими, думать об их продвижении. У него были даже разработки по субтитрованию прямого эфира! В начале 2010 года ООО «Субтитр» по ряду причин прекратило выпуск субтитров. Чтобы спасти уникальное предприятие, нужно было совсем немного: поддержка властей, финансовая помощь, в том числе и от соучредителя — ВОГ. Увы... Игорь Федорович боролся до последнего. До последнего надеялся на помощь, ходил по всем инстанциям, где можно было найти хотя бы точку опоры. Но все было тщетно. Равнодушие к «Субтитру» и субтитрам подкосило Мельникова. Игорь Федорович серьезно заболел.

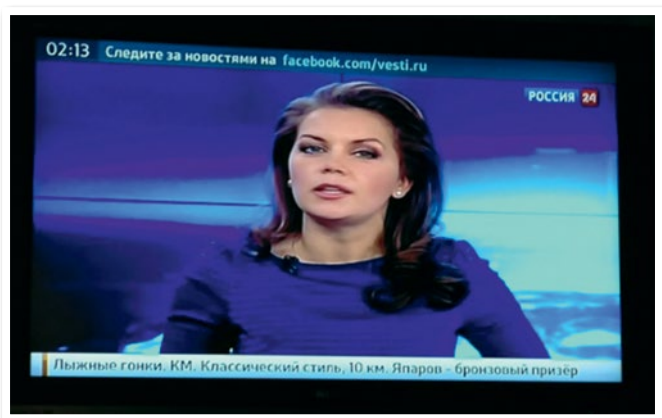
Болезнь Альцгеймера... Игорь Федорович «вернулся» назад, к истокам своей мечты.

Он в полном сознании и ясности ума сам с собой разговаривал о создании субтитров, рассуждал об их внедрении на телевидении, вспоминал, что нужно сделать, куда поехать, с кем и о чем договориться...

До последних дней эти проблемы не оставляли уникального человека. Уже после его смерти скрытые субтитры появились на многих телеканалах: Первом, ТВЦ, «Культуре», НТВ...

А это значит, дело Мельникова, первопроходца субтитров в России, будет жить...

*Зоя Скуратова*







## Пушистые турлыжки

Многие дома трудно представить себе без кошки.

Принято отделять беспородную домашнюю кошку от породистых. Всего выделяют около двухсот пород, большинство из которых выведено в конце XIX — начале XX века. Изучением кошек занимается наука фелинология. Кошки разных пород различаются размерами и массой тела, формой туловища, цветом глаз, длиной и окрасом шерсти. По последнему признаку породы разделяют на длинношерстные (персидская, колор-пойнт), полудлинношерстные (ангорская, балинезийская, бирманская, мейн-кун, сибирская), короткошерстные (рексы, египетский мау, сиамская, русская голубая, британская). Сиамскую и ориентальную кошку часто выделяют в отдельную группу. К короткошерстным относятся также бесхвостые кошки.

По данным археологии, кошки поселились рядом с человеком с тех пор, как он стал вести оседлый образ жизни. Но это были просто дикие кошки. Разные исследователи придерживаются диаметрально противоположных взглядов на происхождение домашних кошек. По более старой версии, принято считать единым предком домашней кошки североафриканскую переднеазиатскую степную кошку, одомашненную в Нубии около 4 тысяч лет назад. Отсюда, из Нубии, одомашненные кошки попали в Египет, в дальнейшем в Азии скрестившись с лесной бенгальской. В Европе эти кошки скрещивались с местной дикой лесной кошкой. Итог этих скрещиваний — современное раз-

нообразии пород, линий, расцветок. По другой, более современной версии, домашние кошки имеют полифелитическое происхождение, то есть разные породы независимо складывались в нескольких основных центрах.

Ископаемые останки кошек найдены в древнейшем городе планеты — Иерихоне (V-VI тысячелетия до н.э.), при раскопках в Иордании, в древнейших городах Индии. Но эти животные, видимо, были еще не вполне домашними. Многочисленные свидетельства пребывания кошек в Египте хорошо прослеживаются с III тысячелетия до н.э. На росписях в гробницах Саккараха (2750-2650 гг. до н.э.) кошки изображены с ошейниками, что, безусловно, свидетельствует об их одомашнивании. А на знаменитой фреске из Бени-Хасана кошка уже изображается в доме, рядом с хозяйкой.

В храмах, посвященных богине Баст (египтяне изображали ее в виде кошки либо женщины с кошачьей головой), содержалось много кошек, почитаемых как священные животные. Когда кошка умирала, в семье объявлялся траур, все домочадцы сбривали брови и скорбели. Трупы кошек бальзамировались и захоранивались в пышных гробницах на специальных кладбищах. Археологами обнаружено около 300 тысяч мумий, относящихся к IV тысячелетию до н.э. Закон был также на стороне этого священного животного: за убийство кошки грозило суровое наказание вплоть до смертной



казни. Первые иероглифические знаки, обозначающие слова «кот» и «кошка», датируются примерно 2300 годом до н.э. и читаются как «минт» и «миу». Однако кошка в Египте была не только священным животным, но и охотничьим и боевым зверем. Охотились кошки на птиц и мелкую дичь.

Из Египта кошка на кораблях финикийских купцов попала во многие уголки европейского Средиземноморья. Немногочисленные свидетельства о кошках в Древней Греции дают основание предполагать, что это животное посвящалось богине Луны и охоты Артемиде, несколько схожей с египетской Баст. Отчасти функции Баст присущи и римской богине любви Венере, которая иногда изображалась вместе с кошкой (вероятно, полудикой). Среди редких упоминаний о кошке в античной литературе следует отметить басни Эзопа.

В средневековой Европе упоминания о кошках немногочисленны, лишь примерно к XX веку кошка перестает быть ценной редкостью. Примерно в это же время она появляется в России, где этот зверек считался подходящим для монастырских насельников. В Европе кошки вплоть до эпидемии «черной смерти», когда их функция истребителей мелких грызунов (мышей, крыс) была оценена по достоинству, не пользовались популярностью и нередко становились жертвой предрассудков.

На Востоке кошки издавна находились в привилегированном положении по сравнению с Европой. В исламе кошки весьма почитаются, кошка Муэзза жила у самого пророка Мухаммеда. В память о ней всем кошкам разрешен свободный вход в мечеть. Кот входит в число двенадцати животных, имя которых носят годы китайского календаря. В Китае кошки и их изображения считались приносящими счастье. Согласно древней персидской легенде кошки появились от чихания льва. В зороастризме, древней религии персов, убийство кошки — такое же серьезное преступление, как и убийство человека. Важное место занимали кошки в странах Индокитая. Множество старинных и благородных пород — тайская, сиамская — происходят из этого региона, где их разводили при королевских и княжеских дворах. Эти удивительные создания были привезены в Европу строителями Британской империи и дали огромный толчок разведению кошек в Англии.

В 1727 году появился труд француза Монкрифа «История кошек», окончательно реабилитировавший этих животных. С XVIII века в Европе, и прежде всего в Англии, начинается работа над созданием новых пород, продолженная и небывало усилившаяся в XX веке, когда кошки прочно заняли второе, а кое-где и первое место среди домашних любимцев.



Богиня Баст в образе кошки (VII-IV века до н. э., бронза, Британский музей).



Русская голубая кошка



Тайская кошка



# СОВЕТУЕТ АЮРВЕДА



Аюрведа — это древняя индийская наука о здоровье, профилактике и лечении заболеваний. Она ориентирована на поддержание здоровья разума и тела посредством соблюдения здорового образа жизни. Если вы решите воспользоваться советами Аюрведы, делайте это постепенно, чтобы понять, какие из них подходят вам. Аюрведа считает, что самые прочные изменения — медленные изменения.

## МАССАЖ С ПРИМЕНЕНИЕМ МАСЕЛ

Массаж с применением масел не только улучшает текстуру кожи и дарит ей здоровый блеск, но также улучшает качество сна и уменьшает Вата дошу в вашем организме. Если Вата доша накапливается, это может привести к

душевному волнению. Вата доша обладает качествами грубости, сухости, легкости, подвижности, а применение теплого масла устраняет дисбаланс всех этих качеств. Лучшее время для массажа с маслом — утром до купания или приема душа. Когда вы будете принимать душ или теплую ванну, поры будут открываться, а масло более эффективно проникать в верхние слои кожи. Для здоровья всех людей полезно кунжутное масло.

## КИПЯЧЕНАЯ ВОДА ОЧИЩАЕТ ОРГАНИЗМ

Из-за нарушений режима дня, употребления нездоровой пищи, стресса в нашем организме накапливаются токсины — Ама (переводится как



«непереваренной пищи сок»). Ама плавает вокруг крови в поисках места, где может начаться процесс болезни. Качества Ама — тяжесть, холод, сырость и тупость. Горячая вода обладает противоположными свойствами, помогает развеять производство Амы. Кипятите воду в течение десяти минут, сцедите в колбу и пейте по глотку каждые полчаса в течение дня. Кипячение делает воду более легкой по качеству очищения. Вы можете положить пару ломтиков имбиря в эту воду, чтобы улучшить эффект. Проверьте свой язык в течение дня, он должен становиться чище. Розовый язык без налета — признак здоровья.

## СВЕЖИЕ ПРОДУКТЫ В ТЕПЛОМ ВИДЕ

Теплые свежие блюда нуждаются в меньшем переваривании. Старайтесь ежедневно готовить свежую пищу. Обработанные продукты, как правило, содержат много соли, сахара и консервантов. Кроме того, они не имеют жизненно важной праны. Микроволновые печи также лучше не применять, поскольку они забирают влагу из пищи и повышают ее грубые качества, вследствие чего повышается Вата доша в организме.

## ХОРОШИЙ СОН ПОДДЕРЖИВАЕТ ЗДОРОВЬЕ

Глубокий, регулярный сон является основой здоровья в Аюрведе. Аюрведа говорит о том, что повышенная эмоциональность приводит к болезни, а хороший отдых способствует отключению от эмоций. Потребность во сне изменяется с возрастом. Младенцы спят большую часть дня, а пожилым людям нужно спать 5-6 часов в сутки. Аюрведа не рекомендует спать днем, поскольку это беспокоит газы и поток крови в вашем организме. Также Аюрведа не рекомендует спать на полный желудок. Лучшее время для отхождения ко сну — десять часов вечера, когда преобладают качества Капха доши (тяжесть, вялость и медлительность), когда возникает сонливость.



## МЕДИТАЦИЯ ДЛЯ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Существует много способов медитации. Главное не то, как вы делаете медитацию, а то, что вы делаете ее. Начните медитировать по 20 минут два раза в день. Медитация обеспечивает психическое здоровье, а ум — необходимым питанием. Когда вы «выключаетесь», то происходит даже более полное расслабление, чем во время сна. Со временем вы заметите, что сможете легко принимать правильное решение, а также преодолевать последствия стресса. Медитация приводит к тому, что левое и правое полушария головного мозга начинают работать синхронно, что делает нас более спокойными и счастливыми.

## ДЫШИТЕ ГЛУБЖЕ

Наука о дыхании известна как свара йога. Она учит, что человек должен большую часть дня дышать через обе ноздри, а не через рот. Химия крови находится в состоянии равновесия, когда ноздри работают в гармонии. Делайте глубокий вдох через нос. Если вы будете использовать на полную мощность свои легкие, то организм будет удалять весь накопленный углекислый газ. Дыхание тесно связано с нервной системой, поэтому глубокое дыхание может значительно улучшить настроение. Глубокое дыхание важно для нашей жизни, поскольку обеспечивает духовное и физическое здоровье.

## СЛУШАЙТЕ СВОЙ ВНУТРЕННИЙ ГОЛОС

Когда ваше тело и разум достигают равновесия (здоровья), возникает связь с частью разума, известного как буддхи, или чистый свет разума. Мышление, обусловленное чистым светом разума, всегда является ясным, а выбор правильным. Поэтому один раз в день обязательно подключайтесь к этой части себя, чтобы слышать свою бесценную мудрость. Буддхи — это источник знаний, который всегда доступен вам, когда вам это нужно. Единственное условие — нужно научиться слышать свой внутренний голос. Для этого нужно пребывать в спокойном и уравновешенном состоянии. Вы можете связаться с буддхи в тишине, когда находитесь в состоянии медитации или внутреннего созерцания.

Аюрведа заботится не только о физическом, но и о психическом здоровье. Поэтому старайтесь, чтобы ваши мысли всегда были только позитивными, а образ жизни — здоровым. Даже сама философия Аюрведы гласит, что человеку нужно здоровье физическое, чтобы научиться слышать свой внутренний голос и прикоснуться к священной тайне бытия.

Будьте здоровы!



# Кухня с историей в тысячи лет

Армянская кухня — одна из самых древних на Земле. На основании археологических раскопок ученые пришли к выводу, что еще две с половиной тысячи лет тому назад армяне имели представление о броидильных процессах в хлебопечении. Из седой древности берет свое начало такое популярное в настоящее время блюдо, как шашлык (хоровац). Технология приготовления рыбного блюда «кутап» и в наши дни почти та же, что 1500 лет назад.

Блюда армянской кухни отличаются своеобразным пикантным вкусом и остротой. В качестве приправы применяют перец, чеснок, тмин, различную пряную зелень. Подсчитано, что для приготовления кушаний армянская кулинария использует около трехсот видов дикорастущих трав и цветов, которые употребляются в качестве приправ или даже основного блюда. Объясняется это климатическими условиями и многообразием горной флоры, которая снабжала восточную кухню, в том числе и армянскую, различными эфирноносными растениями.

Из культивированных овощей широко используются картофель, помидоры, капуста, баклажаны, перец, морковь, огурцы, свекла, щавель, шпинат, спаржа, бамя, кабачки, тыква, стручковая фасоль. Многие овощи употребляются в сочетании с мясными и рыбными блюдами.

Другой характерной особенностью армянской кухни является то, что в пищу кладется много соли. Специалисты объясняют это климатическими условиями. Известно, что общий расход соли человеческим организмом в жаркую погоду значительно выше, чем

в условиях умеренного климата. Это подтверждается и тем фактом, что население горной части Армении употребляет соли меньше, чем жители жарких районов республики.

И, наконец, еще одной особенностью армянской кухни является острота закусок и концентрированных (наваристых) супов. Одна из любимых закусок, армянская колбаса «суджух», содержит ряд пряных продуктов: чеснок, перец, корицу и др., благодаря которым приобретает характерный вкус и запах.

Армянская кулинария наиболее широко использует говядину и баранину, свинина употребляется редко. Весной из свежих виноградных листьев, а летом и осенью из яблок, айвы, баклажанов, перца и помидоров готовят долму (голубцы), начиненные мясным фаршем, рисом и пряной зеленью.

В рационе армян значительное место, кроме овощей и мяса, занимают блюда из муки и круп. Из муки готовят своеобразный вид лапши (аришту), из пшеничной крупы — кашу с мясом курицы (арису); очень любимы различные пловы из риса. Значительное место занимает в питании и армянский национальный хлеб — лаваш. Он представляет собой тонкую, легко свертываемую полосу из выпеченного теста длиной около метра. До сих пор лаваш выпекается в древних тонирах (глиняная печь цилиндрической формы, которая закапывается в землю). Тонир топят либо хворостом, либо кизяком. Он быстро нагрева-



ется, и наклепленный на его стенки слой теста быстро выпекается.

Во многих районах республики сохранился древний обычай осенью выпекать лаваш про запас на три-четыре месяца. Его высушивают, складывают в стопки, укрывают и хранят. Достаточно сухой лаваш увлажнить водой и укрыть полотенцем на полчаса, как он вновь становится мягким.

В Армении любят печенье. Самое популярное — гата, круглая сладкая лепешка с поджаристой мучной начинкой, и пахлава — с ореховой начинкой.

Один из самых распространенных молочнокислых продуктов армянской кухни — мацун. Приготавливают его из коровьего, овечьего молока и молока буйволицы.

Говоря об армянской национальной кухне, нельзя не отметить и своеобразный режим питания, который у армян является традиционным: легкий завтрак, умеренный обед и обильный, плотный ужин (50-60% дневного рациона).

Предлагаем вашему вниманию рецепты приготовления некоторых блюд.

## КЮФТА



**Потребуется:** говядина — 300 г, молоко — 50 г, мука — 5 г, яйцо — 1/4 шт., зелень — 3 г, лук репчатый — 20 г, масло топленое — 10 г.

**Приготовление.** Мясо режут на пласты толщиной 1-1,5 см и отбивают до получения однородной массы слабой консистенции. Затем добавляют яйца (или коньяк), пассерованный репчатый лук, специи, соль, молоко и взбивают венчиком с добавлением муки. Полученную массу берут специальной мерной ложкой и опускают в слабо подсоленную кипящую воду. Готовую кюфту вынимают из воды шумовкой. При подаче поливают топленым маслом и посыпают зеленью.

## ДОЛМА

Долма с виноградными листьями, по сути, — разновидность голубцов. В качестве начинки чаще всего используют баранину или говядину, получается очень вкусно, если смешать эти два вида мяса вместе.

**Потребуется:** говядина — 500-600 г, помидоры — 3-4 шт., репчатый лук — 1 шт., морковь — 1 шт., виноградные листья — 40-55 шт., зелень — петрушка, кинза, зеленый лук, укроп, мята — 50-75 г, рис (крупа) — 3-4 ст. л., томатный сок — 300-500 мл, сметана — 200 мл, растительное масло — 3 ст. л., соль — 1 ч. л., черный молотый перец — 5 щепоток, мускатный орех — 2 щепотки, специи по вкусу.



**Приготовление.** Говядину прокрутить в блендере или мясорубке с помидорами. Готовый фарш положить в миску. Мелко покрошить зелень. Традиционно в долму добавляют кинзу и петрушку, но при желании их можно заменить другой зеленью. Мелко покрошить лук. При желании можно прокрутить лук вместе с мясом и помидорами. К мясному фаршу добавить зелень, репчатый лук, рисовую крупу, соль, перец, мускатный орех и специи по вкусу, можно добавить несколько зубчиков чеснока. Хорошо перемешать фарш. Если фарш получается слишком крутой, в него можно добавить несколько столовых ложек воды, бульона или томатного соуса. Виноградные листья хорошо промыть, залить кипятком. Оставить листья в кипятке на 4-5 минут.

Свернуть лист пополам и отрезать черенок. На виноградный лист положить ложку начинки. Завернуть края виноградного листа, сформировав конвертик. Свернуть голубец в рулет. Морковь порезать крупной соломкой. Репчатый лук (1/2 часть) мелко порезать.

Томаты очистить от шкурок и порезать небольшими ломтиками. На разогретом растительном масле обжарить морковь, репчатый лук и томаты. Томатный сок смешать со сметаной, добавить соль, черный перец и специи. Все хорошо перемешать. На обжаренные овощи положить долму. Сверху залить все соусом.

Накрыть несколькими виноградными листьями и поставить на огонь.

Тушить долму на маленьком огне под крышкой в течение 50-70 минут. Готовую долму плотно накрыть крышкой, укутать полотенцами и оставить на 30 или более минут. Подавать со сметанным соусом.



О'Генри

# Бестры золотого кольца

Экскурсионный автобус вот-вот отправится в путь. Учтивый кондуктор уже рассадил по местам веселых пассажиров империаля. Тротуар запружен зеваками, которые собрались сюда поглазеть на других зевак, тем самым подтверждая закон природы, гласящий, что всякому существу на земле суждено стать добычей другого существа.

Человек с рупором поднял свое орудие пытки, внутренности огромного автобуса начали бухать и биться, словно сердце у любителя кофе. Пассажиры империаля нервно уцепились за сиденья, пожилая дама из Вальпараисо, штат Индиана, завизжала, что хочет высадиться на сушу. Однако, прежде чем завертятся колеса автобуса, послушайте краткое предисловие к нашему рассказу, которое откроет вам глаза на нечто, достойное внимания в той экскурсии по жизни, которую совершаем мы с вами.

Быстро и легко белый узнает белого в делях Африки, мгновенно и безошибочно возникает духовная близость матери и ребенка, без труда общается

хозяин со своей собакой через едва заметную пропасть, которая отделяет человека от животного, с поразительной скоростью обмениваются короткими мудрыми весточками двое влюбленных. Однако во всех этих случаях взаимное понимание устанавливается медленно и как бы на ощупь по сравнению с тем, что вам доведется наблюдать на нашем автобусе с туристами. Вы узнаете (если не узнали еще до сих пор), какие именно два существа из тех, что населяют землю, при встрече быстрее всего проникают в сердце и душу друг друга.

Зазвенел гонг, и автобус, битком набитый Желаящими Просветиться, торжественно отправился в свое поучительное турне.

Заднюю, самую высокую скамью империаля занимал Джеймс Уильямс из Кловердейла, штат Миссури, со своей Новобрачной.

Наборщик, друг, с заглавной буквы наברי это слово — лучшее из слов в великом празднике жизни и любви. Аромат цветов, нектар, собранный пчелой,





первая весенняя капель, ранняя песнь жаворонка, лимонная корочка в коктейле мироздания — вот что такое Новобрачная. Мы свято чтим жену, уважаем мать, не прочь пройтись летним вечерком с девушкой, но Новобрачная — это банковский чек, который среди других свадебных подарков боги посылают на землю, когда Человек венчается с Жизнью.

Автобус катился по Золотому пути. На мостике громадного крейсера стоял капитан, через рупор вещая о достопримечательностях большого города. Широко раскрыв глаза и развесив уши, пассажиры слушали громкую команду — любоваться разными знаменитыми видами. Все вызывало интерес у млевших от восторга провинциалов, и они терялись, не зная, куда смотреть, когда труба призывала их к новым зрелищам. Широко раскинувшиеся соборы с торжественными шпилями они принимали за дворец Вандербильдов; они удивились, но решили, что кишашее людьми здание Центрального вокзала и есть смиренная хижина Рассела Сейджа<sup>1</sup>. Когда им предложили взглянуть на холмистые берега Гудзона, они замерли от восхищения перед горами земли, навороченными при прокладке новой канализации.

Многим подземная железная дорога казалась торговыми рядами Риальто: на станциях сидят люди в форме и делают отбивную из ваших билетов. Провинциалы по сей день уверены, что Чак Коннорс, прижав руку к сердцу, проводит в жизнь реформы и что, не будь некоего окружного прокурора Паркхерста и его самоотверженной деятельности на благо города, знаменитая банда «епископа» Поттера перевернула бы вверх дном закон и порядок от Бауэри до реки Гарлем.

Однако вас я прошу взглянуть на миссис Джеймс Уильямс — совсем недавно она была Хэтти Чалмерс, первая красавица в Кloverдейле. Новобрачная должна носить нежно-голубой цвет, если только это будет угодно, и именно этот цвет почтила наша Новобрачная. Розовый бутон с удовольствием уступил ее щекам часть своего румянца, а что касается фиалок! — ее глаза прекрасно обойдутся и без них, спасибо. Бесплезное облако белого газа... — ах, нет! облако газа стлалось за автобусом, белого шифона или, может, то была кисея или тюль, — подвязано у нее под подбородком якобы для того, чтобы удержать шляпу на месте. Но вы не хуже меня знаете, что на самом деле шляпа держалась на булавках.

На лице миссис Джеймс Уильямс была изложена маленькая библиотечка избранных мыслей человечества в трех томах. Том I содержал в себе мнение, что Джеймс Уильямс — лучше всех в мире. Том II был трактатом о вселенной, из коего явствовало, что это есть

восхитительнейшее место. Том III выдвигал тезис, что они с мужем заняли самые высокие места в автобусе для туристов и путешествуют со скоростью, превышающей всякое понимание...

Джеймсу Уильямсу вы бы дали года двадцать четыре. Вам будет приятно узнать, насколько эта оценка оказалась точной. Ему было ровно двадцать три года, одиннадцать месяцев и двадцать девять дней. Он был стройный, энергичный, живой, добродушный, имел надежды на будущее. Он совершал свадебное путешествие.

Милая добрая фея, тебе присылают заказы на деньги, на шикарные лимузины в сорок лошадиных сил, на громкую славу, на новые волосы для лысины, на президентство в яхт-клубе, — отложи эти дела в сторону и оглянись вместе с нами, ах, оглянись назад и дай нам пережить вновь хотя бы малюсенький кусочек нашего свадебного путешествия! Хотя бы на часок, душечка фея, чтобы вспомнить, какими были лужайки, и тополя, и облако лент, подвязанное под ее подбородком, даже если на самом деле шляпа держалась на булавках. Не можешь?

Жаль. Ну что ж, тогда поторопись с лимузином и нефтяными акциями.

Впереди миссис Уильямс сидела девушка в свободном оранжевом жакете и соломенной шляпке, украшенной виноградом и розами. Виноград и розы на одной ветке. Увы! Это можно увидеть только во сне да в лавке шляпницы. Большими доверчивыми голубыми глазами девушка глядела на человека с рупором, когда он убежденно трубил о том, что миллионеры достойны занимать наше воображение. В перерывах между его отчаянными воплями она прибегала к философии Эпиктета, воплощенной в жевательной резинке.

Справа от этой девушки сидел молодой человек лет двадцати четырех. Он был стройный, энергичный, живой и добродушный. Если вам кажется, что, по нашему описанию, получился вылитый Джеймс Уильямс, то отнимите у него все кloverдейлское, что так характерно для Джеймса. Наш герой вырос среди жестких улиц и острых углов. Он зорко поглядывал по сторонам, и, казалось, завидовал асфальту под ногами тех, на кого он взирал сверху вниз со своего насеста.

Пока рупор твякает у какой-то знаменитой гостиницы, я тихонько попрошу вас усесться покрепче, потому что сейчас произойдет кое-что новенькое, а потом огромный город опять сомкнется над нашими героями, как над обрывком телеграфной ленты, выброшенной из окна конторы биржевого спекулянта.

<sup>1</sup> Рассел Сейдж — нью-йоркский миллионер.

*(Продолжение в следующем номере)*





# 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](mailto:strana_mi@mail.ru)**

**Наш сайт: [www.stranami.ru](http://www.stranami.ru)**

*Уж тает снег, бегут ручьи,  
В окно повеяло весною...  
Засвищут скоро соловьи,  
И лес оденется листвою!*

*Чиста небесная лазурь,  
Теплей и ярче солнце стало,  
Пора метелей злых и бурь  
Опять надолго миновала*

*Алексей Плещеев*





*Мир, равный для всех*



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



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

**Телефоны:**

**8 (499) 205-06-40**

**8 (499) 205-30-23**

**8 (499) 207-55-90**

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

**[info@katarzhina.ru](mailto:info@katarzhina.ru)**