

## ВЕСТИ С МЕСТ

## ПОЗДРАВЛЯЕМ С ИЗБРАНИЕМ!

После долгого перерыва возобновила свою работу Горнозаводская городская организация Пермской краевой организации ВОИ

В Горнозаводской центральной библиотеке 19 июля прошло внеочередное общее собрание членов организации, на котором в соответствии с уставом рассматривался ряд организационных вопросов. Главным вопросом повестки дня стало избрание нового председателя. Члены организации единодушно избрали на эту должность Наталью Игоревну Лучинину (на снимке).



Новый председатель Горнозаводского общества инвалидов – мама особенного ребенка. Наталья Лучинина на собственном опыте знакома со многими проблемами, возникающими в жизни людей с инвалидностью. Это в первую очередь доступность жилья и городской среды для маломобильных граждан, вопросы получения образования, медицинской реабилитации и другое.

В нашей организации Наталья Игоревна – человек новый, но знакомый многим членам общества и жителям Горнозаводского городского округа. По образованию она учитель-логопед, олигофрено-педагог, инструктор по адаптивной физкультуре и свою трудовую деятельность посвятила работе с детьми в различных образовательных учреждениях Горнозаводска.

В первый же день своего избрания Наталья Лучинина вместе с Аленой Букановой, председателем объединения родителей детей-инвалидов Горнозаводской организации ВОИ, определили круг первоочередных проблем и задач организации и незамедлительно приступили к их решению.

Желаем Наталье Игоревне удачи в новом деле и приглашаем всех жителей Горнозаводского городского округа с инвалидностью, законных представителей детей-инвалидов и инвалидов становиться членами нашей организации!

**Елена КОРОЛЬ,**  
заместитель председателя  
ПКО ВОИ

## ОФИЦИАЛЬНО

## ВМЕСТЕ МЫ СМОЖЕМ БОЛЬШЕ!

В Москве состоялось заседание Центрального правления ВОИ. Участие в нём приняла и председатель ПКО ВОИ Надежда Романова



Слева направо: Михаил Осокин, директор по региональному развитию ВОИ, Максим Воробьев, председатель Удмуртской РО ВОИ, Надежда Романова, председатель Пермской КО ВОИ, Дмитрий Орлов, председатель Мордовской РО ВОИ, Александр Низовцев, председатель Саратовской ОО ВОИ, Евгений Бухаров, директор по стратегическому развитию ВОИ, Эдуард Житухин, председатель Нижегородской ОО ВОИ, председатель Приволжского МРС. Сидят: Михаил Терентьев, председатель ВОИ, Рифат Ганибаев, председатель Татарской РО ВОИ

В повестке заседания значились различные вопросы, касающиеся жизнедеятельности инвалидов, организационного и финансового развития организации в связи с изменениями в уставе ВОИ, цифровизации управленческих процессов Центрального аппарата ВОИ, совершенствования системы электронного учета и гуманитарной помощи гражданам с инвалидностью из Донецкой и Луганской Народных Республик. В 2022 году будет выбран лучший социальный проект ВОИ.

По традиции с докладом выступил председатель Всероссийского общества инвалидов Михаил Терентьев, отметив, что в минувшем году работа по защите прав инвалидов и их социальной интеграции проходила в сложных условиях пандемии. Не легче стало и в этом году: расслабиться не дают санкции недружественных западных стран.

Окончание на стр.2

## ПРОЕКТЫ

## САМЫЕ НУЖНЫЕ УРОКИ

Пермская краевая организация ВОИ в 2022 году реализует проект «Уроки доброты». Он стал возможным благодаря поддержке конкурсной программы XXIV городского конкурса социально значимых проектов «Город – это мы»



Почти каждый из нас хоть раз в жизни сталкивался с человеком с инвалидностью – с глухим или слабовидящим, передвигающимся на коляске или с ментальными нарушениями. В такие моменты многие люди попросту теряются: не знают, что говорить или спрашивать, как предложить свою помощь и при этом не обидеть другого человека. Например, как правильно помочь человеку на инвалидной коляске проехать через бордюр, как перевести через улицу слабовидящего человека?

Всероссийское общество инвалидов является родоначальником проведения занятий по пониманию инвалидности. Пермская краевая организация ВОИ так же занимается этой проблемой на протяжении уже многих лет. Среди слушателей были депутаты Законодательного собрания Пермского края, сотрудники аэропорта Большое Савино, железнодорожного вокзала Пермь II, торговых предприятий, представители сводного волонтерского студенческого отряда и ряда учебных заведений города.

В этом году проект «Уроки доброты» Пермской краевой организации ВОИ направлен на учащихся образовательных учреждений, которые зачастую не встречались с людьми, имеющими инвалидность. Стереотипное отношение к инвалидам вызывают у детей и молодежи страх перед ними и, как следствие, неправильное поведение. Для изменения этой ситуации детям и молодежи нужно предоставить возможность познакомиться с этими людьми. Этому будут посвящены занятия

проекта «Уроки доброты». Как правило, в роли ведущих примут участие молодые инвалиды. Опыт взаимодействия детей и молодежи без инвалидности со сверстниками с инвалидностью формирует гуманное, толерантное отношение. Молодые люди становятся более терпимыми по отношению друг к другу.

Уже достигнута договоренность с двумя молодыми инвалидами, которые на волонтерских началах примут участие в проекте. Оба хорошо владеют речью, имеют опыт публичных выступлений. Кроме того, на занятиях дети и молодежь узнают о приемах оказания помощи людям с различными формами инвалидности, это будет способствовать вовлечению их в волонтерскую деятельность.

А что еще необычного предполагает проект в этом году?

Вот что нам рассказала **руководитель проекта, заместитель председателя ПКО ВОИ Элла Юрьевна Фуражкова:**

– Для участников проекта будут изготовлены силиконовые браслеты с мотивирующей надписью «Поделись своей добротой», всего заказано 300 штук. Запланирован выпуск новой интересной и познавательной брошюры «Культура общения с людьми с инвалидностью» в оригинальном дизайне с новыми иллюстрациями. Эта брошюра станет учебным пособием для педагогов, работников музеев, библиотек и других учреждений. Ее цифровой аналог будет размещен на сайте ПКО ВОИ.

– На каких площадках будет проходить проект?

– Проект будет реализован на базе десяти различных образовательных учреждений во всех районах Перми. Выбор учебных учреждений обусловлен тем, что либо будущая профессия выпускников связана с работой с инвалидами, либо это те учебные заведения, где организовано инклюзивное образование.

– Как будет осуществляться обратная связь?

– Каждое учебное заведение, где проходили занятия, получит анкету. Анкета позволит выявить роль проводимых занятий. Также среди участников проекта пройдет конкурс рисунков «Город, доступный для всех», лучшие работы будут размещены в Арт-галерее «Перекрестки» Пермской краевой организации ВОИ по ул. Борчанинова, 9. Будет изготовлено 500 карманных календарей с самыми интересными художественными работами.

– Какое количество человек примут участие в проекте?

– В ходе занятий будет охвачено 250 учащихся образовательных учреждений, плюс к этому школьные педагоги и психологи.

Что ж, нам остается пожелать проекту «Уроки доброты» активных участников, интересных встреч и положительной динамики.

**Надежда ИВАНОВА,**  
по материалам проекта  
«Уроки доброты»



## ■ ВЕСТИ С МЕСТ ■

СОЛИКАМСКИЙ  
ФЕСТИВАЛЬ

«Хлебосольный, хлебосольный город мой, друзья! Хлеб наш с солью, хлеб наш с солью позабыть нельзя!» Так встречал с караваем хлеба и солью Соликамский хор ВОИ «Северяночка» гостей из города Перми и города Александровска ЦРТДиО «Звездный».

Как поделилась председатель Соликамской городской организации ВОИ Надежда Михайловна Ковальчук: «Первый фестиваль талантов и творчества общественных организаций ВОИ мы приурочили к двум событиям – это День семьи, любви, верности и духовный праздник Петра и Февронии. К фестивалю привело наше творчество, которое льется у нас через край, и нам уже тесно в стенах организации».

И действительно много было творчества: в фойе ЦРТДиО проходила выставка изделий умелых мастериц, членов организации, которые своим примером показали, что жить и радоваться жизни можно и нужно, несмотря ни на какие преграды и обстоятельства! Это мастерицы-кукольницы Мальцева Л. В., Фотеева Н. П., Ковальчук О. П., Ципуштанова В. П., Минеева Л. А. Умелые вязальщицы Елькина Н. И., Шибанова Л. В., Кузнецова А. С. и многие другие.

В фестивале приняли участие и наши спортсмены. В рамках мероприятия прошли соревнования по армрестлингу и настольной игре новус. В них приняли участие наш заслуженный тренер России Сергей Николаевич Вяткин и тренер по настольной игре новус Сергей Екименко, активисты Дома престарелых в лице Анны Ивановой, с которыми мы тесно сотрудничаем. Были свои победители.

После просмотра выставки и соревнований по программе начался концерт, подготовленный силами фестиваля. С приветственным словом выступили и. о. замглавы администрации Соликамского городского округа Светлана Андреева и председатель Соликамской городской организации ВОИ Надежда Ковальчук. Дальше концерт пошел по программе. На сцену вышли участники Соликамской городской организации ВОИ со своими задумчивыми песнями и танцами. Далее эстафету приняли участники четырех организаций ВОИ города Перми. На смену им поднялись гости из организации ВОИ Александровска. Зрители всех принимали бурными аплодисментами.

Этот фестиваль по праву можно назвать праздником добра, любви и жизни. Несмотря на преграды и боль, эти сильные духом и устремленные к жизни люди доказали, что они выше над всеми невзгодами и трудностями. Умение ценить каждый прожитый день и проводить его с пользой – вот их девиз. Это и отличает их от всех остальных.

Подготовила  
В. ЦИПУШТАНОВА

## ОФИЦИАЛЬНО

ВМЕСТЕ МЫ  
СМОЖЕМ БОЛЬШЕ!

Начало на стр. 1

– Специальная военная операция – это вынужденная мера по защите граждан Донбасса и защите территориальной целостности Российской Федерации, – подчеркнул Михаил Терентьев. – Мы поддерживаем нашего президента в его решении, и я уверен, что после преодоления трудностей мы станем сильнее и восстановим развитие отечественных технологий.

Россия проводит курс по интеграции с Донецкой и Луганской народными республиками. ВОИ также не отстает в стороне – в планах интеграция с общественными организациями инвалидов ДНР и ЛНР. Так, мы ведем диалог с общественной организацией инвалидов из ДНР «Новая жизнь» по оказанию гуманитарной помощи, планируем



## Предложено рассмотреть вопрос ужесточения административной ответственности за отказ в обеспечении транспортной доступности для инвалидов

пригласить их на наш курс в Крыму «Основы независимой жизни человека на инвалидной коляске», будем приглашать коллег на наши спортивные мероприятия, оказывать поддержку в получении документов об инвалидности. Мы не оставим без помощи граждан Донбасса. Призываю всех продолжать поддержку тех, кто оказался в трудной ситуации. Думаю, и наши предприятия не останутся в стороне. Мы должны обязательно продолжить эту миссию. Это наши родные люди, которые оказались под ударом нацизма.

Председатель ВОИ отметил также, что организация продолжала работу с законопроектами, направленными на создание системы комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, другими законопроектами. Обеспокоенность вызывают новые Правила признания человека инвалидом, вступившие в силу с 1 июля текущего года, в связи с отменой возможности самостоятельного обращения граждан в бюро МСЭ в случае отказа медицинского учреждения в направлении гражданина на МСЭ. Поэтому, как и прежде, требуется постоянный общественный контроль за применением правовых но-

Тревогу вызывают и проблемы с доступностью транспорта, транспортной инфраструктуры. Поэтому предложено рассмотреть вопрос ужесточения административной ответственности за отказ в обеспечении транспортной доступности для инвалидов. В Государственной Думе обсуждается законопроект о такси, в связи с этим ВОИ подготовило поправки к проекту закона о необходимости в каждом городе иметь минимум 5% такси, доступных для перевозки пассажиров в кресле-коляске.

С 1 сентября 2022 текущего года вступят в действие новые изменения в части квотирования рабочих мест для инвалидов. Новое законодательство в системе квотирования раскрывает дополнительные возможности для взаимодействия с внешними организациями в части поддержки уставной деятельности ВОИ. Однако при этом возникают определенные риски пра-



члены ВОИ, то сейчас формулировка меняется: «За заслуги перед ВОИ».

Состоялся также семинар для председателей региональных организаций ВОИ. Заместитель председателя ВОИ, директор по стратегическому развитию Евгений Бу-

стий процесс получения полезных знаний и навыков для инвалидов, и планирует организовывать фестивали, ярмарки и форумы, участниками которых могут быть предприниматели и самозанятые с инвалидностью.

Среди вопросов, прозвучавших на семинаре, был вопрос о недоверии пенсионе-

## С 1 сентября 2022 текущего года вступят в действие новые изменения в части квотирования рабочих мест для инвалидов

харов рассказал на семинаре об участии организаций ВОИ в инициативном бюджетировании. Речь идет о выделении бюджетных средств на улучшение общественного пространства, создание детских площадок, скверов и парков, о привлечении к этим проектам инвалидов.

Исполнительный директор фонда региональных социальных программ «Наше будущее» Юлия Жигулина отметила, что каждый бизнес обязан задуматься о том, как сделать бизнес-среду более человечной, экологичной и гибкой для людей. Те, кто ведет такие социальные проекты, знают, как непросто удержать бизнес-стабильность, как сложно сделать адекватными цены на товары, в себестоимость которых заложены все трудности решаемых социальных проблем. По инициативе фонда «Наше будущее» было решено создать проект «Больше чем покупка!» и ока-

зать поддержку социальным предпринимателям во всех регионах России

По инициативе фонда «Наше будущее» было решено создать проект «Больше чем покупка!» и оказать поддержку социальным предпринимателям во всех регионах России



## По инициативе фонда «Наше будущее» было решено создать проект «Больше чем покупка!» и оказать поддержку социальным предпринимателям во всех регионах России

ров-инвалидов к пластиковым картам: многие предпочитают получать пенсию наличными или перечисляют на сберкнижки. Также не везде имеются банкоматы. Хотя карта «Мир», к примеру, важна для получения технических средств реабилитации (ТСР) по электронному сертификату, привязанному к ней.

– Если карты нет, то инвалид не может получить ТСР по электронному сертификату и ждет, когда ему их доставят, – отметила председатель ПК О ВОИ Надежда Романова. – Людей можно понять: они опасаются обмана со стороны мошенников, манипуляций с их картами, боятся увода средств. Однако цифровизацию не остановить, поэтому инвалидам нужно больше говорить о том, как себя обезопасить, чтобы не попасться на удочку мошенников. Вообще на семинаре прозвучало много полезной информации. К примеру, в докладе заместителя председателя ВОИ Михаила Осокина говорилось о взаимодействии с органами поддержки малого и среднего предпринимательства. О том, что наши предприятия могут быть социальными пред-

## С 1 сентября 2022 текущего года вступят в действие новые изменения в части квотирования рабочих мест для инвалидов

приятиями. С одной стороны, большинство наших предприятий входит в реестр малого и среднего предпринимательства. С другой стороны, есть статус социальных предприятий, и им могут выделяться государственные льготы и субсидии. Два наших предприятия – ООО «Коттедж» и ООО «Типография «Здравствуй» – зарегистрированы как социальные, они могут претендовать на субсидии до 500 тысяч рублей. Будем заниматься развитием этой и других тем, прозвучавших как на семинаре, так и во время заседания правления ВОИ.

Ирина ГИЛЁВА

зать поддержку социальным предпринимателям во всех регионах России.

В июне этого года в рамках XXV Петербургского международного экономического форума между ВОИ и Университетом «Синергия» была подписана декларация об инклюзивном предпринимательстве. На семинаре об этом подробно рассказал проректор по региональному развитию Университета «Синергия» Михаил Ерофеев. В рамках сотрудничества с ВОИ университет готов задействовать весь спектр цифровых образовательных технологий, способных значительно упро-



■ БЕЗБАРЬЕРНАЯ СРЕДА ■

# БОРЕМСЯ ЗА КАЧЕСТВО ПАРКОВОК

Пермская краевая организация ВОИ убеждает власти Перми скорректировать размеры автопарковок для инвалидов до нормативных размеров

Надежда Романова приняла участие в выездной встрече на тему организации парковочных мест для транспортных средств инвалидов на улице Ленина.

Напомним, что вопрос с парковками для автомобилей инвалидов в центре города поднимался на последнем заседании Совета по делам инвалидов 28 декабря 2021 года. Губернатор края Дмитрий Махонин поручил тогда разобраться с этим вопросом Министерству транспорта Пермского края.

Ремонтные работы по ул. Ленина начались осенью 2021 года. В мае 2022-го Пермская краевая организация ВОИ обследовала одну из последовательных (параллельных оси движения) парковок с участием председателя Ленинского районного ВОИ, инвалида I группы Сергея Екименко. Ему пришлось, переместившись с места водителя в свое кресло-коляску, двигаться по проезжей части навстречу потоку машин до поворота на тротуар, так как бордюр у парковочной площадки для инвалидов не понижен. На кресле-коляске его не преодолеть, хотя знак спецпарковки здесь есть.

Поэтому неясно – завершили официально именуемой текущим ремонт на отрезке до ул. Попова, о чем заявляло в СМИ МКУ «Благоустройство Ленинского района» в мае этого года?

Однако начальник этого учреждения как заказчик ремонта на наше приглашение принять участие во встрече не откликнулся. Курирует ход работ и исполнение проекта МКУ «Пермская дирекция дорожного движения», а авторы проекта – МБУ «Институт территориального планирования».

Заметим, что эти последовательные (параллельные оси движения) парковки на ул. Ленина – спорное архитектурное решение. О том, что они неудобны, пермяки отмечают в комментариях под информацией и ТВ-сюжетами о ремонте улицы Ленина.

В ходе выездной встречи 12 июля 2022 года председатель ПКО ВОИ Надежда Романова вместе с начальником отдела организации дорожного движения МКУ «Пермская



Фото Марины ВЯТКИНОЙ

дирекция дорожного движения» Ольгой Ермаковой провели замеры выделенных парковок для инвалидов. Увы, оказалось, что и по нечетной стороне улицы Ленина площадь параллельных парковочных мест со знаком «инвалид» не по нормативу. Меньше нормы размеры площадки около Пермского академического Театра-Театра, что не позволит колясочнику спокойно и безопасно выйти из машины и пересечь в коляску.

– Я комментировать не могу, мы все делаем по условиям проекта, – отвечал представитель подрядчика ООО «АБЗ № 1» прораб Константин Мохин. – Отступать от них нельзя, это грозит штрафом.

Будем считать, что эта встреча и осмотр принесли практические результаты: на основании протокола отдел благоустройства администрации г. Перми направил в МКУ «Благоустройство Ленинского района» и МКУ «Благоустройство Дзержинского района» предложения: подготовить изменения в проект организации дорожного движения ул. Ленина, подготовленный на основе концептуальных градостроительных решений, разработанных МБУ «Институт территориального

планирования» (далее – проект ОДД). А именно увеличить ширину технического тротуара между газоном и парковочными местами для транспортных средств инвалидов до 1 м; увеличить ширину парковочных мест для транспортных средств инвалидов при последовательном способе парковки (параллельно оси проезжей части) до 3,6 м путем нанесения разметки 1.1, обозначающей границы парковочного места. При наличии такой возможности внести изменения в проект ОДД. Кроме того, рассмотреть возможность изменить проект ОДД в рамках ремонтных работ на ул. Ленина в 2022-2023 гг. и привести в соответствие к проекту ОДД парковочные места для транспортных средств инвалидов по адресам: ул. Ленина, 96, 65, 86 и 76.

Добавим, что по плану на ул. Ленина от пересечения с ул. Попова до ул. Крисанова выделены 11 парковочных мест, где смогут оставить свою машину инвалиды (три по нечетной стороне, еще пять около Театра, по четной стороне – две у библиотеки им. Горького, еще одна – у отделения «Почта России»).

Спорные решения МКУ «Пермская дирекция дорожного движения» в лице ее экс-

директора Максима Киса в октябре 2021 года объясняла поиском компромисса между всеми группами горожан – пешеходами, пассажирами автотранспорта и автомобилистами.

– Как бы то ни было, если парковки уже существуют в виде разметки и знаков на асфальте, они должны быть оборудованы по всем правилам, – говорит Надежда Романова. – И в этом случае наша организация всегда готова прийти на помощь. В этом споре мы как эксперты поможем найти компромисс, так как руководствуемся и государственным нормативами, и личным опытом. Проектная организация не обратилась к нам на этапе формирования технического задания и создания проекта, не учла наши предложения, которые мы высказали еще до начала ремонта. И вот сейчас все та же печальная история: потрачены бюджетные средства, а будут ли заказчики требовать от подрядчиков переделки? Мы же ратуем за повышение качества жизни людей с инвалидностью. И я никогда не устаю повторять – там, где удобно инвалиду, удобно абсолютно всем. То есть речь идет о принципиальном качестве жизни.

■ ПО СЛЕДАМ СОБЫТИЙ ■

## АЗАРТ, ЭКСПРОМТЫ, ОПТИМИЗМ!

Паратурслет – это всегда праздник. Праздник для тех, кого объединяют дружба, романтика походов и путешествий, адреналин соревнований и стремление к победе. Турслет всегда заряжает. Отдых на природе сближает людей и дает возможность раскрыть свои способности и таланты.

Краснокамская команда не первый год принимает участие в краевых паратурслетах, и не бывало такого, чтобы возвращались без призовых мест. Этот год не исключение: 1-е место в ориентировании, 2-е место в туристической полосе.

Участница турслета Галина Масленис:

– Я вступила в организацию недавно, и сразу же меня пригласили участвовать в паратурслете. Заинтересовалась, согласилась и не пожалела. Познакомилась с новыми людьми, поняла, что и люди с инвалидностью живут интересно. Я с азартом проходила туристическую полосу. Очень волновалась, но мы справились! Также старалась вжиться в роль, которая мне была дана по сценарию капустника.



Елена Ефремова (на снимке):

– В этом году решила попробовать себя в спорте: пройти туристическую полосу. Обычно я была фотографом, сопровождала спортсменов по туристической полосе, поддерживала и подбадривала их. А в этот раз подумала: «А почему бы не попробовать самой?» Это было здорово! Преодоление собственных страхов и – радость от этого! Чувствовать себя частью команды и быть ответственным не только за себя, но и за них.

Любовь Тронина:

– Я 14 июля только вступила в члены общества инвалидов, а уже в пятницу, 15 июля, поехала на паратурслет в Култаево. От мероприятия у меня остались очень яркие впечатления.

Летнее настроение, азарт, оптимизм, дружеская атмосфера, экспромты, дух соревнований – все это помогло с легкостью участвовать в программе турслета, в которой победили здоровье, бодрость духа и хорошее настроение. А главное, в памяти надолго останется это увлекательное приключение!

Ирина ЗАКАМСКИХ,  
г. Краснокамск

## ИЗ КВАРТИРЫ НА УЛИЦУ ПОЛЗКОМ

Управляющая компания переоборудовала входную группу, но деньги на пандус в подъезде потрачены зря

Напомним, что инвалид-колясочник I группы из г. Красновишерска Пермского края Татьяна Гомаюнова в декабре 2021 года обратилась в нашу организацию с жалобой, что не может самостоятельно выйти из дома на улицу и получить ответ от управления своего ТСЖ.

Татьяна купила квартиру на первом этаже в доме № 7 по ул. Лоскутова по сертификату в 2021 году. Торопилась реализовать сертификат и не сразу заметила, что в подъезде пороги входной группы превышают норму.

Татьяна обратилась к председателю своего ТСЖ «Лоскутова, 7» с просьбой сровнять порог, но без результата. Председатель правления сообщила инвалиду, что управляет домом УК «Крук», хотя по квитанции получатель платежа – ТСЖ. Социальный участковый местного территориального управления Минсоцразвития Пермского края также не исполнил обещания подопечной разобраться, кто же все-таки управляет домом.

В итоге, чтобы иметь возможность выходить на улицу, муж Гомаюновой приварил два коротких швеллера с порога вход-

ной двери подъезда для съезда на площадку крыльца. Кроме того, положил деревянный настил между дверями входной группы, чтобы нивелировать высоту порогов. Но швеллеры вызвали огромное недовольство соседей, которые постоянно высказывали его Татьяне. Хотя с настилом между дверями стало гораздо удобнее.

К решению вопроса подключились Пермское краевое ВОИ и Красновишерская городская ВОИ, обратившись к руководству ТСЖ в 2022 году. Только после этого состоялось собрание собственников, где вынесли решение выделить средства на оборудование доступности входной группы подъезда. В июле 2022 года сровняли перепад высот на выходе из подъезда и установили швеллеры, что вполне устраивает колясочницу. Но в подъезде установили железный откидной пандус, который Татьяна поднять не может, да и угол наклона ступеней не позволяет безопасно спуститься и подняться.

– Я по-прежнему преодолеваю эти шесть ступеней до квартиры ползком, – говорит Татьяна. – Рабочие на словах обещали удлинить пандус, но правление ТСЖ сообщило, что средства исчерпаны.

Материалы подготовила Марина ВЯТКИНА, пресс-секретарь ПКО ВОИ



## О СПОРТ, ТЫ – ЖИЗНЬ!

### НА ДИСТАНЦИИ – ЧУСОВЛЯНЕ

В этап парафестиваля, прошедший в столице Пермского края 6 августа 2022 года, оказался самым масштабным по количеству участников. Заявился 381 человек – 28 территорий Пермского края.

Соревнования прошли на удивление четко и по расписанию, несмотря на такое количество спортсменов и настоящую жару: в тени термометры показывали 31 градус. Естественно, организаторы волновались по этому поводу. И даже пытались запретить людям старшего поколения участвовать в мероприятиях.

Наибольшее количество спортсменов было зарегистрировано на бег 100 метров. Полтора часа было затрачено на эту дистанцию. А еще бег на 400 и 800 метров. Это было зрелищно! Отчаянных героев при такой жаре приветствовал весь стадион. Колясочники вызывали такие эмоции у зрителей, которые были готовы нести их на руках по стометровке вместе с колясками до финиша. Вообще-то меня всегда удивляли их упорство и борьба за свою свободу «движения» и вызывали чувство злости – неужели нельзя для них сделать более удобные средства передвижения?

Вторым по количеству участников были прыжки с разбега и с места. При всей строгости судейства были показаны приличные результаты. Например, многие спортсмены в прыжке с места пролетели расстояние более двух метров.

Толкание ядра тоже пользовалось большим авторитетом среди участников соревнований. И поэтому зрителей в этом секторе соревнований было больше, чем в других. Потому что зрелищно. Этот вид легкой атлетики требовал больших физических усилий и знания искусства толкания ядра. Недаром у судей было много замечаний по технике толкания. Наблюдая за участниками этого вида спорта можно отметить большой труд волонтеров. Фактически они перетаскали на руках всех колясочников.

Нас переполняли эмоции от настырного, веселого и дружного настроения спортсменов с ОВЗ. А награждение победителей выглядело как особое зрелище, полное аплодисментов, реплик поддержки и восторга за своих товарищей.

В атмосфере праздника находились и наши представители – от Чусовского городского общества ВОИ. Их было немного, всего 10 человек во главе с председателем Алексеем Пивоваровым, смелых, настойчивых парней и женщин. И результаты соревнований у них были весьма неплохие: в дисциплине «толкание ядра» Алексей Пивоваров занял 4-е место, Алексей Пушкин – 3-е, Юлия Ощепкова – 1-е место, Марина Епрынцева – 2-е место. В гонках на колясках Юлия Ощепкова заняла 1-е место. А в беге на 100 метров Марина Епрынцева заняла 3-е место. Владимир Кардашов справился с дистанцией 800 метров.

От всей души поздравляем нашу команду в этих соревнованиях по легкой атлетике, людей с ограниченными возможностями здоровья.

**Александр ЛОБАНОВ,**  
член правления ЧГО ВОИ

Окончание темы на стр. 7

## КЛЮЧ К УСПЕХУ

# УЧИТЬСЯ И УЧИТЬ

## Мама видела её химиком-технологом, а она стала учителем начальных классов

К Олеся Леонидовне Тимохиной записываются на консультацию задолго до начала учебного года. Она не выбирает детей, наоборот, занимается с теми, кто слабее, кто из-за болезни не может говорить, читать и писать. Ведь она знает, как важны для таких ребятшек доброта, любовь и понимание. Спокойная, рассудительная, умеющая убедить негромким словом, она располагает к себе уже с первых минут общения, вызывая особое доверие. Наверное, это и есть главное качество настоящего учителя – ему верят!

### БИНТЫ ВМЕСТО БАНТИКОВ

Олеся Поцелуйко (в замужестве Тимохина) родилась в Нижнем Тагиле, в небольшом военном городке, в семье военнослужащего. Военная часть не сла службу по охране воздушного пространства. Отец, молодой офицер, обслуживал военные самолеты, готовил их к полету, его жена занималась домашним хозяйством. Красивая пара ждала девочку. И она появилась раньше положенного срока с диагнозом ДЦП, с заключением врача: «Ходить не будет». Олеся пошла, видно, в прогнозах ошибаются не только синоптики. Неуверенно, падая и вставая, она делала свои первые шаги. И тогда диагнозу ДЦП была объявлена настоящая война, а на войне нет места нежности, ласке и любви, все подчинено только одному – победе. Вторым домом для маленькой девочки становится военный госпиталь в Евапатории, куда каждые полгода ее отвозили родители и оставляли там одну. Вместо веселых детских праздников, воздушных бантов и теплых маминых рук – бинты, гипсовка, распорки, строгие нянечки и неподвижность. А по вечерам детские слезы в подушку и молчаливый вопрос: «Что со мной не так?» Вопрос принятия себя останется с Олесей на всю жизнь.

Сегодня Олеся Леонидовна, как умный и опытный педагог, понимает своих родителей: «Нельзя особым детям давать послабление, должна быть зона актуального развития. Нужно видеть, что заложено в ребенке, и ориентироваться на большее. Жизнь – она ведь такая, она не полагает никого: ни особых, ни обычных детей».

### СУДЬБОНОСНАЯ ВСТРЕЧА

В конце 90-х семья переезжает по новому назначению отца в город Пермь, в воинскую часть «Сокол», а вскоре получает квартиру в Кировском районе. Олеся оканчивает девять классов: пора задуматься о выборе профессии. И, как часто бывает в подростковом возрасте, мы меньше всего прислушиваемся к себе, больше слушаем советы родителей, одноклассников, учителей. Олеся соглашается на Пермский химико-технологический техникум – он был ближайшим к дому, но, как потом оказалось, сложным в познании химии и высшей математики. С виду мягкая и покладистая, девушка проявляет силу воли и настойчивость: она меняет профессиональный курс на 180 градусов, выбирая новую специальность – учитель начальных классов.

Не каждое учебное заведение согласится взять студента с инвалидностью переводом. Дело это хлопотное, и еще неизвестно, как сложится у человека дальше, ведь от этого зависит престиж учебного заве-



Олеся Леонидовна со своими учениками

дения. Нужен был поручитель. Им стала Галина Александровна Дубникова, в то время главный редактор газеты «Здравствуй!». К ней за советом обратилась мама Олеси:

*«Галина Александровна мне сразу понравилась. Улыбчивая, очень доброжелательная и красивая женщина в инвалидной коляске. Она была очень внимательна ко мне, много расспрашивала, искренне рассказывала о себе, о газете и книгах. Я ведь и на сегодняшнее интервью согласилась в память о той встрече»*, – делится теплыми воспоминаниями Олеся Леонидовна.

Вскоре она становится студенткой колледжа, изучает детскую психологию, теорию и методику воспитания. Далее закрепляет свои знания в Пермском гуманитарно-педагогическом университете по специальности «Учитель начальных классов».

Но даже на этом ее познавательный интерес не заканчивается. Через некоторое время она получит еще одно высшее образование – детский логопед-дефектолог.

Студенческое время – пора молодости, веселья и первой любви, а еще время надежд и новых открытий. Олеся энергична и легка на подъем, ей нравится быть нужной, отдавать тепло своей души, и ее будущая профессия полностью подходила ей, давала возможность реализовать себя. Вот что значит прислушаться к себе и принять себя! На предпоследнем курсе нежная и романтичная Олеся выходит замуж, а диплом получает вместе с мужем и доченькой Дарьей. Вот такое переплетение профессии и судьбы случилось у нашей героини.

### ГЛАВНЫЙ ПРИНЦИП – ЧЕЛОВЕЧНОСТЬ

Не раз убеждаюсь в том, что люди, пережившие физические и душевные травмы, стараются прийти к помощи к

тем, кому эта помощь необходима в первую очередь: к детям и пожилым людям. И совсем не удивительно для меня то, что Олеся устраивается на работу в коррекционную школу города Перми, в которой обучаются дети с ОВЗ и дети с инвалидностью:

*«Мне кажется, подсознательно я туда всегда стремилась, потому что понимаю этих детей и могу им помочь. У каждого в жизни своя роль, свой промысел, своя функция, и если ты можешь и у тебя получается, то делай»*, – вот такой девиз у нашей героини.

Непросто быть первой учительницей, а тем более в коррекционном классе. Детки все разные, со своими особенностями и потребностями. Каждый требует к себе особого внимания и понимания. Нужно приучить их к новому порядку дня, к новой обстановке, к новым требованиям. А самое главное, чтобы они поверили учителю как близкому и родному человеку. Именно такой, второй мамой, становится для детей Олеся Леонидовна Тимохина – добрая, жизнерадостная, позитивная, немного скромная и застенчивая молодая учительница. Ее любят и ей верят дети, а вслед за ними и взрослые. Ей открываются даже самые замкнутые и недоверчивые дети. Олеся Леонидовна вспоминает с улыбкой:

*«Был у меня ученик, который не сразу принял меня. В первый же день он сел под парту и не вылезал, пока не окончились все уроки. Ни уговоры мамы, ни чай с булочкой – ничего не помогло. Так он проучился три недели. Даже кушал под партией, беря тарелочку из моих рук. Все мои задания мама выполняла с ним дома. Но однажды он остался за партией, как и все ученики. Свершилось чудо. Мама и я были счастливы»*.

Олеся может рассказывать о детях бесконечно – сразу видно, что работать с детьми ей нравится, она любит свою профессию и не променяет ее на другую: «Когда ребятки толь-

ко приходят в школу, они такие непосредственные и добрые, влюбляешься в них. Они это чувствуют и начинают выкладываться, стараются изо всех сил. Каждый раскрывается по-своему».

Самым главным принципом в работе с коррекционными детьми Олеся Леонидовна считает человечность: «Таких детей нужно чувствовать и понимать. Им физически тяжело, природа им недодала. Таким детям нужно больше внимания, любви, сенсорики, и когда они к тебе «летят», с ними можно работать дальше, проводить коррекцию».

Олеся жалеет, что не все родители принимают своих детей такими, какие они есть, пытаются переложить все свои проблемы на педагогов и общество. Как она относится к претензиям родителей? Старается заглянуть и проанализировать, на чем прежде всего строится семья, каковы взаимоотношения людей в узком кругу. Чаще всего претензии вызваны внутренними конфликтами. Нереализованность, претензии к миру оборачиваются в сторону школы и педагога. Один из принципов Олеси: не работать с теми людьми, с которыми некомфортно, ведь они являются раздражителями ее внутреннего мира, а его нужно беречь, иначе не сможешь помочь другим:

*«Я ищу тех людей, с которыми мне будет комфортно. Мне везло – меня всегда окружали позитивные люди, которые меня понимали, были со мной на одной волне. Мне комфортно дома, комфортно на работе, в коррекционной школе № 155, где меня всегда поддерживали»*, – рассказывает Олеся Леонидовна.

### СЧАСТЬЯ В ОДИНОЧКУ НЕ БЫВАЕТ

У Олеси дружная и понимающая семья. Дочь Дарья, красавица и умница, с успехом изучает программирование. Сын Михаил в этом году окончил первый класс, самостоятельный парень, спортсмен, три раза в неделю занимается плаванием. В социальных сетях Олеся находит бывшие ее ученики, мамы и бабушки пишут слова поддержки и благодарности. Она хранит и перечитывает эти послания с улыбкой. Разве это не счастливые моменты, когда тебя уважают за твои дела, когда ребята и родители делают своими успехами? Один из таких учеников – Иван Азанов, спортсмен-бадминтонист, обладатель городской премии «Преодоление». А еще Олеся счастлива познавать этот мир через литературу и путешествия. Пандемийный год внес в планы поездок коррективы, но в этом году ей с сыном удалось побывать на море, послушать шум прибоя и ощутить свободу морской стихии.

### ВМЕСТО ПОСЛЕСЛОВИЯ

Нельзя сказать, что Олеся всегда все удается, бывает, что ноги уже не держат и тело не слушается, но даже в самые трудные моменты у нее хватает выдержки и мудрости работать над собой и не опускать рук. Все вышесказанное можно назвать формулой успеха, фундамент которой – любимое дело, семья и старание принять свою судьбу.

**Надежда ИВАНОВА**  
Фото из архива  
Олеси Тимохиной



# УЗОРЫ НАТАШИНОЙ ЖИЗНИ

Первой шок испытала акушерка – ручки новорожденной девочки составляли одну треть от обычной длины и заканчивались веретенообразной культей. Ножи обрывались выше колен. Некуда было привязать бирочку, да и незачем – не перепутаешь. Что уж говорить о чувствах молодой мамы! Почему? Отчего? Лекарств она не принимала, вредоносным воздействиям не подвергалась... «Какая есть, такую и будем растить», – сказал своё веское слово новоиспеченный дед

## ШКОЛА ЖИЗНИ

Наши злые языки даже своих защитников, сложивших руки-ноги на полях Великой Отечественной, наградили обидным прозвищем «самовары». Наташа Ярушина чего только не послушалась за свои 44 года. По иронии судьбы прошедших в некогда самоварной столице Прикамья – поселке Суксун. Свое открытие – она не такая, как все, – Наташа сделала в 3 года, когда пошла своими ногами. Дети ее боялись, от взрослых веяло холодом. Но видно так горячо было детское сердце, что перетопило этот камень. Спустя время Наташа была уже своей в шумной ватаге ребят. Среди них – закадычная подруга, стаж дружбы с которой почти 40 лет. Другую верную подругу Наташа обретет в 16 лет. Сегодня все трое – состоявшиеся, деловые люди: судья, предприниматель, уникальный мастер. Характер Наташи удивительно противоречит ее судьбе – открытый и доброжелательный. И каталог обид ей составлять недосуг – много дел и увлечений.

К вопросу особой конструкции своего тела Наташа подошла рационализаторски: «Я экспериментировала – что я могу. Что-то давалось легко, что-то трудно. Но любопытство в комплекте с изобретательностью сыграли свою роль».

Пока родители на работе, а младший брат в детсаду, 5-летняя Наташа сама себе хозяйка: рисует, сжимая карандаш двумя «лапками», учится вырезать аппликации из открыток или поливает свой цветник – собственноручно посаженные однолетники. К цветам Наташа прикипела с детства. Теперь у нее два цветника – и дома, и в саду. Розы, лилии, петунии, астры... Чего только нет – все многообразие эдемского сада. Десятилитровое ведро воды цветовод несет, повесив на ручку, как дамскую сумочку. Стремление к самостоятельности у детей заложено с детства. Главное – не мешать. «Ты бы хоть матери помогла, у нее – скотина...» – забегит бабушка. Наташа берется за веник. Родители вечером возвращаются – баня готова. «Бабушка приходаила?» А это Наташа со спичками экспериментировала. Перепробовав разные способы чистки картошки, выбрала самый удобный. Сейчас она справляется с любой домашней работой: сварить суп, пожарить оладьи, испечь пирожки? Пожалуйста. «Вот только с волосами трудно справиться», – скромно улыбается собеседница.

Праздника в первый сентябрьский день у 7-летней Наташи не вышло: родители перwokлашек запротестовали, узнав, что в классе будет учиться особый ребенок. Чего они испугались? Наверное, и сами не смогли бы объяснить, но ценный воспитательный момент для своих чад от такого товарищества безвозвратно упустили. По этой причине начальную школу Наташа проходила на дому. А в 4-й класс они пошли вдвоем с братом, благо разрыв по возрасту в полтора года.



«В детстве я много плакала, – признается собеседница, – но после Питера как отрезало – посмотрелась там всякого».

Из института протезирования Наташа вернулась укомплектованная полимерными руками и ногами. Только вот менять их нужно было каждые полгода. Уже вполне научившись жить с тем, что есть, Наташа решила: не стоит причинять столько беспокойства родным только для того, чтобы выглядеть, как все. Она останется собой.

## КУКЛА

– В 12 лет у меня появилась кукла Барби. Играть было уже не по возрасту – и я шла ей наряды.

Гардероб включал даже миниатюрный бюстгалтер и капроновые колготки! Последняя деталь туалета по ювелирности исполнения тончайшей капроновой нитью не уступит, пожалуй, творению Левши. Но он-то был с руками. Ареал рукоделия постепенно расширялся: пошив мягких игрушек, бисероплетение, вышивание крестом и гладью... С сомнением взялась за крючок. Получилось! Рука уже набилась предыдущими упражнениями. С тех пор почти за 25 лет Наталья связала более 500 изделий. Потрясающей красоты салфетки – воздушные, легкие, с идеально выверенным узором. Воротнички, совершенно преобразующие женский образ. Скатерти, шляпки, панамки, сумочки, платочки и носочки. А еще – мужские галстуки, прихватки, подставки... Все-го не перечислить. На подарок и на заказ. Знакомым и незнакомым. Заказы Наталья принимает на своем сайте. Изделия, хранящие теплоту ее сердца, расходятся по стране, ушли за ее пределы – в Финляндию, Швейцарию, Нидерланды. В ее коллекции – картины, вышитые крестом, иконы, выполненные алмазной мозаикой.

Свое увлечение Наталья не превращает в изнурительную работу – иначе уйдет радость: «Повяжу утром, вечером. За неделю получается салфетка диаметром 50 см». Тем более что раньше рукоделие приходилось совмещать с работой на оптико-механическом заводе, где девять лет Наташа клеила коробки для очковых линз. В случае

ошибки она без сожаления распускает неудачную часть изделия и начинает все сначала.

Наблюдать за рукодельницей – все равно что за фокусником-иллюзионистом – невозможно понять до конца, как она работает. Крючок зажат где-то между подбородком и плечом. Легкие движения... А под крючком вьется что-то ажурное. Таким мистическим образом появилось 30 кофточек – разных цветов, простых и необычных фасонов.

Но вязать их по заказу через интернет Наталья не берется: «Без примерок невозможно добиться идеальной посадки».

На самой мастерице кофточки смотрятся безупречно, подчеркивая изящный силуэт. Невольно вспоминается Венера Милосская, которую скульптор сознательно лишил рук, делая акцент на красоте форм. Вообще Наталья со вкусом одевается и в меру пользуется косметикой. Будучи подростком, как-то попросила маму сделать ей макияж. Мама знала, как ответить: «Тебе надо, ты и делай». Эффектная женщина притягивает мужские взгляды. Но Наталья ценит серьезные отношения. Именно ее необычность – хорошая проверка мужчины на смелость. Сердечный друг, увя, ее не прошел. Затаенные с детства Натальины мечты о семье и детях разбились о его опасения – что скажут родные.

Спрашиваю у собеседницы, как она справляется с унынием, если надежды не оправдались? «Говорю себе: «Значит должно быть ТАК». Христианский подход – принять то, что не в наших силах изменить. Человек, внутренне бунтующий, не способен создавать, только – ломать.

Своим умением мастерица охотно делится с желающими. Научила вязать маму. Хотя та совсем не домоседка – пересев с скутера на авто, гоняет на своем хэтчбэке по поселку, сплавляется по реке.

## ПРИГЛАШЕНИЕ В МОСКВУ

В 2006 году слава о небывалой рукодельнице докатилась до Первопрестольной. Наталью пригласили на вручение премии «Филантроп». Церемония вручения, концерт, экскурсии – неделя в столице пролетела как

один миг. Вернувшись в Суксун, Наташа приплюсовала к премии банковский кредит и купила компьютер. Освоение его закончилось созданием собственного сайта. А стремление Наташи все доводить до совершенства сделало ее победителем на конкурсе социальных интернет-ресурсов в подмосковном Красногорске. Из 200 участников до финала добрались 18 человек. Наташе присудили 3-е место, вручив в качестве приза электронную книгу. Не беда, что она оказалась некачественной, а экскурсию по Москве участникам пришлось покупать за свой счет. Наташа не жалеет о поездке – ей интересны новые места и люди.

Сибирь Наташа освоила в 2017 году – пролетела на вертолете над «зеленым морем тайги», вознеслась по канатной дороге над горнолыжным комплексом. Мечтала увидеть Черное море. В 33 года увидела. И даже проехала вдоль побережья – от Сочи до Сухуми. В аккурат перед пандемией успела на море Средиземное, заморозив на время выплату по ипотеке. Берег турецкий поразил ее не столько своими красотами, сколько готовностью аборигенов оказать помощь (в дальние поездки Наташа отправляется на коляске). И на пляже никто не застревал глазами. Здесь она испытала небывалое чувство защищенности.

Наталья давно стоит в льготной очереди на благоустроенное жилье – в частном доме ей жить сложно. Обратилась в администрацию с вопросом: когда? Там пошуршали бумагами и выдали: «Лет через 25...» Наташа решила действовать. Взяла кредит, купила в ипотеку «двушку», с лоджией – для цветов. За 6 лет погасила все выплаты. Кредитов она не боится – берет часто, но выплачивает регулярно, сохраняя чистой кредитную историю.

В 2015 году канал НТВ пригласил Наташу для участия в передаче. Обещали экскурсии – и Наташа согласилась – хотелось новых впечатлений. Правда, про экскурсии благополучно забыли, но Наталья утешилась оплаченным билетом на самолет – полеты ее окрыляют. Передача вышла под названием «Ошибка природы». Ее участниками стали люди с генными нарушениями. Навешанный ярлык уже не предполагал никаких размышлений. Ошибка. Случайность. Но: «У Бога нет случайностей, все промыслительно», – говорят святые отцы. И у каждого свое поручение. Наташа создает красоту. А на что мы тратим свою жизнь? Используем ли свои возможности на все 100 процентов, как она? Имеем ли хотя бы малую часть ее упорства и трудолюбия? Нам посылают люди, под которых мы должны очистить себя.

Признаюсь, мне впервые довелось общаться с человеком, который, отвечая на мои вопросы, проявил чисто человеческий интерес к своему визави. Обычно это процесс односторонний. «Я счастлива, потому что у меня есть люди, которых я люблю», – пишет на своем сайте Наталья. Ключевое слово «я люблю», а не «меня любят». Взгляд, обращенный не на себя. В мир. С интересом и любопытством.

Мария ПАРШАКОВА



## Я СМОГУ ЖИТЬ САМ

Благотворительный фонд «Деревня СВЕТЛАЯ» уже 12 лет помогает семьям, где воспитываются дети-инвалиды и молодые люди с ментальными нарушениями

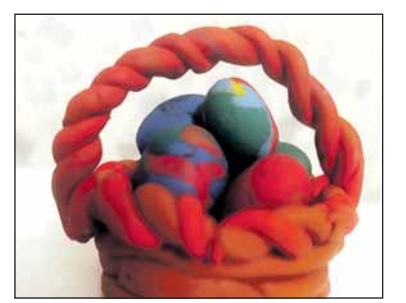
В 2021 году они запустили новый онлайн-проект «Я дома: могу жить сам». На основе телеграм-канала была организована платформа для обучения, где выкладываются расписания занятий, домашние задания, видео от педагогов.

Каждое утро проходит онлайн-зарядка с педагогом по физической культуре, три раза в день онлайн-общение с педагогом по социально-бытовой ориентировке, отрабатываются навыки и выполняются задания, два раза в неделю проходят занятия с психологом, три раза в неделю занятия по декоративно-прикладному творчеству.

Мой сын Тимофей (16 лет, на снимке) с удовольствием принимает участие в проекте. По возможности посещает онлайн-уроки. Когда нет времени участвовать, занимается творчеством: рисует, лепит, делает поделки. Учится готовить вкусную еду. И очень важно, начинает общаться с ребятами в группе. Ребята звонят друг другу, общаются в контакте, встречаются, вместе отмечают дни рождения.

Я очень благодарна организаторам проекта, в частности, Ольге Александровне Березиной. Нам позвонили с предложением поучаствовать в проекте. Огромное спасибо Любови Викторовне Лысенко – председателю Октябрьской городской организации ВОИ за информацию о проекте. Сын многому научился. Благодаря такому проекту тот, кто дома, сможет жить САМ.

В. СИБИРЯКОВА,  
Октябрьская  
городская организация ВОИ



Работы Тимофея: акварель «Лето», корзина из пластилина



## ■ ВЕСТИ С МЕСТ ■

**ЧЕРНУШИНСКАЯ  
«ДРУЖИНА» –  
ДОБРОВОЛЬНАЯ,  
НАРОДНАЯ**

**Команда Чернушинской  
городской организации  
инвалидов  
на протяжении  
17 лет участвует  
в туристическом  
слёте ПКО ВОИ**

К слову замечу, за эти годы многое изменилось, комфортнее стали поездки, отпала необходимость ездить со своими дровами и водой и, наконец, появился опыт выживать в палатках, готовить на костре, пришла уверенность в своих силах. Для людей с небеспредельными возможностями это очень важно.

Нынешним местом встречи была деревня Кулики Култаевского округа Пермского района.

Путь неблизкий, погода жаркая, волнение переполняет, но азарт, предвкушение праздника ужу зреют в душе, бодрят. Ожидания оправдались. Несмотря на дождь, все, что планировалось, состоялось – официальная часть, приветствия, песни у костра. И даже дискотека, и даже под живую песню – это пел Володя Ракин из Чернушки. Под его пение особенно душевно танцевалось.

300 участников, среди них почти 30 колясочников – каждому нашлось время и место себя показать, защитить честь своей команды. За это, без сомнения, надо сказать спасибо главным организаторам: председателю краевой организации Надежде Анатольевне Романовой и ее заместителю Элле Юрьевне Фуражковой, администрации принимающей стороны.

Чернушинская «Дружина» благодарит администрацию своего округа (глава М. В. Шестаков), а также Ларису Анатольевну Машкину, снабдившую туристов продуктами, водителей Николая Балабанова и Евгения Клембера. Без них не так прост был бы путь в Кулики, к победе.

Спортсмены из Чернушки стали призерами во всех основных видах соревнований: третьи места в перетягивании каната и водном туризме, второе – в ориентировании на местности, еще одно третье место в пешеходном туризме, плюс к этому второе место, личное, у председателя общества Валентины Чувашевой. На то она и председатель!

Однако общее командное место у чернушан – 9-е (из 20 команд). Не вытянули сценический и песенный конкурсы, подкачали нормы ГТО. Думаете, расстроились? Нет. Туристический слет – это поистине такое дело, про которое говорят: главное – не победа, а участие! Участие, когда взрываются эмоции, зашкаливает адреналин и ты чувствуешь, что все можешь!

Подводя черту под рассказом о поездке, Валентина Чувашева заметила: «Мы приехать не успели, как начали обсуждать следующий турслет. Готовы хоть сейчас ехать! 7-8 наших активистов – Малыгин Толя, Черепяхины Максим и Света, Зартдинова Валя, Кирина Люба, Ташкинов Андрей и другие – легки на подъем в любое время года!»

Вот такая славная команда с названием «Дружина» есть в Чернушке, на юге края.

Елена СЕКЛЕЦОВА

## ■ О СПОРТ, ТЫ – ЖИЗНЬ! ■

Первое место среди женщин заняла пермячка Юлия Горбунова. Поздравляем! И благодарим также за подготовку материала об этих соревнованиях для читателей нашей газеты.

Настольный теннис для слепых – это один из видов адаптивного спорта незрячих, широко распространенный в России и мире. Причин для этого много: для занятий не требуется специальной подготовки, тяжелых силовых нагрузок, которые часто запрещены людям с нарушением зрения; играть в теннис слепых может абсолютно каждый: игроки надевают специальные светонепроницаемые маски, которые уравнивают шансы спортсменов за столом и в то же время защищают глаза и лицо; этот спорт не имеет возрастных ограничений, позволяя заниматься им лицам с различными видами заболеваний и ограничений возможностей.

Секции по настольному теннису слепых города Перми уже



# ШОУДАУН – СПОРТ АЗАРТНЫХ ЛЮДЕЙ

**В Перми 2–7 августа состоялся первый открытый Кубок России по настольному теннису (спорт слепых – шоудаун)**

более шести лет. Каждый год группа спортсменов пополняется новыми любителями этого азартного и подвижного вида спорта. Это инвалиды по зрению от 12 до 60 лет, разных степеней тяжести ограничений возможностей здоровья. Среди них многие были освобождены от занятий физической культурой в школе и учебных заведениях. Но все они имеют возможность заниматься настольным теннисом – адаптивным видом спорта, требующим лишь координации и хорошей реакции. При этом в секции работают специалисты, которые отмечают, что спорт положительно влияет на развитие физических данных, социализацию, концентрацию, слух, способствует физической реабилитации, развивает реакцию, внимание, координационные навыки. Регулярные занятия улучшают общее состояние и навыки ориентации в пространстве.

Все это время на базе Культурно-спортивного реабилитационного центра Пермской краевой организации ВОС с инвалидами по зрению работают специалисты: тренер высшей категории, специалист Спорттивно-адаптивной школы Паралимпийского резерва Оксана Александровна Богданова и тренер КСРЦ ПКО ВОС Александр Владимирович Козлов.

В 2022 году в рамках проекта Пермской краевой организации ВОС «Теннис на слух», реализуемом при поддержке Фонда грантов губернатора Пермского края, состоялось знаменательное событие. Впервые в истории тенниса слепых России был проведен открытый Кубок России по спорту слепых – настольный теннис. Это значимое событие стало финальной частью проекта и позволило провести столь крупное мероприятие на территории Прикамья.

На протяжении четырех игровых дней на базе спорткомплекса имени В. П. Сухарева за столами сражались более 60 спортсменов, соревнования проводились как среди отдельных спортсменов в личном зачете, так и среди команд. За медали сражались спортсмены со всей России. Среди них пять спортсменов, представляющих сборную команду России по настольному теннису слепых, действующий чемпион России и пятикратный чемпион России, призеры и участники международных соревнований, мно-

жество спортсменов, имеющих звание мастера спорта и кандидата в мастера спорта, мастера спорта международного класса. География участников соревнований была представлена очень широко: от Калининградской области до Новосибирска, от Республики Коми до Республики Дагестан.

Интерес к Кубку был подогрев редакцией перевода международных правил Международной ассоциации спорта слепых, выполненного специально для проведения открытого Кубка России в Перми. Так что соревнования проводились согласно новым международным правилам.

Немаловажным для любого спортсмена является вопрос судейства. Главным судьей соревнований и председателем судейской комиссии стала Оксана Александровна Богданова. В составе судейского штата были представлены судьи всероссийской и первой категории, опытные рефери, осуществляющие работу на всех турнирах России. Также особо хотелось бы отметить в коллективе судей Виталия Юрьевича Лабовкина – сертифицированного судью Республики Беларусь, одного из самых дальних гостей, чье присутствие на матчах на территории России было невозможно длительное время по причинам пандемии.

В рамках проведения открытого Кубка состоялся семинар по подготовке новых специалистов – судей по настольному теннису для слепых. Новые специалисты могли проходить практику на матчах под руководством своих опытных коллег высочайшего уровня.

Итогом долгой и кропотливой подготовительной работы, тяжелого труда организаторов, судейской коллегии на турнире в Прикамье стало огромное количество благодарностей от участников Кубка России, множество положительных отзывов. Одну из важнейших оценок дали опытные спортсмены: Владимир Поляков (Свердловская область) и председатель Калининградской РО ФСС Юлия Мухоморова, которые отметили высочайший уровень проведения соревнований. Простые и лаконичные слова Юлии, одной из первых спортсменок по теннису слепых России, побывавшей на многих турнирах и являющейся организатором регулярных соревнований в Калинин-

граде: «На таком турнире я еще не была».

Владимир Поляков – мастер спорта международного класса, пятикратный чемпион России, серебряный и бронзовый призер чемпионата мира – отметил высокий уровень проведения соревнований. Владимир и стал первым обладателем золотой медали на Кубке России по настольному теннису слепых. При этом именитый спортсмен отметил, что победа далась нелегко, турнир привлек многих успешных игроков, и путь к пьедесталу был тяжел. Владимир выразил свое пожелание организаторам турниров, чтобы каждый из них по уровню проведения был приближен к той высокой планке, которую установили пермяки.

Три первых дня спортсмены боролись за личные медали, соревнуясь на пяти игровых столах. Результаты личных соревнований стали следующими:

В мужском зачете третье место выиграл Эдуард Егоров (Республика Чувашия), серебряным призером стал Александр Жучков (Республика Башкортостан), а золото завоевал Владимир Поляков (Свердловская область).

Среди женщин игру за 3-е место выиграла представительница Республики Коми Ольга Семьяшкина, серебряная медаль досталась Александре Мингалевой (Тюменская область). А мне выпало счастье взойти на первую ступень пьедестала!

В последний соревновательный день, 6 августа, нештучные противостояния продолжались, теперь уже среди команд. Командные игры предусматривают смешанные составы, так что можно было наблюдать, как за теннисным столом хрупкие представительницы так называемого слабого пола бьются с игроками-мужчинами, зачастую не уступая им в силе и ловкости, а порой выигрывая за счет хитрости и технических приемов. Ведь теннис – все же игровой вид спорта и предусматривает различные тактики игры.

По результатам еще более напряженных матчей была выявлена тройка призеров в командном зачете: 3-е место завоевали спортсмены из Республики Чувашия, 2-е место досталось теннисистам из Тюменской области, а золотую медаль увезли с собой представители Санкт-Петербурга.

Пермский край на этом турнире представляли 12 спортсме-

нов: шесть мужчин и шесть женщин – члены сборной команды Пермского края. Это как совсем юные, так и умудренные опытом спортсмены. Для кого-то этот Кубок стал первым в жизни соревнованием всероссийского уровня, но можно сказать с уверенностью: удовольствие от игр, опыт и игровую практику получил каждый. Стоит отдельно отметить, что растущий уровень спортсменов в крае в целом позволил попасть в ряды сборной представителям городов: Кунгура – Оксане Сыпачевой, Лысьвы – Александру Гилеву и Светлане Аликиной, Березников – Алексею Золотых.

В этих городах в рамках проекта «Теннис на слух» были организованы секции по настольному теннису для слепых, тренерскую деятельность в которых осуществляли профессиональные специалисты.

Жаркое лето в Перми стало еще более жарким благодаря накалу страстей, кипевшей

в СК им. Сухарева. Здесь было все: и непредсказуемые победы, и горечь поражений, и жесточайшие бои среди опытных игроков. Но как бы ни сложилась игровая судьба в дни турнира, каждый из спортсменов оценил внимание и заботу организаторов. Следует отметить, что даже в вечерние часы гости не скучали. Судьи турнира, спортсмены, представители – все с любопытством изучали достопримечательности города Перми на интереснейших адаптированных экскурсиях опытного краеведа Андрея Владимировича Летягина. Такие поездки осуществлялись каждый день, благодаря чему принять в них участие смог каждый желающий.

На протяжении всех шести дней, с момента прибытия и до самого отъезда, участники находились под почти отеческой опекой и заботой организаторов турнира, руководителей проекта Натальи Сергеевны Савиновой и Натальи Армасовны Гилевой. Каждый из этих замечательных специалистов многие годы своей жизни отдал работе с инвалидами по зрению и знает, насколько важно обеспечить незрячему комфортную доступную среду.

Этот проект стал первым в сфере спорта и физической культуры, с которым работала Пермская краевая организация ВОС, но по итогам открытого Кубка России можно с уверенностью констатировать успех данного направления.

Делясь же своими собственными впечатлениями, я только хочу сказать спасибо! Спасибо, Оксана Александровна, Наталья Сергеевна, Наталья Армасовна, за этот праздник тенниса, который состоялся, к нашей великой радости, в Перми. Этот открытый Кубок стал первым, он отнял много сил, на его проведение нужно было много решимости. Вы сделали этот шаг, подарив истинную радость многим гостям города и прикамским спортсменам. Мы все от души искренне благодарим вас за это и просим не останавливаться на этом важном пути!

Еще раз от лица всех спортсменов, принявших участие в первом в истории настольного тенниса для слепых России открытом Кубке России, благодарю за великолепный турнир!

Юлия ГОРБУНОВА  
Фото из архива автора





## РАЗБЕГ, ТОЛЧОК... И НАДО ПОДНИМАТЬСЯ

Спортивный праздник по лёгкой атлетике среди инвалидов Пермского края в рамках V этапа Пермского краевого паралимпийского спортивного фестиваля под девизом «Трудностей не боимся – победами гордимся!» прошёл на стадионе «Динамо»

Соревнования являются продолжением реализации проекта-победителя «Нам преграды не помеха – добиваемся успеха!» конкурса Фонда грантов губернатора Пермского края.

### ПРИЕХАЛИ ПОБЕЖДАТЬ

Утро. Каждые пять минут к стадиону подъезжают автобусы со спортсменами. У входа дежурит охрана, играет музыка. Участники подходят к врачу с медицинскими справками, а после регистрируются у судей.

– Без справки от терапевта нельзя, от этого зависит ваше здоровье, – объясняет желающим пройти по обычному списку врач Мария Сергеевна Логунова. Спортсмен из Индустриального района отправился домой. Это серьезные соревнования – правила едины для всех.

Команда из Карагай знакомится с регламентом соревнований. Спортивных дисциплин несколько, но какие: прыжки в длину с места, прыжки в длину с разбега, легкоатлетический бег на 100, 400, 800 метров, толкание ядра, гонки на колясках 100 метров и легкоатлетическая эстафета 4x100 метров. Колясочница Вероника Ченарева будет участвовать в двух дисциплинах: гонки на колясках и толкание ядра, а высокий и стройный Костя Шаларь – в прыжках в длину с разбега и беге на 100 метров. Рядом команда из Чернушки запасается питьевой водой: синоптики обещали самый жаркий день. Команда из Пермского района наряжается в красные футболки, настроение у всех приподнятое.

Мимо проходят мастера международного класса по легкой атлетике, чемпионы Европы и мира, победители Паралимпийских игр: Евгений Торсунов, Галина Липатникова, Андрей Порошин. Через две минуты начнется построение, все заторопились.

Над стадионом звучит: «Парад, вперед шагом марш!». Снимают камеры, щелкают фотоаппараты, настроены микрофоны. По спортивной дорожке стадиона течет разноцветная река участников. Открывает парад Верещагинский район в красных косынках, за ними – Лысьвенский городской округ в желтых банданах; в голубых футболках вышагивают спортсмены Добрянки; за ними «зелененькие» Березники; в белой футболке с национальным орнаментом ведет команду Барды Раушан Тагиров; в бело-красных бейсболках едут колясочники Соликамска. Всего в соревнованиях участвуют 28 территорий Пермского края – более 300 участников. С приветственным словом ко всем участникам обратились представители администрации Пермского края, депутаты и судьи. Благословил спортсменов отец Дмитрий из Пермской епархии.

### БУДЕМ МЕРИТЬ ПО ПЯТКЕ

В секторе для прыжков в длину с разбега около ямы с желтым песочком собралась толпа. Открывают соревнования представители Всероссийского общества глухих (ВООГ). Судья встает на полосу отталкивания и прыгает в яму. Она показывает, что мерить будут по ближайшей пятке. У судьи два флажка. Белый флаг – засчитано, красный – нет. Прыга-



ет спортсмен под № 180, судья поднимает красный флаг – попытка не удалась, большая заступ. Спортсмен огорчен, он пожимает плечами. Впереди еще одна попытка. Второй участник забывает оттолкнуться и пробегает мимо ямы, в воздухе красный флаг – опять мимо. Народ волнуется. По громкоговорителю просят пройти к яме с песком сурдопереводчика. Соревнования продолжались. Раз за разом поднимается белый флаг, новые попытки закончились хорошим результатом.

### ЛЕЖАТЬ НЕЛЬЗЯ, НАДО ДВИГАТЬСЯ

На финише стометровки дежурит врач. Температура воздуха зашкаливает за отметку 30 градусов. Раскаленное солнце, словно золотая медаль, притягивает спортсменов к старту. Один за другим идут забеги. Борьба идет за доли секунды. Ева из Кировского района финиширует первой. От усталости она падает на футбольное поле – все силы отданы победе. Врач просит спортсменку походить, тогда дыхание восстановится и станет легче. Она показала рукой на кулер с прохладной питьевой водой. Как хорошо, что об этом заранее позаботились организаторы соревнований.

Судья кричит в мегафон: «Девочки, слышите меня, каждый бежит по своей дорожке. Стартовали по третьей и бегите по третьей. Нельзя пересекать дорожку, это нарушение спортивных правил».

Татьяна Санникова, специалист по спорту Еловского муниципального округа, не может устоять на месте, она прыгает и обнимает участника своей команды: «Молодец, Алексей! Выдержал! Ты лучший!» Поддержка близких – лучшая мотивация на победу. С хорошим результатом пробежал стометровку Сергей Юдин, журналист сивинской газеты «На родной земле»: «Вообще-то я марафонец, бегаю 42 километра, занима-



юсь бегом на длинные дистанции с восемнадцати лет. Сейчас имею инвалидность по зрению. Еще увлекаюсь поэзией, пишу стихи. Настроение отличное, желаю всем спортсменам удачи и хороших личных результатов».

Закрывают дисциплину спортсмены Всероссийского общества слепых (ВОС), они бегут с лидером. Зрячие гиды привязаны к руке слепого человека веревкой. Во время бега спортсмен бежит синхронно с лидером и слушает его команды. Вдруг резкий свисток судьи останавливает забег. Все посмотрели на дорожку. Спортсмен в черных очках вдруг резко остановился у самого финиша и пошел пешком. Что случилось? Врач внимательно наблюдает. Может, участник перегрелся, и ему стало плохо? Оказалось, лидер пары неправильно дал команду своему подопечному. Вместо слов «левее, правее» он выкрикнул: «Нет, нет!» Главный судья соревнований разрешил перебежать дистанцию, ведь во времени спортсмен шел на рекорд. В повторном забеге Владимир Андреев из Кизела показал лучшее время среди всех участников, хотя ему было нелегко: утомила жара и сказались усталость после прыжков с места. Стати, и в этом виде он преуспел. Его результат 2 м 60 см никто не перепрыгнул.

### ПОПЫТКА – НЕ ПЫТКА

Сектор толкания ядра состоит из круга и отходящих в разные стороны боковых линий – «усов». Рядом с кругом небольшая ямка – желоб для ядра. В кругу для инвалидов-колясочников установлено специальное кресло с ручкой и ремнями. Наблюдают за ребятами. Раушан Тагиров из Барды просит отойти волонтеров, он самостоятельно, подтягиваясь на сильных руках, садится в кресло. Левой рукой держится за ручку, разворотом корпуса и мышцами плечевого пояса вы-

талкивает ядро правой рукой. Судья быстро отбегает назад. Ядро улетело за отметку 6 метров. Отличный результат.

Все поздравляют Раушана. Мимо проходит красная кепка «Летающие медведи», узнаю Виктора Шилоносова из Пермского района. Он ждет своей очереди и уверен в победе. На поле разминаются женщины. Среди них Ирина Закавказских, призер всероссийских соревнований по спортивному туризму и скалолазанию. Вместе с Олесей Коньшиной, мастером спорта по легкой атлетике, она обращает внимание на то, что спортсмены кидают ядро из-за головы, а не толкают от плеча.

– Что поделать, – говорит судья. – Ведь инвалидов в глубинке никто не учит, а толкание ядра – это сложный технический вид спорта, правила которого нужно знать и уважать. Мы провели небольшую инструкцию, в секторе спортсменов страхуют волонтеры, но этого явно недостаточно. Нам сказали засчитывать у всех, – вздыхает судья и продолжает выкрикивать результат очередной попытки.

– Попытка – не пытка! – бодрит себя спортсмен и кидает ядро.

Зрители отбежали в сторону.

### КОЛЯСОЧНОЕ БРАТСТВО

Самые дружные на соревновании ребята – это колясочники. Они постоянно собираются вместе кружком и обсуждают новости, решают вопросы. Подхожу поближе. Владимир Скирда рассказывает об успехах в бадминтоне. В этом году на Кубке России он взял золото в парной игре. Колясочники из Чайковского интерната жалуются, что нет подходящих условий для занятий спортом, советуются, что им делать. Николай Подленко из Краснокамска не успел сделать справку, он приехал пообщаться и поболеть за ребят. В это время колясочников приглашают на дистанцию 100 метров. Все рванули к месту старта. До финиша доехали тоже все.

Заключительным видом спортивного праздника стала эстафета 4 по 100 метров. В ней приняли участие наиболее подготовленные и опытные спортсмены. Уставший от жары стадион взорвался криками: «Давай!», «Гони!», «Быстрее, быстрее!» Острая борьба развернулась между командами Губахи, Суксуна и Чернушки. Здесь было все: и потеря эстафетной палочки, и задержка на старте, и столкновение на вираже, и борьба на финишной прямой. Сильнейшими в своих группах стали команды Суксуна, Перми и Верещагино. Эстафета закончилась, впереди награждение участников.

Победители и призеры соревнований в каждой спортивной дисциплине получили дипломы, медали и призы, в эстафете – памятные кубки. Да и не так уж важно, кто стал победителем. Основная цель спортивного праздника достигнута: люди не остались дома и, преодолев страхи и комплексы, вышли на старт.

«Кто борется, тот уже победитель!» – напоследок сказал ведущий. Все согласились со знаменитой фразой классика и довольные собой поехали домой.

Надежда ИВАНОВА  
Фото предоставил  
Олег ФЕДОТОВ



# ПРОГОЛОСОВАТЬ ДОСТУПНО КАЖДОМУ

Совсем недавно в Прикамье закончился масштабный цикл федеральных и региональных выборов. В текущем году в Пермском крае всеобщих выборов не проводится. Но это не значит, что их нет совсем

Так, в 12 территориях края пройдут выборы депутатов представительных органов местного самоуправления. Среди них выборы депутатов Лысьвенской городской думы, а также в Думу в преобразованных муниципалитетах: Губахинского, Кудымкарского и Пермского муниципальных округов. Также состоятся дополнительные выборы, на которых будут распределены недостающие мандаты депутатов. Такие кампании состоятся в Березниковском, Добрянском, Кизеловском, Косинском, Красновишерском, Краснокамском, Чернушинском и Чусовском округах.

Голосование на выборах в сентябре пройдет в течение 3 дней – с 9 по 11 сентября. Прежде всего, данное решение было аргументировано тем, что на многодневное голосование есть запрос со стороны избирателей, так как такая форма является удобной. Ну и сейчас с ростом эпидемиологической напряженности мы видим, насколько данное решение было оправданным еще и с точки зрения обеспечения санитарной безопасности.

При этом, учитывая проведение выборов в течение нескольких дней, обязательными являются дополнительные меры обеспечения легитимности, предусмотренные порядком многодневного голосования, утвержденного ЦИК России.



дуг применяться на 53 участках в списке избирателей, на которых включено порядка 89,5 тысячи человек. Решение принято в связи с тем, что на предстоящих выборах в Пермском муниципальном округе сможет принять участие большее количество избирателей, чем в иных муниципалитетах.

Комплексы обработки избирательных бюллетеней давно прослыли в народе «говорящими урнами» и полюбили избирателям своей неординар-

видящим и в том числе пожилым избирателям.

Безусловно, на выборах этого года будут применяться ставшими уже традиционными лупы с подсветкой, которыми пользуются не только слабовидящие избиратели, но и люди преклонного возраста. Члены избирательных комиссий изготавливают трафареты для более удобного самостоятельного заполнения избирательных бюллетеней.

Безусловно, помимо возможности в течение одного из трех дней выборов – 9, 10 и 11 сентября проголосовать на избирательном участке, избиратели могут в один из этих дней пригласить избирательную комиссию к себе на дом. Для этого необходимо до 14:00 11 сентября позвонить на свой избирательный

На выборах этого года будут применяться традиционные лупы с подсветкой, которыми пользуются не только слабовидящие избиратели, но и люди преклонного возраста

ков, оснащенных элементами доступной среды, выросло до 90% (1512 УИКов), а более 95% (1672) помещений УИК перенесено на первые этажи зданий.

Эта работа продолжается и в текущем году. Например, из всех избирательных участков, задействованных в выборах этого года, полностью оборудованы элементами доступной среды 92%, а 97% помещений УИК, в которых проводятся выборы, расположены на первых этажах.

Из всех избирательных участков, задействованных в выборах этого года, полностью оборудованы элементами доступной среды 92%, а 97% помещений УИК, в которых проводятся выборы, расположены на первых этажах

На неоснащенных элементами доступной среды избирательных участках будет организовано дежурство волонтеров для оказания содействия избирателям.

Все участки, на которых проживают более 20 лиц с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата, оснащены специальными кабинками для голосования колясочников. При этом в данных кабинках удобно голосовать и пожилым избирателям

Избирательные комиссии традиционно будут придерживаться приоритета, установленного руководством Центризбиркома и Избирательной комиссии Пермского края по обеспечению избирательных прав граждан с ограниченными возможностями здоровья. Ведь, во-первых, это доступность голосования, а, значит, соблюдение равенства конституционных прав всех граждан. Во-вторых, оснастив

Для удобства маломобильных избирателей все участки, на которых проживают более 20 лиц с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата, оснащены специальными кабинками для голосования колясочников.

При этом в данных кабинках удобно голосовать и пожилым избирателям – они могут не торопясь, сидя заполнить избирательный бюллетень.

Члены избирательных комиссий изготавливают трафареты для более удобного самостоятельного заполнения избирательных бюллетеней

Также на всех избирательных участках все двери на пути следования избирателей с прошлого года оснащаются желтыми кругами и специальной разметкой на препятствиях и путях следования избирателей для того, чтобы в помещении было безопасно и легко ориентироваться слабо-

участок (контактные данные указаны на приглашении на выборы) или оставить заявку через портал «Госуслуги». В этом случае в заявленный день члены комиссии приедут к избирательному участку и обеспечат возможность голосования.

Да, проблем оснащенности доступной средой участков для голосования с каждым годом становится все меньше. Но одной из больших проблем остается собственно дорога на этот участок. Несмотря на это, как

показывает статистика, большинство маломобильных избирателей все-таки предпочитают делать свой политический выбор в помещении для голосования в торжественной атмосфере. Эта тенденция стала правилом уже более 5 лет назад, но с введением многодневного голосования она только укрепилась. Избиратель выбирает сам, когда ему удобно проголосовать, часто совмещая реализацию конституционного права с другими делами.

Не стоит удивляться и второй тенденции – тому, что явка граждан с ограниченными возможностями здоровья на выборах превышает средние показатели по краю. А это значит, что всем нам небезразлично будущее нашей Родины, наше будущее. Поэтому убеждены, что активность маломобильных избирателей будет только расти вместе с ростом оснащенности доступной средой как в помещениях избирательных комиссий, так и других организаций.

Дополнительные меры обеспечения легитимности: обязательная видеофиксация на всех избирательных участках, сохранность бюллетеней, которые после дней голосования будут перекладываться в специальные сейф-пакеты и до момента подсчета будут храниться в сейфах под постоянным видеонаблюдением

К такому относится обязательная видеофиксация на всех избирательных участках. Кроме того, особыми мерами будет обеспечиваться сохранность бюллетеней, которые после дней голосования будут перекладываться в специальные сейф-пакеты и до момента подсчета будут храниться в сейфах под постоянным видеонаблюдением.

Всего на выборы в Прикамье в этом году заявили 429 кандидатов, из них порядка 80% выдвинуто политическими партиями. Сдали документы на регистрацию 411 кандидатов, из числа которых был зарегистрирован 371 кандидат, отказано 40.

Таким образом, процент отказа в регистрации – один из наименьших в истории муниципальных выборов и составляет 9,3%. Для сравнения: в 2015 году данный показатель составлял почти 20%.

Основными причинами отказа послужили недостаточное число достоверных подписей, собранных в поддержку кандидатов, установление факта сокрытия кандидатами сведений о своей судимости, а также неполнота либо недостоверность представленных в документах сведений о кандидатах.

Все двери на пути следования избирателей оснащаются желтыми кругами и специальной желтой разметкой на препятствиях и путях следования избирателей

При этом кандидатов уведомляли о допущенных нарушениях и давали в установленный законом срок возможность внести необходимые изменения.

Для обеспечения открытости и прозрачности избирательного процесса на каждом избирательном участке будут стоять абсолютно прозрачные урны, а в Пермском муниципальном округе будут использованы КОИБы. Они бу-

УИКи, помещения, где они расположены, останутся доступными и в межвыборный период.

Так, уже в прошлом году благодаря содействию общественных организаций инвалидов, Общественной палаты Пермского края и поручению губернатора Пермского края Дмитрия Махонина, которое он дал на заседании Совета по делам инвалидов, количество участ-



ИЗБИРАТЕЛЬНАЯ  
КОМИССИЯ  
ПЕРМСКОГО  
КРАЯ



# НОВОЕ В ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВЕ

Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 4 августа 2022 года № ДГ-1913/05

Минпросвещения России в связи со вступлением в силу 25 июля 2022 года Федерального закона от 14 июля 2022 года № 296-ФЗ «О внесении изменения в статью 68 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон) сообщает:

В соответствии с Федеральным законом лицам, указанным в части 7 статьи 71 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», предоставляется преимущественное право зачисления в образовательную организацию на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования при условии успешного прохождения вступительных испытаний (в случае их проведения) и при прочих равных условиях.

Под прочими равными условиями, исходя из положений части 4 статьи 68 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», следует понимать равенство условий в отношении двух и более поступающих граждан, установленных в отношении результатов вступительных испытаний (при их наличии), результатов освоения образовательной программы основного общего или среднего общего образования, результатов индивидуальных достижений (при наличии), наличия договора о целевом обучении.

В категорию лиц, получающих право на преимущественное зачисление в образовательную организацию на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования, входят:

1) дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, а также лица из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей;

2) дети-инвалиды, инвалиды I и II групп;

3) граждане в возрасте до двадцати лет, имеющие только одного родителя – инвалида I группы, если среднедушевой доход семьи ниже величины прожиточного минимума, установленного в субъекте Российской Федерации по месту жительства указанных граждан;

4) граждане, которые подверглись

воздействию радиации вследствие катастрофы на Чернобыльской АЭС и на которых распространяется действие Закона Российской Федерации от 15 мая 1991 г. № 1244-1 «О социальной защите граждан, подвергшихся воздействию радиации вследствие катастрофы на Чернобыльской АЭС»;

5) дети военнослужащих, погибших при исполнении ими обязанностей военной службы или умерших вследствие увечья (ранения, травмы, контузии) либо заболеваний, полученных ими при исполнении обязанностей военной службы, в том числе при участии в проведении контртеррористических операций и (или) иных мероприятий по борьбе с терроризмом;

6) дети умерших (погибших) Героев Советского Союза, Героев Российской Федерации и полных кавалеров ордена Славы;

7) дети сотрудников органов внутренних дел, Федеральной службы войск национальной гвардии Российской Федерации, учреждений и органов уголовно-исполнительной системы, органов принудительного исполнения Российской Федерации, федеральной противопожарной службы Государственной противопожарной службы, органов по контролю за оборотом наркотических средств и психотропных веществ, таможенных органов, Следственного комитета Российской Федерации, погибших (умерших) вследствие увечья или иного повреждения здоровья, полученных ими в связи с выполнением служебных обязанностей, либо вследствие заболевания, полученного ими в период прохождения службы в указанных учреждениях и органах, и дети, находившиеся на их иждивении;

8) дети прокурорских работников, погибших (умерших) вследствие увечья или иного повреждения здоровья, полученных ими в период прохождения службы в органах прокуратуры либо после уволь-

нения вследствие причинения вреда здоровью в связи с их служебной деятельностью;

9) военнослужащие, которые проходят военную службу по контракту и непрерывная продолжительность военной службы по контракту которых составляет не менее трех лет, а также граждане, прошедшие военную службу по призыву и поступающие на обучение по рекомендациям командиров, выдаваемым гражданам в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти и федеральным государственным органом, в которых федеральным законом предусмотрена военная служба;

10) граждане, проходившие в течение не менее трех лет военную службу по контракту в Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, воинских формированиях и органах на воинских должностях и уволенные с военной службы по основаниям, предусмотренным подпунктами «б» – «г» пункта 1, подпунктом «а» пункта 2 и подпунктами «а» – «в» пункта 3 статьи 51 Федерального закона от 28 марта 1998 г. № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»;

11) инвалиды войны, участники боевых действий, а также ветераны боевых действий из числа лиц, указанных в подпунктах 1 – 4 пункта 1 статьи 3 Федерального закона от 12 января 1995 г. № 5-ФЗ «О ветеранах»;

12) граждане, непосредственно принимавшие участие в испытаниях ядерного оружия, боевых радиоактивных веществ в атмосфере, ядерного оружия под землей, в учениях с применением такого оружия и боевых радиоактивных веществ до даты фактического прекращения указанных испытаний и учений, непосредственные участники ликвидации радиационных аварий на ядерных установках надводных и подводных кораблей и других военных объектах, непосредственные участники проведения и обеспечения работ по сбору и захороне-

нию радиоактивных веществ, а также непосредственные участники ликвидации последствий этих аварий (военнослужащие и лица из числа вольнонаемного состава Вооруженных Сил Российской Федерации, военнослужащие внутренних войск Министерства внутренних дел Российской Федерации или федеральных государственных органов, военнослужащие и сотрудники Федеральной службы войск национальной гвардии Российской Федерации, лица, проходившие службу в железнодорожных войсках и других воинских формированиях, сотрудники органов внутренних дел Российской Федерации и федеральной противопожарной службы Государственной противопожарной службы);

13) военнослужащие, сотрудники Федеральной службы войск национальной гвардии Российской Федерации, органов внутренних дел Российской Федерации, уголовно-исполнительной системы, федеральной противопожарной службы Государственной противопожарной службы, выполнявшие задачи в условиях вооруженного конфликта в Чеченской Республике и на прилегающих к ней территориях, отнесенных к зоне вооруженного конфликта, и указанные военнослужащие, выполняющие задачи в ходе контртеррористических операций на территории Северо-Кавказского региона.

Подтверждение указанного социального статуса осуществляется поступающими гражданами посредством предоставления дополнительных документов и сведений к заявлению о приеме в образовательную организацию.

С учетом установленного срока вступления Федерального закона в силу его положения могут быть применены гражданами и образовательными организациями в рамках приемной кампании на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования на 2022-2023 учебный год.

## МЕРЫ СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ СЕМЬЯМ, ИМЕЮЩИМ ДЕТЕЙ

Письма Отделения Пенсионного фонда РФ по Пермскому краю от 11.07.2022 № 21-11/74015, от 26.07.2022 № 21-01/79364

№ п/п	Размеры пособия гражданам, имеющим детей, назначаемые органами ПФР	Размер пособия для лиц, зарегистрированных в районах Пермского края (кроме Косинского, Кочевского, Чердынского, Гайнского, Красновишерского районов Пермского края) с учетом уральского коэффициента (1,15)	Размер пособия для лиц, зарегистрированных в Косинском, Кочевском, Чердынском, Гайнском, Красновишерском районах Пермского края с учетом северного коэффициента (1,20)
1	Ежемесячное пособие по уходу за ребенком до 1,5 года	8829,48 (с 01.02.2022) 8145,28 (с 01.02.2021 по 31.01.2022)	9213,37 (с 01.02.2022) 8499,42 (с 01.02.2021 по 31.01.2022)
2	Единовременное пособие при рождении ребенка	23543,69	24567,32
3	Единовременное пособие при передаче ребенка на воспитание в семью	23543,69	24567,32
4	Ежемесячное пособие на ребенка военнослужащего, проходящего военную службу по призыву	15978,81 (с 01.02.2022) 14740,60 (с 01.02.2021 по 31.01.2022)	16673,53 (с 01.02.2022) 15381,49 (с 01.02.2021 по 31.01.2022)
5	Единовременное пособие беременной жене военнослужащего, проходящего военную службу по призыву	37283,89	38904,92
6	Пособие по беременности и родам женщинам, уволенным в связи с ликвидацией организаций, прекращением физическими лицами деятельности в качестве индивидуальных предпринимателей, прекращением полномочий нотариусами, занимающимися частной практикой, и прекращением статуса адвоката	882,88 (в месяц)	921,26 (в месяц)

№ п/п	Наименование	Размер
1	Ежемесячное пособие женщине, вставшей на учет в медицинской организации в ранние сроки беременности	6979,50 руб.
2	Ежемесячная выплата в связи с рождением (усыновлением) второго ребенка	12726,00 руб.
3	Ежемесячная денежная выплата на ребенка в возрасте от восьми до семнадцати лет	50% – 6363,00 руб.; 75% – 9544,50 руб.; 100% – 12726,00 руб.



## ■ ЮБИЛЕИ ■



## ВОЗРАСТ – ЭТО ПРОСТО ОШИБКА!

**Валентина Ивановна Бажина, которая на протяжении 23 лет работала бухгалтером в Октябрьской районной организации инвалидов, в июле отметила замечательный юбилей – 75 лет. Поздравляем!**

Валентина Ивановна родилась в дружной многодетной семье: пятеро детей, она – самая старшая. Родители работали не покладая рук. Жили небогато, но дети всегда были сыты и одеты. У каждого в семье были свои обязанности, все дети с детства были приучены к труду.

Работать пошла после восьмого класса. Валентина всегда стремилась к знаниям, хорошо училась. Успешно окончила Пермское ПТУ по специальности «Бухгалтер» и трудилась в этой должности 35 лет. Юной девушкой познакомилась с парнем и влюбилась – один раз и на всю жизнь. Три года ждала его из армии. Дождалась, и вскоре молодые поженились. Воспитали двух дочерей и 54-й год идут по жизни вместе. Ее муж Леонид Федорович в 1996 году был избран председателем Октябрьского районного общества инвалидов, а Валентина Ивановна стала ему первой помощницей. На протяжении 23 лет она вела всю документацию организации, в то время как Леонид Федорович все свое время посвящал работе с людьми с ограниченными возможностями.

Сами супруги Бажины не блистали здоровьем, но просто невозможно перечислить тех людей, о ком они позаботились, скольким из них оказали бескорыстную помощь, будь то обеспечение необходимыми лекарствами, колясками, направлениями на обследование в медучреждения или путевками на санаторно-курортное лечение. Работа районной организации общества инвалидов Октябрьского городского округа благодаря стараниям супругов Бажиных получила высокую оценку. И если Леонид Федорович – сердце организации, то Валентина Ивановна – его душа. Она всегда помогала ему в разработке и оформлении проектов в различные организации: ПКООИ, «ЛУКОИЛ», администрацию Пермского края, результатом которых были хорошие гранты на их реализацию.

Умеют Бажины и отдыхать. Их хобби: рыбалка, сбор грибов и ягод, насколько позволяет здоровье. Они всегда среди людей. Внимательная, спокойная, доброжелательная Валентина Ивановна готова прийти на помощь любому нуждающемуся. Она хорошая жена, заботливая мать, замечательная бабушка для своих четверых внуков.

Валентина Ивановна пользуется большим авторитетом среди членов общества инвалидов, принимает активное участие во всех его мероприятиях. В день юбилея было сказано много хороших слов в ее адрес:

*Не стоит судить о возрасте по количеству прожитых лет. Если ты полон бодрости, значит, старости места нет. Пусть лицо озаряет улыбка, даже если седина, как снег, Возраст – это просто ошибка, Если молод душой человек.*

**От всей души мы желаем Валентине Ивановне отличного настроения, терпения, бодрости, а главное – крепкого здоровья и семейного счастья. Удачи вам, дорогой наш человек!**

**От коллектива «Неунывающие» Октябрьской ГО ВОИ**

## ■ СУДЬБЫ ЛЮДСКИЕ ■

## МОНОЛОГ МЕЧТАТЕЛЯ

**Я познакомился с Алексеем Шевыриным через соцсеть, заинтересовавшись его постами. В близком общении он поразил меня своей душевностью, добрым сердцем и целеустремленностью. С ним очень интересно было разговаривать. Он оказался теплым, радужным человеком со своей мечтой, с огнем внутри. Его способность идти сквозь препятствия к своей цели завораживала, а способность ладить с людьми и активный образ жизни – спорт, интерес к жизни могли бы быть примером для других. Думаю, его история будет интересна нашим читателям**

Я родился здоровым, но врач, принимавший роды, не удержал меня и уронил на пол, и я ударился головой. Этот факт от моей матери скрыли, и в голове образовалась киста. Если бы не скрыли, сказали сразу – последствий можно было бы избежать. Но киста образовалась, и теперь я двадцать лет живу с ДЦП. Я читал подробно об этом – часть мозга не функционирует: там, где нейроны должны идти по нужному пути и передавать сигнал, они сталкиваются с некой черной дырой и разбегаются в стороны, поэтому я двигаю руками синхронно. Если двигается левая – двигается и правая. Левая у меня здоровая, а правая – нет. Если пытаюсь двигать правой – в левой сильная боль.

Так что я двигаю ими одновременно, хочу, например, покачать гантели – ладить в обе руки их брать, иначе ничего не выйдет.

Я много занимаюсь фитнесом и плаванием, изучаю свое заболевание, читаю научную литературу, принимаю разные препараты, и есть надежда, что мой мозг рано или поздно придет в норму. Теоретически это возможно.

Я учился в коррекционной школе. Там часть ребят была с ОВЗ, часть – без. Разные были.

До шестого класса меня в школе прессовали, а в шестом я пошел на карате и стал тренироваться. Был у нас парень такой Андрей, он был выше ростом и крупнее, и из обычной школы его выгнали из-за низкой успеваемости. ОВЗ у него не было, он был здоров и психически, и физически, просто он хулиганил и учиться не хотел. Он постоянно меня задирали. Мы с ним конфликтовали – и однажды я послал его, и он предложил мне выйти в коридор. Мы вышли, он здоровый, и грудью шире, и руки длинные. Он не ожидал подвоха. А там такое место было – темный коридор – ничего не видно. Полная темнота на несколько метров. И там я и отпетил его. Так получилось, хотя у меня руки синхронно двигаются. После этого он меня зауважал, и нас даже учительница к директору послала объясняться. Он тогда себя как мужчина повел. Сказал, что сам был зачинщиком. С ним потом подружились даже.

Потом, когда мы в нывтвенском техникуме вместе учились, он прикалывался надо мной. Показывал на меня и говорил остальным: «С этим не связывайтесь, он дерется, как сумасшедший». А там ребята детдомовские, с ними тяжело, они не поверили. Решили проверить, задирали меня. Один в меня бумагой кидался. Раз-два кинет. Я ему объясняю, что так нельзя, – он заново. Меня к доске вызвали, я моментом воспользовался и стукнул его головой о парту.

Мастер говорит: «Так нельзя, Алексей, надо же разговором вопросы решать». Я говорю: «С ним иначе нельзя». Я после того, как из техникума ушел, узнал через месяц, что эти ребята из нашей группы магазина ограбили – кейс водки стащили. Кого-то отмазали, а кто-то сел. Наш мастер уволился.

После школы я сперва хотел уехать в Пермь, в большой город учиться, но мать отго-



ворила, аргументируя тем, что детей в других городах бьют и прочее. Так, остался в Нывте учиться на слесаря-ремонтника.

Потом мне сказали, что я по специальности все равно работать не смогу. Если, например, придется колесо менять у грузовика – я это не смогу делать, руки-то синхронно двигаются.

Учиться мне там не нравилось, но я решил уйти, хотя меня не хотели отпускать. Как-то маму уговорили не забирать документы, даже припугнули каким-то законом. Я тогда решил прогуливать.

Мне это нелегко было делать, я человек по природе обязательный, дисциплинированный. Но пришлось. И вот утром встаю, меня на занятия тянет. А я слово себе дал не ходить и не хожу. Сижу. Выжидаю.

В общем, отчислили меня за непосещение, и я уехал все-таки в Пермь. Исполнил свой замысел. Поступил в Западно-Уральский технологический техникум. Там жил в общежитии среди пацанов и учился. Было по-разному, но в целом нормально, я же до этого много общался и с проблемными детьми, и с детдомовскими.

Специальность получил. Переплетчик-брошюровщик. Но работать тоже не получилось. Сперва устроился на нывтвенскую фабрику (фабрика «Уральская фурнитура»), кое-что делал. Петли для кресел и диванов. Маленькие детали еще могу, выходит, а где покрупнее – уже не получается. Одной рукой надо держать, другой – молотком бить. У меня так нельзя. Попросили меня уволиться, стал другую работу искать.

Работал потом в частном патронажном бизнесе, через маму устроился, через ее знакомую. Там было эмоционально тяжело, нужно было за старыми людьми ухаживать. Есть приносить, готовить, кормить их, иногда массажи делать.

Был у меня один дедушка, очень я к нему привязался. Я ему массажи оздоровительные делал. Делал осторожно, как-то можно. А еще по ютубу массажи разные оздоров-

ительные смотрел, изучал. И смотрю – пошли на благо мои старания. Дедушка стал руками шевелить (до этого не двигал почти), говорить стал внятно (до этого мычал только), спину начал держать, сидеть ровно, до этого просто колесом сидел. Руки у него висели безвольно, а после моих занятий с ним он даже стал сам пытаться есть – ложку ко рту подносить, правда, немного с моей помощью.

Я радуюсь за него – дела на лад пошли. Потом приходит его сын – видит я деду спину массирую, а дедушка двигается и говорит. Не обрадовался этому. Лицо наморщил, нахмурился. Меня уволили потом. Мне так и сообщили, что в планы заказчика такое не входит – чтобы дед двигаться начал. Сыну просто квартиру надо было получить. Ему другую сиделку подобрали.

Мне после сказали, что дедушка заскучал без меня и через три месяца умер.

Был у меня еще один дед, но недолго, тому просто надо было продукты принести и за счета заплачивать.

А потом я стал работать в сетевой компании, которая распространяет препараты для здоровья, бадьи, витамины, бальзамы и прочее. До этого я пытался в другой фирме работать, но тут мне больше понравилось. Не было такого шкурничества и такой агрессии. Я многому научился. Научился снимать видеоролики, много стал читать, узнал много об устройстве человеческого организма. Я, надо сказать, постоянно в этой сфере самообразовываюсь. Вот когда начался ковид, я прочитал о влиянии различных вещей на биохимический состав крови и много теперь знаю в этой теме. На основе препаратов сам составляю практики лечения тех или иных заболеваний, например, могу составить график восстановления после инфаркта или лечить заболевания суставов. У меня есть уже примеры исцеленных людей.

Бабушка одна хотела удалять сустав, но врачи ей дали неясный прогноз после операции, и она испугалась за здо-

ровье, воспользовалась моими услугами, сейчас благополучно ходит, и ее хрящевая ткань восстанавливается.

Я сам несколько лет принимаю препарат для работы мозга и повышения остроты зрения и могу сказать, что он очень хорошо на меня воздействует. У меня улучшилась работа мозга и память, улучшилась речь, ушли головные боли, которые всегда меня преследовали, улучшилась нервно-мышечная связь с правой стороны. Если конкретно – усилился хват в правой руке и опора на правую ногу, появилась чувствительность отдельных групп мышц в спине, реакция на прикосновения. И боль при движении правой рукой сильно уменьшилась.

Я сейчас доучиваюсь в школе, потом буду получать высшее, хочу открыть свой кинезиоцентр, лечить людей, помогать им. Для этого мне нужно получить образование, стать врачом-физиотерапевтом и много чего еще. Меня отговаривают иногда, даже мои наставники по бизнесу, говорят, что открыть такое – это очень сложно. Но я уже привык, что все сложно – и учиться, и работать, и с людьми ладить, и вообще мне каждый шаг по жизни дается со сложностью. Что же теперь – отступить?

Интересно, что сейчас я учусь в месте для здоровых людей, и оно очень отличается от коррекционной школы. Мне говорят, что в коррекционной школе я выезжал за счет памяти, например, на уроке по литературе мне достаточно было встать и по памяти пересказать, о чем произведение. А теперь меня спрашивают не только содержание, а еще и главную идею, и ход мыслей героев, и учитель буквально вытягивает это у меня из головы, и мне очень тяжело, хотя я и справляюсь.

Я люблю читать. В основном научные книги по своей теме – медицине. Сейчас читаю книгу «Биомеханика и восстановление функций организма». Автор Евгений Блюм. Здесь написано про тестирование организма человека и его дефектов и про психологию и анатомию. Хотя другие говорят, что воспринимается тяжело, но мне интересно.

О своем заболевании я все знал уже с пятнадцати лет. Я по ТВ видел, есть такой прибор, который позволяет мозгу правильно функционировать благодаря тому, что помогает обходить проблемные участки мозга. Даже парализованные после аварии начинают ходить. Пытался такой прибор достать, но не запомнил название, а передача только по телевизору была.

Человек я простой, общительный, люблю разговаривать с людьми, с друзьями, с клиентами много общаюсь. Однажды написал одной актрисе из любимого сериала. Ответила. Даже переписывались.

Есть у меня собака, зовут Джек. Хочу добиться многого в жизни, поддерживаю связи с друзьями, много знакомлюсь, общаюсь, пытаюсь заботиться о близких и помогать другим людям. Иду к своим целям и мечтам сквозь все препятствия, хотя порой это и нелегко.

**Материал подготовил Владимир КОЧНЕВ**



# КАК ПОМОЧЬ АДАПТИРОВАТЬСЯ ПОСЛЕ КАНИКУЛ?

**Сентябрь. Вместе с началом осени в нашу жизнь приходит много изменений. Каких, например? За окном меняется погода, в прихожей меняется одежда, внутри нас меняется настроение. А ещё Новый год! Учебный, конечно. Заканчивается время отпусков и самых длинных каникул**

Даже взрослым людям сложно адаптироваться после отпуска к рабочему процессу. Вспомним себя: неужели каждый раз после отпуска мы беремся за работу с повышенным энтузиазмом, словно не чувствуем никакого изменения в распорядке дня и расписании? Что уж говорить о детях...

Для детей начало учебного года – не только приятные встречи с одноклассниками (а для первоклашек – новые друзья), но и большой стресс. Почему? Обязательно наступает период адаптации. Адаптация – процесс приспособления организма к новым условиям окружающей среды. К чему ребенок может адаптироваться в школе? После летнего отдыха детям довольно сложно вернуться к тяжелым школьным будням. За три месяца каникул ученики привыкают позже ложиться спать, соответственно, любят подольше поспать. С первого сентября довольно трудно вставать рано утром, собираться на занятия, а на уроках еще и активно работать. Процесс адаптации после лета у школьников разного возраста проходит тоже по-разному. Быстрее всего справляются с этим нелегким делом старшеклассники. Они уже не первый год ходят в школу и проходили этот период несколько раз. Так что пары недель будет достаточно, чтобы привыкнуть к учебному процессу и изменению режима.

**Что может служить признаком того, что у ребёнка возникли какие-то проблемы в школе, что должно насторожить родителей?**

Прежде всего, это беспокойный сон. Многие родители просто не обращают на это внимания. А бывает, что усугубляют ситуацию и говорят: «Когда тебе уроки учить или идти в школу, у тебя болит живот, а вот завтра воскресенье, и живот болеть не будет». Но нужно понять, что живот действительно болит из-за сильного напряжения, из-за тревоги, или просто ребенку неуютно, что-то трудно дается. Еще один признак – страх самого разного характера. Третий признак – близкие слезы, когда ребенок без видимой на то причины начинает плакать, особенно если до этого он никогда не был плаксивым. И вообще любые резкие перепады настроения – тоже ненормально.

Многие родители думают, что ребенок в первый же учебный день сам по себе настроится на учебу, сконцентрируется и станет внимательным. «Надо – значит, надо!» – говорят взрослые. Они думают, что стоит, как в сказке, произнести заклинание: «Горшочек, вари!», и мысли настроются на школьные будни, подготовку уроков, написание контрольных. Но «горшочек» варит не так быстро, как нам бы хотелось. Ребенку необходимо время, чтобы адаптироваться к школе после каникул. Но ему можно и помочь в этом, чтобы ускорить процесс и настроить на рабочий лад.

Вот несколько рекомендаций родителям для того, чтобы они помогли ребенку как можно ско-



рее втянуться в процесс обучения без стрессов и депрессии.

## Создайте дома спокойную и доброжелательную атмосферу

Вполне вероятно, что оценки в начале четверти вас не порадуют. Но лень и нежелание учиться тут ни при чем. Просто весь организм еще не настроился на учебный лад. Вместо того чтобы читать нотации, выразите уверенность в том, что скоро результаты станут лучше, ведь у вашего ребенка такой хороший потенциал!

## Купите что-то новое вместе

Шопинг к учебному году – ритуал, который вызывает приятные ассоциации. Предоставьте ребенку свободу действий – важно, чтобы школьник самостоятельно выбрал нужные к учебному году вещи. Например, спортивный костюм на физкультуру, тетрадки или набор фломастеров. Это формирует положительную эмоциональную привязку и настраивает на учебу.

## Не спешите с дополнительными занятиями

Переход от летнего «ничегонеделания» к интенсивному режиму должен быть плавным. Чтобы снизить нагрузку в первые недели учебы после каникул, не надолго откажитесь от дополнительных секций и занятий. К ним можно вернуться ближе к концу сентября. Так у школьника будет время адаптироваться к обязанностям и задачам.

## Обязательно следите за режимом ребёнка

Продолжительный и, главное, здоровый сон непосред-

ственно влияет на успехи в учебе. Дети, которые вдоволь высылаются, реже становятся агрессивными, они менее конфликтные и с большим интересом относятся к занятиям. Составьте распорядок дня для ребенка, чтобы он четко знал, когда и что ему нужно сделать, чтобы все успеть. Некоторым детям более понятным будет визуальное расписание.

## Обратите внимание на питание

Ведь причиной усталости, рассеянности, плохих отметок может быть неправильное питание. Ребенок просто не получает с едой достаточное количество полезных веществ. Клетки головного мозга требовательны к еде, и даже незначительные погрешности в рационе отражаются на его способности к концентрации внимания, памяти, работоспособности.

## Повторите правила поведения и общения со сверстниками

Новые отношения ребенок будет пробовать выстраивать и в семье. За лето в результате естественных психических процессов дети могут забыть некоторые правила поведения и общения. Кроме этого, ребенок просто будет проверять взрослых: «А вдруг теперь можно вести себя так, как МНЕ хочется?» Спокойно и твердо стойте на своем. Постарайтесь вспомнить с ребенком правила поведения и общения. Придумайте ему любые игровые ситуации и предложите школьнику самому найти выход из положения, помочь герою: «А как бы ты поступил?»

Тогда правила не будут выглядеть нудными назиданиями взрослых. Ребенок опять же будет считать, что выработал эти правила для себя сам, а проблемы с поведением сократятся до минимума.

## Создавайте ситуацию успеха

В первые недели после каникул не требуйте от ребенка слишком строго хороших оценок. Встречая сына или дочь после школы, в первую очередь следует интересоваться не тем, какие оценки они получили, а что интересного узнали, что им понравилось больше всего. Важно, чтобы дети воспринимали учебу как бесконечный процесс познания. И если ребенок после долгих летних каникул благополучно адаптируется к учебе, если через неделю и через месяц он идет на занятия с тем же удовольствием, значит, и мы, взрослые, можем поставить себе пять баллов. Создавайте для ребенка ситуацию успеха, ведь стресс будет затяжным, если он вызван бесплодными усилиями и постоянными неудачами.

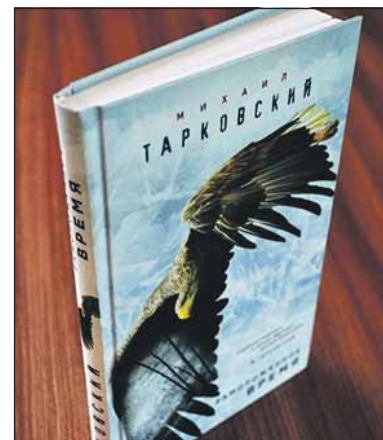
И последний совет для всех тех, кому трудно вставать по утрам: выполните упражнение «Звезда». Еще лежа в постели сожмите руки в кулаки, а потом с силой выпрямите растопыренные пальцы. Сделайте это несколько раз подряд в комфортном для вас темпе. Вы очень быстро почувствуете прилив энергии. Вот теперь вы уже точно готовы открыть глаза и начать рабочий или учебный день!

**Татьяна ВАСИЛЮК,**  
педагог-психолог  
МАОУ «Школа № 18  
для обучающихся с ОВЗ»

## ■ ЭТО ■ ИНТЕРЕСНО

### ПИСАТЕЛЬ ИЗ ТАЙГИ

Русский поэт, писатель, биолог Михаил Александрович Тарковский родился в 1958 году. Окончил Московский государственный пединститут по специальности «География и биология». В 1986 году поступил на заочное отделение Литературного института. Писатель выпустил 8 книг, среди которых есть сборники рассказов, в основном про жизнь людей в Сибири.



В городской библиотеке Лысьвы имеется замечательная книга Михаила Тарковского «Замороженное время» (Москва. «Эксмо», 2018, тираж 2000).

Повесть написана в конце прошлого столетия. В центре произведения – человек и природа. При чтении будто наяву видишь главного героя, проникаешь в его мысли, чувства, проживаешь вместе с ним различные ситуации. Отчетливо представляешь русского мужика – усы в сосульках, белоснежная борода. Из простых примеров описания реки, сугробов, ручья, избушки складывается образ тайги: достоверный, доступный, как будто находишься там. Идешь с ведром к ручью, едешь на «буране» по снегу. Любовь к земле, лесу, звездному небу, солнцу, реке прослеживается на протяжении всей повести.

Живописные описания природы представлены простым языком. Читаешь и нельзя оторваться. Цель автора – показать взаимосвязь природы и русских людей, цельность их характера, открытость, готовность прийти на помощь. И, конечно, любовь, чистые трогательные чувства героев. А когда после всех переживаний все складывается хорошо, хочется, чтобы время остановилось и это состояние душевного покоя осталось навсегда. Встречаются забытые слова, значение которых поясняется автором. Людям зрелого возраста дано испытать ностальгию, а молодому поколению показаны истинные человеческие ценности: надежность, отзывчивость, взаимопомощь, выручка. Повесть по стилю изложения отличается простотой и легкостью.

**Мargarита ШУКЛИНА,**  
Лысьвенская  
организация ВОИ

## БЛАГОДАРНОСТЬ

Чернушинское городское общество инвалидов благодарит директора ООО АРГОС-Чурс Вострикова Олега Анатольевича, секретаря Краснову Веру Александровну, начальника службы эксплуатации Милохина Сергея Александровича, замначальника службы эксплуатации Решетняк Альбину Андреевну за предоставление транспорта, а также водителя автобуса Дружинина Анатолия Николаевича за комфортную и безопасную поездку, за доброе отношение к нам.

Благодарим всех причастных за помощь в организации поездки в Воткинские термы, в Центр здоровья и отдыха.

**Валентина ЧУВАШЕВА,**  
председатель  
Чернушинской ГО ВОИ



## О СПОРТ, ТЫ – ЖИЗНЬ! ШАХМАТНЫЙ ТУРНИР В «РОДНИКЕ»

Сергей Владимирович Золотой из Губахи, инвалид второй группы, находясь на лечении в Пермском санатории-профилактории «Родник», провел шахматный турнир среди отдыхающих.

Сергей Владимирович выступил не только организатором соревнований, но и судьей. Опыта в проведении таких турниров ему не занимать: он руководит шахматным клубом «Вертикаль» при ДК «Северный» в Губахе.

График лечения в санатории плотный. Но после обеда у многих свободное время. Врач-ортопед Ирина Русинова, узнав, что Сергей Владимирович руководит шахматным кружком, предложила ему провести шахматный турнир среди отдыхающих. Сергей Владимирович не ожидал такого поворота, но на предложение согласился. Записались шесть участников, но на турнир пришло гораздо больше: многим было интересно понаблюдать за финальным сражением сильнейших игроков «Родника».

Соревнование было решено провести на лавочке, в тени зеленых деревьев. Шахматный турнир длился четыре часа. Самые сильные игроки не хотели уступить друг другу, в итоге решающая партия закончилась ничью. Победителя турнира не было. Первое и второе места поделили Алексей Налескин из села Калинино Кунгурского района и Роман Мирсаяпов из поселка Октябрьский. Третье место заняла Вероника Бельтюкова из Очера. Все игроки и болельщики остались довольны, они сдружились и радовались каждой новой победе.

Игроки, занявшие призовые места, получили грамоты и подарки, которые заранее приготовила администрация санатория.

Сергей Владимирович отметил хорошую подготовку всех участников и достойную игру соперников, несмотря на расслабляющий отдых и летний зной. Игру в шахматы наш герой считает лучшим средством реабилитации и профилактики для инсульта и старческой деменции: «Шахматы заставляют думать и работать головной мозг, от этого зависят память, мышление и работоспособность всего организма», – рассказывает Сергей Владимирович.

В этом году ему исполнилось 62 года, он бодр и уверен в своих силах. У Сергея Владимировича есть мечта: провести чемпионат города Губахи по шахматам и выступить там. Он уже ведет переговоры со спонсорами и надеется на помощь всех неравнодушных к шахматной игре.

В свою очередь, редакция газеты «Здравствуй!» желает Сергею Владимировичу крепкого здоровья и дальше продвигать игру в шахматы среди людей с ограниченными возможностями здоровья.

Надежда ИВАНОВА

### ДОСАДНАЯ ОШИБКА

В августовском номере газеты за 2022 год был опубликован материал «Все клевые туристы попадают в топ!».

На самом деле слова песни, строчка из которой стала названием материала, принадлежат команде Пермского района (автор Лариса Кобелева), а не команде Индустриального района, как было указано в тексте.

Редакция приносит читателям извинение за ошибку.

## СУДЬБЫ ЛЮДСКИЕ

# МАЛЕНЬКАЯ ЖЕНЩИНА С СИЛЬНЫМ ХАРАКТЕРОМ

Иногда по телевидению показывают соревнования людей по-настоящему мужественных – с ограниченными физическими возможностями. Без содроганий в сердце смотреть бывает невозможно, как люди без ног, без рук состязаются на лыжной дистанции либо в спортивном зале, на беговой, ковровой дорожке, сбивают мишени, жмут штангу. Словом, ведут себя, как настоящие борцы.

В Пермском крае тоже регулярно проводится спортивный фестиваль инвалидов. Команда очерских спортсменов в нем также участвует. Самой богатый урожай наград завоевала в разные годы в упорной борьбе Лариса Колчанова. Она имеет чемпионские титулы в таких видах состязаний, как армрестлинг, дартс, динамометрия. Спортсменка отмечает, что с каждым разом появляются новые, более подготовленные соперники. Они имеют возможность заниматься с тренером в спортивном зале, а не как очерцы, которые вынуждены тренироваться в собственных квартирах по собственной методике. О личных тренерах и не мечтают, так как таких специалистов в городе нет. И тем не менее бойцовский дух, выработанный с годами, большая сила воли и желание доказать «чем мы хуже?» помогают быть в числе лучших.

Лариса – инвалид с детства. До недавнего времени она ходила с тросточкой. Несколько лет назад ей удалось попасть на операцию, после которой она в новом свете увидела и почувствовала жизнь. Молодая женщина по образованию – бухгалтер-экономист. Представители этой профессии востребованы. Вот и Лариса имела работу. Но вынуждена была еще и подрабатывать, так как одна растила сына-школьника, а затем – студента. К сожалению, заработок по основному профилю деятельности и госу-



дарственная поддержка, которую получает женщина как инвалид с детства, весьма скромные. Вот и трудилась сутками, чтобы обеспечить семью, где была главной добытчицей и хозяйкой.

С молодых лет вынашивала идею построить собственный дом. Ради этого освоила смежные профессии из сферы строительства, устроилась на работу в соответствующую фирму, где и постигала на практике полученные знания. Когда начала стройку собственного дома, родители одобрили и помогли на первых порах. Потом и все родственники подключились, кто чем мог помогать: средства одалживали, стройматериалы по выгодным ценам приобретали, в качестве рабочей силы участвовали.

Сколько моральных, материальных сил отняла стройка, а еще и добавила проблем в здоровье, знает лишь сама Лариса Александровна. Правда, счастливый бонус ей выпал все-таки, когда она повстречала мужчину, ставшего ей опорой, помощником на завершающем этапе строительства их уже общего семейного гнезда. Да вот злой рок разрушил надежды на счастливое будущее – муж безвременно ушел из жизни.

Маленькая женщина с сильным характером и дочкой-школьницей живут по-прежнему в доме, по мере сил и возможностей совершенствуют, завершают обустройство и дома, и участка.

На днях Лариса Колчанова отметила свой очередной день рождения. В августе отмечался и День строителя, к которому имеет причастность именинница. Поздравляем очерчанку со всеми датами и успехами, которых сильная женщина добилась за пока еще молодую жизнь. Желаем не сдаваться, а идти вперед и вести за собой одержимых духом земляков. Как мамочке – радости от воспитания дочки, тепла, уюта и здоровья!

Надежда ГУЛИНА,  
Совет инвалидов, г. Очер  
Фото автора

## ФИЛОСОФИЯ КАРЛОВА

Алексей Анатольевич Карлов родился в Подольске в 1983 году. В результате врачебной ошибки мальчик получил инвалидность, а спустя десять месяцев после рождения ему был поставлен окончательный диагноз – ДЦП.

Прогнозы врачей сбылись: Алексей не может не ходить, не говорить, вследствие тяжести заболевания ему удалось получить только начальное образование: окончить шесть классов в одном из московских интернатов, но, несмотря на это, назвать героя моего материала человеком с ограниченными возможностями просто нельзя!

Доказательством тому является книга под названием «Свой взгляд. Записки человека с ДЦП», вышедшая в 2013 году. Автобиографическое произведение – сборник рассказов, статей и афоризмов, повествующих о том, насколько непросто живется инвалидам в России, имеет маленький тираж – всего 125 экземпляров. Но вопреки обстоятельствам оно получило большой успех, результатом которого являются друзья и знакомые по всему миру! А еще, на мой взгляд, именно книга способствовала тому, что Леша получил прозвище Философ.

На данный момент Алексей по-прежнему проживает в одном из психоневрологических интернатов Москвы и успешно занимается самообразованием, а идейным вдохновителем, двигателем прогресса писателя стала его подруга и верная спутница Елена.

О том, как зародилась идея создания автобиографии и не только, Алексей любезно согласился рассказать в интервью нашей газете.



– Алексей, расскажите, пожалуйста, о себе. Задумывались ли вы о том, что когда-нибудь ваша жизнь будет связана с писательским ремеслом?

– Моя биография рассказана в книге «Записки человека с ДЦП», поэтому даже не знаю, что еще о себе рассказать: все, как у всех, если не считать диагноза, конечно. Люблю путешествовать – нравится находиться в дороге, наблюдать за проносящимися мимо пейзажами. А о том, чтобы стать писателем, задумывался еще с юности.

– А как зародилась идея создания «Записок человека с ДЦП»?

– Идею мне поддал друг Олег Перанов, журналист. Он пред-

ложил оказать помощь в издании книги. До этого я писал в «Живом журнале» и на «Фейсбуке», а сейчас публикуюсь на сайте Проза.ру.

– А чем занимаетесь на данный момент?

– Сейчас я подрабатываю в Интернете: деятельность связана с рекламой. Не могу назвать себя хорошим работником, но тем не менее делаю все, что могу.

– Алексей, что вдохновляет вас больше всего?

– Меня, как и любого журналиста, вдохновляют дискуссии на острые темы, например, с какими проблемами приходится ежедневно сталкиваться нам, инвалидам, и что нужно предпринимать для их реше-

ния. Об этом тоже можно прочитать в моей книге. Ну и, конечно, вдохновляют путешествия.

– А о чем вы мечтаете?

– Ответ на этот вопрос также есть в «Записках человека с ДЦП». Когда я был маленьким, мечтал научиться действовать руками и ногами. Теперь цели поменялись: мечтаю помочь другим людям с ограниченными возможностями поверить в себя, и чтобы физически здоровые люди нас слышали и понимали, относились толерантно, с уважением.

– Поделитесь, пожалуйста, с читателями нашей газеты, как не сдаваться, когда опускаются руки и кажется, что выхода нет?

– Здесь опять же хочется сделать отсылку к своей книге: надо научиться снимать страх, который в нашем случае действует, как удавка. Перестаньте бояться и сразу достигнете большего. А вообще, самый ценный совет заключается в том, чтобы не давать советы. Человек является единственным автором всего, что с ним происходит, поэтому слушайте себя и идите только вперед!

P.S. Книга Алексея Карлова «Свой взгляд. Записки человека с ДЦП» есть в Интернете в свободном доступе.

Читайте, перейдя по ссылке: [http://img0.liveinternet.ru/images/attach/c/9/4064/4064992\\_alexsey\\_karlov\\_zapiski\\_cheloveka\\_s\\_dcp.pdf](http://img0.liveinternet.ru/images/attach/c/9/4064/4064992_alexsey_karlov_zapiski_cheloveka_s_dcp.pdf)

С не вошедшими в произведение работами автора можно ознакомиться на сайте: <https://proza.ru/avtor/alexkarlov83>

Telegram-канал Алексея для связи: alexkarlov83

Анна ЧУДИНОВА

Редакция может не разделять точку зрения внештатных авторов. Письма и рукописи не рецензируются и не возвращаются.

Свидетельство о регистрации ПИ № ФС 18–3131.  
Перерегистрация 06.12.2006 г. в Управлении Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Приволжскому федеральному округу.  
Учредитель: Пермская краевая организация Общероссийской общественной организации «Всероссийское общество инвалидов»

Издается с 1993 года. Индекс ПР639.  
Издатель: редакция АНО «РИЦ «Здравствуй»  
Главный редактор: Ю. И. Асланьян.  
Выпуск издания осуществлен при финансовой поддержке Министерства социального развития Пермского края, Центрального управления Всероссийского общества инвалидов, Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций

Адрес редакции: 614068, г. Пермь, ул. Борчанинова, 9.  
Тел. 200-74-90.  
E-mail: hello\_perm@mail.ru, сайт: www.hello-perm.ru  
Отпечатано в ООО «Печатник», г. Верещагино, ул. Энергетиков, 2.  
Время подписания по графику в 14.00. Фактически в 14.00.  
Номер подписан 2.09.2022 г.  
Объем 3 печ. л. Тираж 11 000 экз. Свободная цена. Заказ № 4466