

Здравствуй!

№ 4 (373)

4 апреля

2024 года

ГАЗЕТА ПЕРМСКОЙ КРАЕВОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ВОИ
Издается с 12 апреля 1993 года

НАШИ ДАТЫ

ГАЗЕТА «ЗДРАВСТВУЙ!» – ВАША ГАЗЕТА

12 апреля по общероссийскому календарю мы отмечаем День космонавтики. Но напомним вам, дорогие читатели, что 12 апреля – это день рождения ВАШЕЙ газеты, газеты «Здравствуй!». Основателем и первым главным редактором в 1993 году стала Галина Александровна Дубникова.

За 30 лет работы вышло в свет более 300 номеров печатного издания, в которых, как в капле воды, отразилось становление Пермской краевой организации ВОИ.

Меняются дизайн, цветность, название рубрик, но суть газеты остается прежней – быть хорошим собеседником, грамотным консультантом, добрым другом наших читателей. Знаю одно, никто из нас не будет читать то, что не интересно и не нужно. Поэтому газета будет поднимать самые жизненно важные вопросы, ответы на которые найдут наши журналисты.

День рождения газеты – это и ваш праздник, дорогие читатели. Вместе с вами мы формируем информационную повестку, узнаем о проблемах, рассказываем о сильных и волевых людях, ищем ответы на вопросы. Хочу поблагодарить всех наших «народных» корреспондентов, которые оказывают помощь в формировании интересных номеров.

И сегодня газета продолжает выполнять свое дело. Для многих журналистов газета «Здравствуй!» стала частью жизни и даже немного больше. В газете работают те, кто по-настоящему предан своей профессии, отдавая своему делу не один десяток лет. Среди них высококлассные специалисты: Юрий Асланьян, Ирина Гилева, Мария Паршакова, Надежда Иванова, Аркадий Быков, Анна Чудинова. Хочется, чтобы у нашей газеты была долгая и счастливая жизнь.

Пусть каждый номер будет неповторим и узнаваем. Пусть газета будет актуальной и интересной для читателя. Ну а своим коллегам и всем, кто трудится над созданием номера, хочу пожелать здоровья, творческого полета и мирного неба. В каждый номер вложена частичка вашей души. А там, где душа, там навсегда будет оставаться добрая память!

Надежда ИВАНОВА,
редактор
газеты «Здравствуй!»

КОНКУРСЫ

ВЕСЕННИЙ ПРАЗДНИК КРАСОТЫ

В начале марта в Перми в Культурно-спортивном реабилитационном центре ПКО ВОС состоялся финал инклюзивного конкурса «Прикамская дива – 2024». В конкурсе участвовали 14 женщин из Перми и других городов Прикамья, каждая из которых надеялась на победу. А победила в конкурсе Анна Макарова из Пермского общества глухих



МИСС «ПРИКАМСКАЯ ДИВА – 2024»

Анне Макаровой 29 лет. Окончив школу, она поступила в Пермский техникум профессиональных технологий и дизайна, получила профессию PR-менеджера. Сейчас трудится контролером качества одноразовой посуды в одной из пермских компаний.

Анна ведет активный образ жизни: с 2015 года занимается в ансамбле жестовой песни «Поющие руки», участвует в различных мероприятиях, фестивалях, конкурсах. Любит рукоделие, в частности, скрапбукинг (техника создания красивых бумажных альбомов), рисует портреты. Обожают занятия в спортзале, велосипед, коньки. Принимала участие в молодежном форуме среди глухих. Ей очень нравятся путешествия. По словам Анны, ей хочется объездить весь мир!

У Анны Макаровой есть любимая собачка Ляня, о которой она долго мечтала. И накануне нынешнего Нового года эта мечта сбылась. А о победе в конкурсе «Прикамская дива–2024» она даже боялась мечтать. Хотя в душе очень хотелось примерить корону, почувствовать себя принцессой на балу. Так оно и случилось: Анну Макарову признали победительницей конкурса «Прикамская дива–2024».

Анна Макарова:

– Не верилось, что я стану победительницей! Это очень приятно и волнительно! Победила, наверное, благодаря поддержке родителей, которые очень верили в меня, а также коллег из «Поющих рук». Намерена развиваться и дальше, возможно, попробую себя в российском конкурсе. Спасибо всем, кто за меня болел, поддерживал и верил в меня!

О том, какие испытания пришлось пройти всем участницам конкурса красоты, читайте на страницах 6, 7

НОВЫЕ РУБРИКИ

Званный гость

Это новая рубрика газеты. Гостями публикации станут самые интересные и узнаваемые люди Перми и Пермского края, общественники, ученые, политики, те, с которыми можно поговорить о жизни. Не пропустите встречу с ними.

Сегодня у нас в гостях Николай БУХАВЦЕВ – председатель Пермского отделения Всероссийского общества ВОС.

Читайте материал Ирины Гилевой «Как вырастают крылья...»



стр. **4**

Угол зрения

Добро и зло существуют не только в сказках. Но только в сказках добро побеждает автоматически. Зло, к сожалению, встречается и в реальной жизни. И если его не замечать, делать вид, что его просто не существует, то это значит, что ему ничего и не будет противостоят. Разумно ли поступаем мы, когда отворачиваемся от очевидного зла?

Об этом материал Аркадия Быкова «Феномен «сельского циклопа»



стр. **10**

СОБЫТИЯ

В МОТОВИЛИХЕ
НОВЫЙ
ПРЕДСЕДАТЕЛЬ

На внеочередной конференции Мотовилихинской районной организации ВОИ большинством голосов был избран новый председатель. Им стала Еловицова Татьяна Александровна



Татьяна родилась в Мотовилихе, и с самого детства ее жизнь была связана с Мотовилихинским обществом инвалидов. Сначала членом организации стала ее мама, Тамбасова Екатерина Васильевна, искавшая возможности для всесторонней реабилитации дочери. Екатерина Васильевна работала в организации с детьми-инвалидами, а дочь всегда была рядом, так что Татьяна прекрасно знает все проблемы организации «изнутри» и считает, что именно благодаря Мотовилихинской организации ВОИ в ее жизни было много достижений и побед.

У Татьяны Александровны высшее образование. Она воспитывает двух сыновей.

Цель нового председателя – сделать Мотовилихинскую районную организацию ВОИ лучшей в Пермском крае.

«Надеюсь, у меня все получится, ведь у нас замечательная команда и отличные люди, которые готовы помочь в любой момент», – сказала Татьяна Александровна.

Желаем Татьяне Александровне успехов в ее новой деятельности!

Пермская краевая организация ВОИ выражает огромную благодарность **Елене Владимировне Кротовой**, которая возглавляла Мотовилихинскую районную организацию ВОИ с 2016 года. Это были сложные для организации годы, и Елена Владимировна фактически спасла ее от ликвидации. Все члены организации отзываются с теплотой о бывшем председателе и признательны за ее поддержку и внимание к каждому человеку. Елена Владимировна не уходит совсем, на внеочередной конференции она избрана в состав правления Мотовилихинской районной организации ВОИ и будет отвечать за культмассовую работу.

www.pkovoi.ru

ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ
НА ГАЗЕТУ
«ЗДРАВСТВУЙ!»

Подписку
можно оформить
с любого месяца

НАШ ИНДЕКС:

ПР639

МИНИМАЛЬНЫЙ СРОК
ПОДПИСКИ – 1 МЕСЯЦ

ЦЕНУ ПОДПИСКИ
НУЖНО УТОЧНЯТЬ
В ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ
СВЯЗИ.

ОФИЦИАЛЬНО

ИСПОЛНИЛИ
ГРАЖДАНСКИЙ ДОЛГ

С 15 по 17 марта состоялись выборы Президента России. Голосование продемонстрировало беспрецедентное единство мнений граждан, которые поддержали кандидатуру действующего главы государства

По данным Центральной избирательной комиссии РФ, по итогам обработки 100% протоколов граждане отдали за Владимира Путина 87,21% голосов. По данным ЦИК на 18 марта, явка избирателей на президентских выборах 2024 года стала рекордной в новейшей истории России и составила 77,44%.

Надежда Романова, председатель Пермской краевой организации ВОИ и член краевой Общественной палаты впервые участвовала в общественном наблюдении за ходом выборов.

– Чтобы стать общественным наблюдателем я прошла учебу на образовательной площадке краевой Общественной палаты, познакомилась с правовым статусом и кодексом этики общественных наблюдателей. Семинары, которые организовала Общественная палата края, очень полезны. Я узнала много новой информации,новила имеющиеся знания. Я считаю важным участвовать в наблюдении за выборами. Это моя гражданская позиция, чтобы с уверенностью сказать: выборы были открытыми, честными и беспристрастными, – рассказала Надежда Анатольевна.

Надежда Романова побывала в Центре общественного наблюдения, который располагался в кинотеатре «Кристалл». Любой гражданин мог прийти в Центр и на большом экране, сидя в мягком кресле, увидеть, что происходит на любом избирательном участке. Специалисты, которые следили за ходом голосования с помощью видеонаблюдения, анализировали полученную информацию и быстро выявляли возможные нарушения.

– Я увидела, что избирательный процесс идет открыто, включено максимальное количество населения, это позволяет снять напряжение, сделать выборы открытыми. С первого же дня голосования была высокая активность избирателей, люди шли голосовать.

Во время выборов были использованы все виды голосования. Избиратели могли воспользоваться классическим голосованием на своем участке, пригласить членов УИК домой или прибегнуть к двум современным формам – «Мобиль-



Общественные наблюдатели

ный избиратель» и дистанционное электронное голосование (ДЭГ). Надежда Анатольевна побывала с двумя членами УИК на надомном голосовании:

– К первому дню выборов УИК получил около 80 заявлений на голосование на дому. Кто-то указал конкретное удобное время, кто-то не стал этого делать, потому что весь день проводит дома. Большинство голосующих на дому – люди в возрасте, есть маломобильные, есть с серьезными заболеваниями. И правильно, что они не стали рисковать. К ним пришли добровольно настраиваемые члены комиссии, и люди проголосовали в комфортных для себя условиях, – рассказала Надежда Романова.

Многие, несмотря на возраст и заболевания, шли голосовать на свои участки, потому что так привыкли, потому что в этот день идут голосовать их соседи и друзья, потому что хотят быть вместе со всеми, со всей страной!

– Инвалиды участвуют в выборах на равных условиях с иными гражданами, однако для них необходимо создавать специальные условия. К сожалению, были нарушения в организации доступной среды. И это очень огорчает, – говорит Надежда Анатольевна.

– Не везде были пандусы, расчищены дорожки от снежного покрова. В ряде случаев избирательные участки находились на втором этаже. Как туда может попасть человек на инвалидной коляске или мама с маленьким ребенком? Не было лупы для слабовидящих, а также специального трафарета с прорезями для голосования. Столик в кабинке для голосования расположен высоко, не регулируется, что очень неудобно для людей маленького роста, пожилых людей и колясочников. Безусловно, сделано немало для доступности, но нужно постоянно совершенствовать доступную среду для участия маломобильных групп в голосовании. Все предложения и замечания я подробно отметила на заседании Общественной палаты. Очень важно, чтобы у человека с инвалидностью всегда был выбор, где он принимает участие, как он принимает участие. Для этого много сделано, но предстоит еще больше.

Люди с ограниченными возможностями здоровья неравнодушны к событиям, происходящим в обществе, в стране. Им важно быть полезными в гражданских инициативах. Кто-то находит себя в деятельности волонтерского движения или в

работе общественных организаций. А кто-то реализует себя напрямую, участвуя в работе участковой избирательной комиссии. В Кировском районе Перми на участке в ДК «Урал» в качестве общественного наблюдателя работал Вячеслав Королев. Несмотря на то, что дата рождения нашего героя совпала с датой выборов, Слава достойно выполнил свою миссию общественного наблюдателя. Нарушений на его участке не было им зафиксировано. В Кунгуре участие в работе участковой комиссии приняла Розалия Уразметова, председатель Кунгурской окружной организации ВОИ. Работа в участковой избирательной комиссии – это возможность проявить себя в той сфере, которая важна для общества, а еще – это способ дополнительного заработка, что немаловажно для инвалидов.

– Знаю, что на выборах были руководители и члены наших местных организаций. Благодарю всех за работу и активную гражданскую позицию! Общественные наблюдатели в Пермском крае выполнили свою работу очень эффективно. Можно смело говорить, что мы видели открытые и легитимные выборы.

Надежда ИВАНОВА

ПРОЕКТЫ

СПОЁМТЕ, ДРУЗЬЯ!

22 апреля 2024 года начнется приём заявок на участие в VII краевом фестивале вокально-хоровых коллективов Пермской краевой организации ВОИ «Берёзовый край». Программа фестиваля будет посвящена песням о семье, семейным ценностям и традициям, любви к детям и родителям



Фестиваль пройдет при поддержке Министерства культуры Пермского края. Организатор фестиваля – ГБУК «Центр по реализации проектов в сфере культуры», соорганизатор – Пермская краевая организация Общероссийской общественной организации «Всероссийское общество инвалидов».

К участию в фестивале приглашаются вокально-хоровые коллективы местных организаций ВОИ в Пермском крае (один

коллектив численностью от 10 до 15 человек от организации). Фестиваль пройдет в два этапа.

Заочный этап:
С 22.04.2024 г. по 27.04.2024 г. будут приниматься заявки от местных организаций ВОИ на электронную почту pkovoi@pogod.ru с пометкой «Берёзовый край».

К заявке прилагаются:
✓ Список участников вокально-хорового коллектива.
✓ Согласие на обработку

персональных данных.
✓ Видеозапись произведения, представляемого на фестиваль.

Жюри фестиваля в срок до 17 мая определит сильнейшие вокально-хоровые коллективы, которые смогут принять участие в очном этапе фестиваля.

Очный этап:
14.06.2024 г. в Перми в Горьковском саду пройдет краевой фестиваль вокально-хоровых коллективов «Берёзовый край» с участием победителей заоч-

ного этапа. Три коллектива, которые по решению жюри займут призовые места (I, II, III место), будут награждены призами и дипломами за лучшее исполнение песни, отражающей тематику фестиваля.

Также будут награждены два коллектива, которые больше всего понравятся зрителям.

Подробно ознакомиться с Положением о проведении краевого фестиваля и скачать заявку на участие можно на сайте pkovoi.ru.

■ БЕЗБАРЬЕРНАЯ СРЕДА ■

ЧТОБЫ ЖИЛЬЁ БЫЛО УДОБНЫМ

Эксперты Ресурсно-информационного центра «Доступная среда» совместно с региональным отделением Фонда «Защитники Отечества – Пермский край» и представителями администрации города Перми провели первое обследование жилья бойца СВО. Они побывали в гостях у Алексея Николаевича Цыбенко.

Алексей, капитан запаса, с первых дней оказался на передовой. Во время боя он подорвался на mine. С тяжелыми ранениями командир батальона был доставлен в госпиталь и перенес несколько операций. В ходе одной из них была ампутирована правая нога выше уровня бедра. Сегодня Алексей Цыбенко передвигается на инвалидной коляске, осваивает протез ноги.

– Во время обследования жилья были осмотрены территория перед домом, входная группа, подъезд и квартира, посоветовали, как можно адаптировать данное помещение. После обследования заполнили документы. Наши предложения по адаптации и



оборудованию жилого помещения будут учтены, – рассказывает специалист АНО РИЦ «Доступная среда».

Составленный акт был направлен в Москву, в АНО «Центр изучения проблем инвалидов «Общество для всех» и успешно прошел согласование.

Сотрудники АНО «РИЦ «Доступная среда» прослушали вебинары и прошли обучение в АНО «ЦИПИ «Общество для всех», после чего вошли в состав экспертных комиссий по обследованию жилья участников СВО. Работа идет во всей стране. Пилотное обследова-

ние провели в Москве, далее распространили опыт на все регионы.

Участники спецоперации по возвращении домой с ранениями нуждаются в приспособлении жилья под новые потребности. Но сделать ремонт, закупить дорогостоящее оборудование, кухонную мебель, «умный дом»... не понимая нужды непосредственно человека, который столкнулся с инвалидизацией, – сложно.

Фонд «Защитники Отечества» и Всероссийское общество инвалидов заключили соглашение о сотрудничестве. Пермская краевая организация ВОИ не оказалась исключением и активно сотрудничает с Фондом. Еще в прошлом году Пермская краевая организация ВОИ подписала соглашение о сотрудничестве с фондом «Защитники Отечества – Пермский край» в интересах бойцов, получивших инвалидность в ходе специальной военной операции. В рамках него начата совместная работа по различным направлениям.

Наталья ШИРОКОВА

■ МЕДИКО-СОЦИАЛЬНАЯ ЭКСПЕРТИЗА ■

ИНВАЛИДОВ СТАНОВИТСЯ БОЛЬШЕ

Научно-практическая конференция «Состояние и основные направления совершенствования медико-социальной экспертизы и реабилитации инвалидов в Пермском крае», организованная ФКУ «Главное бюро медико-социальной экспертизы» Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации, собрала более 150 человек – врачей – специалистов бюро МСЭ и экспертных составов, председателей врачебных комиссий медицинских учреждений города Перми и Пермского края, ответственных за оформление направлений на медико-социальную экспертизу.

На конференции обсуждались итоги деятельности ФКУ «Главное бюро МСЭ по Пермскому краю» Минтруда России за 2023 год, вопросы состояния инвалидности населения, качества медико-социальной экспертизы и перспективы ее цифровой трансформации.

В своем выступлении Ольга Александровна Плотникова, главный эксперт по медико-социальной экспертизе по Пермскому краю, отметила, что за последние годы служба прошла определенный этап развития. Активно внедряются информационные технологии в процесс проведения медико-социальной экспертизы, углу-

бляется анализ деятельности учреждения, усилен блок работы по информированию граждан о службе медико-социальной экспертизы, межуровневому и межведомственному взаимодействию.

Важный раздел деятельности учреждения – организация доступной среды для лиц с инвалидностью. Так, в 2023 году 4 бюро – филиала учреждения – улучшили условия доступности для лиц с инвалидностью, переехали в более удобные и приспособленные для МГН помещения бюро № 7 (Орджоникидзевский район г. Перми), а также бюро № 10 (педиатрическое), 18 и 19 (для освидетельствования лиц старше 18 лет) в г. Березники (находятся в одном здании в центре города).

Кроме того, в учреждении разработана проектная документация и получено положительное решение Главгосэкспертизы в целях проведения капитального ремонта объектов в г. Чайковский (бюро № 11, 27), г. Лысьве (бюро № 25). Продолжается капитальный ремонт здания в г. Перми по ул. Грачева, 12, где планируется разместить экспертные составы и бюро МСЭ, расположенные в городе, за исключением отделенных Кировского и Орджоникидзевского районов.

Анализ показателей объемов деятель-

ности учреждения показал, что в 2023 году проведено около 40 тысяч медико-социальных экспертиз, отмечается снижение количества освидетельствований в сравнении с предыдущим периодом в связи с переходом на новый порядок работы учреждений МСЭ и отмены автоматического продления на 6 месяцев лицам с ранее установленной инвалидностью с учетом эпидемиологических особенностей.

Анализ инвалидности населения Пермского края свидетельствует о росте уровня первичной инвалидности взрослого населения в 2023 году во всех возрастных категориях. Ведущими причинами инвалидности взрослого населения в регионе остаются злокачественные новообразования и болезни системы кровообращения. У детей основными причинами инвалидизации являются 3 класса болезней: психические расстройства, болезни эндокринной системы и врожденные аномалии развития.

По реабилитации инвалидов итоги показали, что в 2023 году в учреждении разработано более 34 тысяч ИПРА, из них около 4 тысяч детям.

Ю. А. МАВЛИКАЕВА,
организационно-методический отдел
ФКУ «ГБ МСЭ по Пермскому краю»
Минтруда России

■ ФЕСТИВАЛИ ■

МЫ В ПРОФЕССИИ ИГРАЛИ

В Перми прошёл зональный этап II краевого фестиваля-конкурса по ранней профориентационной работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья

деятельности и ценности труда человека.

В фестивале-конкурсе приняли участие 48 школьников и 50 дошкольников, обучающихся из отдельных образовательных организаций г. Перми: МАОУ «Адаптивная школа-интернат «Ступени» г. Перми», ГКБОУ «Общеобразовательная школа-интернат Пермского края», МБОУ «Школа № 154 для обучающихся с ОВЗ», МАОУ «Школа № 18 для обучающихся с ОВЗ», МАОУ «Школа-интернат № 4» для обучающихся с ОВЗ». В фестивале-конкурсе принимали участие детские сады: МАДОУ «Детский сад № 103», МАДОУ «ЦРР – детский сад № 137», МАДОУ «Детский сад «Глобус», МАДОУ «ЦРР – детский сад № 161», МАДОУ «ЦРР – детский сад «Зодчий», МАДОУ «Детский сад № 36», МАДОУ «Детский сад № 167».

Соревновательная программа проходила для двух целевых групп детей с ОВЗ, а именно для дошкольников и школьников с 6 до 11 лет. Дошкольники соревновались по компетенциям: «Ювелирное дело (бисероплетение)», «Флористика», «Кулинарное дело», «Медицинский уход». Школьники принимали участие в компетенциях: «Робототехника», «Флористика», «Кулинарное дело», «Меди-

цинский уход», «Парикмахерское искусство (косоплетение)», «Вязание крючком».

Эксперты чемпионата, из числа работодателей и педагогов образовательных организаций, провели оценку конкурсных работ и выявили сильнейших.

Зональный этап фестиваля-конкурса «Знакомство с профессией» сопровождался деловой программой. Все гости были приглашены на различные мастер-классы: попробовали себя в техниках декоративно-прикладного искусства, рассмотрели интерактивные игры в профориентации, создавали интеллект-карты и собирали аптечку против стресса.

Кроме того, работала консультационная площадка при поддержке общества инвалидов Кировского района. Все желающие могли ознакомиться с художественной, методической литературой на выставке-продаже магазина «Лири». И по уже сложившейся доброй традиции, совместно с НО БФ «Берегиня», была организована ярмарка-продажа «Твори добро».

По завершении фестиваля-конкурса ребята получили сладкие призы, победители и призеры – ценные подарки и дипломы. Ребята от души поздравляли

бурными аплодисментами. Мероприятие прошло очень интересно, плодотворно и замечательно!

Выражаем слова благодарности администрации и педагогам МАОУ «Адаптивная школа-интернат «Ступени» г. Перми» за качественную и профессиональную организацию и проведение мероприятия.

Спонсорами мероприятия выступили: АНО «Семейный туристический клуб «Атмосфера», руководитель Алексей Ноговицын и ТОС «Октябрьский», председатель Дилера Попова.

Фестиваль проходил в рамках регионального чемпионата «Абилимпикс» Пермского края, который пройдет с 14 по 16 мая. Организаторами чемпионата «Абилимпикс» выступили Министерство образования и науки Пермского края, Институт развития образования, ГБПОУ «Пермский краевой колледж «Оникс» и Региональный Центр развития движения «Абилимпикс» при поддержке Национального центра «Абилимпикс» и АНО «Россия – страна возможностей».

Ирина ВЕДЕРНИКОВА,
руководитель РЦРД «Абилимпикс»,
Пермский край

■ ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ! ■

КАКИЕ ПЕНСИИ ВЫРАСТУТ С 1 АПРЕЛЯ 2024 ГОДА

На 7,5% будут проиндексированы социальные пенсии по старости, инвалидности и потере кормильца.

СУММЫ С УЧЁТОМ ПОВЫШЕНИЯ:

✓ с 17167,83 руб. до 18455,42 руб. (+1287,59 руб.)

Инвалидам с детства I группы.
Детям-инвалидам.

✓ с 14 306,73 руб. до 15 379,73 руб. (+1073 руб.)

Инвалидам I группы.
Инвалидам с детства II груп-
пы.

Детям до 18 лет или до 23 лет при очном обучении, потерявшим обоих родителей, или детям умершей одинокой матери.

Детям, оба родителя которых неизвестны.

✓ с 7 153,33 руб. до 7 689,48 руб. (+536,15 руб.)

Пенсионерам по старости, если нет права на страховую пенсию из-за нехватки стажа и ИПК.

Инвалидам II группы, за исключением инвалидов с детства.

Детям до 18 лет или до 23 лет при очном обучении, потерявшим одного из родителей.

Гражданам из числа малочисленных народов Севера: с 50 лет – для женщин, с 55 лет – для мужчин.

✓ с 6 080,38 руб. до 6 536,41 руб. (+456,03 руб.)

Инвалидам III группы.

Страховые пенсии по старости были проиндексированы с 1 января – тоже на 7,5%. Предстоящее повышение на них не распространяется.

Источник – «Госуслуги»



Зональный этап II краевого фестиваля-конкурса по ранней профориентационной работе с детьми дошкольного и младшего школьного возраста с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью «Знакомство с профессией» прошел на базе адаптивной школы-интерната «Ступени».

Знакомство с профессией крайне важно для детей, оно позволяет выстроить грамотную профессиональную траекторию, помогает стать успешным специалистом в будущем. Именно в детстве закладываются основы важности трудовой

■ ХОРОШАЯ ■ НОВОСТЬ

СМАРТФОНЫ НА СТРАЖЕ ДОСТУПНОСТИ

Идею включить смартфоны для инвалидов по зрению в федеральный перечень технических средств реабилитации (ТСР) поддерживают и в Госдуме. Сейчас туда уже включены смартфоны для глухих.

В век цифрового развития смартфон является важным элементом доступной среды, в том числе и для инвалидов по зрению. С помощью различных приложений современные телефоны могут не только озвучивать то, что происходит на экране, но и сканировать окружающее пространство и вовремя предупреждать об опасности.

Некоторые субъекты РФ утверждают свои региональные перечни средств технической реабилитации. Они могут включить туда и смартфоны для инвалидов по зрению.

«Парламентская
газета»

■ ВЕСТИ С МЕСТ ■

ИЗУЧАЕМ «ЦИФРУ»

Орджоникидзевская районная организация ВОИ заключила соглашение о взаимном сотрудничестве с ГБПОУ «Пермский машиностроительный колледж» по проведению совместных социально значимых мероприятий на безвозмездной основе – социального проекта «Цифровой мир для всех».

Целью проекта является формирование условий по социальной адаптации пожилых людей и инвалидов к современной информационной среде.

Основной задачей проекта «Цифровой мир для всех» является предоставление возможности пожилым людям и инвалидам познакомиться с функциями своего смартфона, зарегистрироваться на портале «Госуслуги», получать юридическую, социальную, политическую информацию посредством смартфона; оплатить квартплату, электричество, заказать продукты и лекарства через мобильное устройство. После первого занятия у членов нашего общества появилось много вопросов, они были удивлены, сколько возможностей и удобств для людей дает смартфон. Чтобы лучше освоить телефон, занимались группами, а студенты колледжа помогали разобраться в телефоне. Все это в комплексе способствует улучшению качества жизни людей старшего поколения и инвалидов.

Ирина ПЕРЕБИКОВСКАЯ,
председатель
Орджоникидзевской
районной организации ВОИ

■ ОБРАТИТЕ ■ ВНИМАНИЕ!

В ИНФОРМАЦИОННО-ПРОКАТНОМ ЦЕНТРЕ ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ РЕАБИЛИТАЦИИ при Пермской краевой организации Всероссийского общества инвалидов вы можете

ВЗЯТЬ НАПРОКАТ:
кресло-коляску, кресло-каталку, костыли, кандаки, ходунки, трости, сиденье для ванны, кровать медицинскую, пандусы складные, параподиум, детские технические средства реабилитации.

г. Пермь, ул. Борчанинова, 9,
пн-пт – с 8:30 до 17:00,
обед с 12:00 до 13:00,
тел.: 2-362-362, 2-448-575.
www.pkovoi.ru/prokat/
www.vk.com/prokat_tsr

■ ЗВАНЫЙ ГОСТЬ ■

КАК ВЫРАСТАЮТ КРЫЛЬЯ...

У нас в гостях председатель Пермского отделения Всероссийского общества ВОС Николай Бухавцев

– Николай Александрович, вы не против, если мы начнем с самого начала? Расскажите, пожалуйста, где вы родились, где учились, как начинался ваш путь к нынешней должности?

– Совершенно не против! Родился я в поселке Сыльва Пермского района. Моя мама, Эльвира Николаевна, работала на Сыльвенском стекольном заводе. Отец, Александр Николаевич, тоже здесь трудился, а также в гидрогеологической партии. Родители зрячие, а вот у меня проблемы со зрением обнаружили с раннего детства. Когда папа с мамой в детстве обращали на что-то мое внимание, говоря, к примеру: «Полубуйся вон на тот цветок!», я отвечал, что не вижу. Или в зоопарке показывали на какое-то животное, и ответ был таким же. Когда отвели к врачам, оказалось, что у меня врожденная патология. Возможно, из-за того, что мама, беременная мной, переболела гриппом. В детстве перенес несколько операций: их делал известный в Прикамье офтальмолог профессор Горячев. Но они практически не помогли. Зрения в левом глазу вообще не было, а правым видел немного. В конце 80-х сделали операцию в Москве, и если до этого на правом глазу было зрение процентов 10, то после операции выросло до 70. Учился я в школе для слабовидящих в Перми на улице Самаркандской, и учился довольно хорошо, хотя учебников для слабовидящих детей не хватало. Выходил из положения так: читал с лупой. Класа с третьего стал запоем читать приключенческую литературу: Даниеля Дефо, Жюль Верна. Нравилась «Три мушкетера», «Граф Монте-Кристо» Александра Дюма, «Два капитана» Вениамина Каверина. Считаю, что формирование моего характера во многом происходило благодаря чтению: хотелось подражать героям произведений. Сила воли, джентльменское отношение к женщинам – все благодаря книгам.

– Судя по всему, у вас гуманитарный склад ума, тем не менее после окончания школы вы пошли учиться в Пермский финансовый техникум. Почему именно туда?

– Известно, что в конце 80-х – начале 90-х в Советском Союзе начались перемены, видные экономисты, тот же академик Леонид Абалкин, говорили о том, как страну поставить на новые рельсы. Показалось интересным разобраться в этих процессах. Вообще-то я планировал поступать в университет на экономический факультет, но не прошел медкомиссию. Пришлось идти в техникум. Окончил его с красным дипломом, получив специальность «Финансист-налоговик», и устроился работать в налоговую инспекцию по Пермскому району. Заочно поступил учиться в сельскохозяйственный институт, к сожалению, не удалось его окончить из-за проблем со зрением: произошла отслойка сетчатки в правом глазу. Операции у известного офтальмолога Станислава Федорова, у Эрнста Мулдашева из Уфы, к сожалению, не помогли. Верить в свою слепоту, когда тебе всего 25, не хотелось. Тем более, что поступали предложения перейти на более престижную должность, делать карьеру. Ка-



зальсь, впереди светлое будущее, а оказалось – темнота.

– Николай Александрович, а как вы, извините за вопрос, с этим справились?

– Конечно, было сложно. И жалел себя, и злился на судьбу, и впадал в депрессию. Наверное, через это многие проходят, узнав о своей инвалидности, о том, что жизнь уже никогда не будет прежней. К счастью, в ту пору я познакомился со своей будущей женой Юлией – мы вместе работали в налоговой инспекции. Она, узнав о моей проблеме, меня не оставила. В 1997 году у нас родилась дочь Лидочка. Поскольку жена решила учиться в Академии госслужбы на вечернем отделении, а я в ту пору уже не работал, то малышкой практически полностью занимался сам: и кормил, и купал, и пеленал. Наверное, поэтому у нас с дочкой сложились такие теплые, нежные отношения. Окончив в Перми Высшую школу экономики, она уехала в Москву, работает там и продолжает обучение. Но мы всегда на связи, постоянно общаемся.

Когда дочке исполнилось три года, отдали ее в детский сад, а сам я решил искать работу. В «Автофилтре» некоторое время был начальником отдела маркетинга, снабжения и сбыта, потом трудился вязчиком схемных жгутов, кабелей, шнуров. Потом на протяжении двух с половиной месяцев проходил реабилитацию в специальном центре в Бийске. Здесь незрячего человека учат быть самостоятельным, ориентироваться в пространстве, в быту, учат готовить, стирать, пришивать пуговицы. Потом, с 2002 по 2005 годы, обучался в Институте профессиональной реабилитации и подготовки персонала ВОС «Реакон» в Москве.

– В декабре 2005 года вас избрали председателем Перм-

ской краевой организации ВОС. И вот уже 18 лет вы занимаете эту должность. А легко ли было решиться на это?

– Вначале, с 2003-го, я был в правлении, а потом уже на отчетно-выборном собрании меня избрали председателем. Конечно, я понимал груз ответственности, размышлял, справлюсь ли я. Но дело в том, что в «Реакон» была хорошая психологическая подготовка, и у меня можно сказать, тогда выросли крылья: нас учили верить в себя, не бояться сложностей, как создавать команду, взаимодействовать с властью и обществом в целом. Первое время, конечно, было сложновато: предстояло принять дела, изучить массу документов, познакомиться с людьми. Но я скажу так: в нашей организации все построено на взаимопомощи и взаимовыручке. Специалисты помогают друг другу не только по долгу службы, но и по зову сердца. Другие у нас просто не задерживаются. Работают у нас и зрячие люди.

– Какие задачи вы ставили перед собой в самом начале?

– Поскольку я сам был тогда еще молодым человеком – мне было чуть за 30 – хотелось привнести что-то новое в организацию работы с молодежью. Дать им понимание своих возможностей, чтобы они не сидели в четырех стенах. Год спустя после моего избрания провели первый молодежный слет – до этого таких мероприятий не было. Сейчас проводим их ежегодно. Появляются лидеры, проявляют активность, и этот процесс не останавливается. Хочется, чтобы о нашей организации знали больше и власти, и общественность. Поэтому даем о себе информацию в СМИ, в Интернете, социальных сетях. Стараюсь больше взаимодействовать с властью, вхожу в разные комиссии, советы. Являюсь членом совета по де-

лам инвалидов при губернаторе Пермского края. С 2012 по 2019 годы, в течение трех созывов, был членом Общественной палаты Пермского края. Потом отказался: не стало хватать времени. Сейчас в ней состоит председатель ПК ОИ Надежда Анатольевна Романова.

– Николай Александрович, а как в целом вы оцениваете годы вашей работы на посту председателя?

– Считаю, что наша организация приобрела большой вес и в глазах властей, и общества в целом, хотя работать еще есть над чем. К примеру, есть проблемы с трудоустройством инвалидов. В системе ВОС осталось три предприятия, на которых более 50 процентов – инвалиды по зрению. Это «Фарма Техмаш», «Уральская фурнитура» в Нытве и Лысьвенское предприятие «Свет». Который год бьемся над тем, чтобы добиться поддержки, в том числе и финансовой, со стороны региональных властей. Единственный раз получили финансовую помощь для одного из предприятий, благодаря которой оно получило развитие. Однако этого, конечно, недостаточно. Иногда письма, которые пишу во властные структуры, буквально игнорируются, остаются без ответа. От этого порой опускаются руки.

– Да, работа у вас непростая. Где черпаете силы?

– Мой тыл – это моя семья, друзья. Среди моих друзей много зрячих людей. Мы любим собираться и общаться на разные темы. Летом выбираюсь на дачу: здесь растут в основном фруктовые деревья, яблоны, груши, терновник, смородина, малина. Потом занимаемся заготовками, варим варенье, сушим яблоки. Три года назад был очень хороший урожай яблок, собрали сорок ведер яблок – столько нам просто не съесть. Поэтому ящикам раздавал всем желающим. С детства люблю собирать грибы. Кстати, мне до сих пор снятся сны, в которых я хожу по лесу и веду «тихую охоту». А поскольку минувший год был богат на грибы, то я и наяву часто выбираюсь за ними. Много наморозили, намариновали, причем сам люблю этим заниматься. Вообще люблю готовить, у меня неплохо получается. Тот же борщ, который планирую сварить после нашей беседы. Еще мечтаю когда-нибудь начать рыбачить. Люблю бывать в театрах, смотреть фильмы. В аудиозаписи слушаю книги, причем больше нравятся исторические.

– Николай Александрович, что хотелось бы добавить в завершение нашей беседы?

– Хочется поблагодарить газету «Здравствуй!» за внимание к моей персоне. За сотрудничество с нами также очень благодарен председателю Пермской краевой организации ВОИ Надежде Анатольевне Романовой и председателю Пермского регионального отделения Всероссийского общества глухих Ильдари Салимзяновичу Аскарову, в том числе и за организацию конкурса красоты и талантов «Прикамская дива – 2024». Надеюсь, наше сотрудничество продолжится! Мы должны держаться вместе, показывать и доказывать, что мы равные среди равных. В этом наша сила!

Ирина ГИЛЕВА
Фото автора

ПАРТНЁРЫ

ПРОСТРАНСТВО СОЛНЦА И ЛЮБВИ

Семейному клубу «Открытая дверь», которым руководит Наталья Воронцова, исполнилось пять лет

Праздник «Солнца и семьи» и вправду был солнечным! Солнца в тот день было много как на небе, так и внутри помещения на Данщина, 7а, где пять лет назад обосновался семейный клуб «Открытая дверь». Задолго до начала праздника сюда стали подъезжать семьи со своими детьми. Их недаром называют солнечными, потому что они и в самом деле такие: красивые, добрые, лучистые! И как же они тянутся ко всем нам, взрослым – словно весенняя трава к солнышку, словно хотят сказать нам что-то очень важное и передать капельку своей доброты.

В зале – веселая круговерть ребятшек, общение взрослых, обсуждение насущных вопросов. Наконец на сцену выходит ведущий, поздравляет всех с праздником солнца и семьи. Студенты Пермского краевого колледжа искусств и культуры подготовили постановку «Винни-Пух и все-все-все». Ребята следят за их игрой с замиранием духа, на их лицах полный восторг. Они изо всех сил аплодируют актерам и готовы сами выступить и показать себя.

И вот перед зрителями новое действо: миниатюра под названием «Палки». Ее подготовил театр-студия «Пространство любви», руководителем которого является Алла Мезенцева. В этом театре занимаются ребята с синдромом Дауна. Вместе с сценографом руководителем над созданием спектаклей работают педагоги. Они знакомят ребят с азами сценического движения, учат красиво двигаться и даже жонглировать.

Между тем на сцену выходят участники клуба «Открытая дверь», которые специально для гостей праздника подготовили спектакль «Три мушкетера». Роль Портоса в нем сыграла 14-летняя дочь Инны Канзепаровой Вероника. Вместе с мамой они долго готовились, разучивали роль, просматривая при этом одноименный советский фильм, шили костюм. Это



Миниатюра «Палки» в исполнении театра-студии «Пространство любви»

не первая роль девушки: до этого в постановке «Буратино» она играла роль Мальвины, а в «Летучем корабле» – бабу-ежку.

Инна Канзепарова участвует в работе клуба на протяжении трех лет и вместе с Натальей Воронцовой готовит театральные постановки, говорит, что самое сложное – это даже не выступления ребят, а репетиции:

– На них порой уходит по два месяца. Но это того стоит. Ты видишь, как ребенок работает, учится, вникает. Вероника также любит рисовать, занимается в литературном кружке, который ведет Андрей Захаров из Добрянки. Ребята учат стихи, скороговорки. Вообще у нас все расписано по часам: когда и куда идти, чем заниматься.

Отгремели аплодисменты. Кажется, участники праздника немного подустали, их необходимо подзарядить новыми эмоциями. И вот перед ними огромный красивый торт с цифрой 5. И снова взрыв аплодисментов!

По словам заместителя председателя ПКО ВОИ Эллы

Фуражковой, на празднике царил по-настоящему теплая, семейная атмосфера:

– Главные участники праздника, их родители, руководители их творческих коллективов, гости – все были рады друг другу. Очень бы хотелось, чтобы такие праздники прошли и в других территориях Пермского края.

Напомним, что инициатором создания инклюзивного семейного клуба «Открытая дверь» является Наталья Воронцова, мама ребенка с синдромом Дауна. Ее сын Лев очень талантлив: занимается ушу, любит плавание, горные лыжи, рисование, играет на барабанах, занимается в театральной студии «Пространство любви».

Все началось в 2019 году, когда эта энергичная женщина собрала семьи, в которых воспитываются дети с синдромом Дауна, и они отправились в автопутешествие: Ижевск, Казань, Нижний Новгород, Москва. Проводили мастер-классы, общались с такими же семьями. А

в результате возникла идея создать клуб семейного творчества «Открытая дверь».

– Сейчас к нам приходят несколько ребят вместе с родителями, рисуют, играют на барабанах, издают свой журнал, в котором раскрывают разные темы, – говорит Наталья Сергеевна. – А сам этот праздник возник из идеи, что ребята должны общаться, показывать свои достижения, им это очень нравится.

– Да, такие праздники очень нужны и важны: и для общения родителей, и для развития детей, – подводит итог Инна Канзепарова.

Праздник солнца и семьи завершился веселой дискотечкой. Танцевали все: дети, взрослые, организаторы. И каждый понимал, что такие инклюзивные фестивали нужны всем. Чтобы в очередной раз напомнить: мы разные, но мы жители одной планеты, на которой больше всего ценятся любовь, доброта и милосердие.

Ирина ГИЛЕВА

ВЕСТИ С МЕСТ

НЫТВЕНСКАЯ СЕМЕЙКА

В творческом объединении «Куклы для души» при библиотеке, в котором принимают активное участие члены Нытвенской городской организации ВОИ, начата работа по созданию новых кукол. На этот раз это будут не обособленные персонажи, а крепко-накрепко связанные между собой члены семьи.

В понимании участниц семья – это не только удобное и приятное совместное проживание нескольких поколений людей, но еще и любовь, большая ответственность и долг друг перед другом. Именно эти семейные ценности, а еще крепкие традиции создают ощущение стабильности и надежно отлаженного быта.

Для каждой участницы объединения теперь важно соблюсти единство в оформлении кукол, объединить их в определенный жизненный сюжет, постараться продемонстрировать традиции, которые достались им от родителей и бабушек с дедушками.

Изготовление СЕМЕЙКИ позволит каждой участнице почувствовать свою принадлежность к собственным корням, в очередной раз проявить фантазию и творческие способности.

Лариса ГИЛЕВА,
председатель Нытвенской
городской организации ВОИ

КАК ЛЫСЬВЕНСКИЙ «УЮТ» ПОПАЛ В МИЛИЦИЮ

Участники общества «УЮТ», молодые люди с ОВЗ, в количестве 19 человек, под руководством Алевтины Ильиничны Баяндиной побывали в Лысьвенском музее МВД.

На улице перед музеем ребят встретил младший инспектор, кинолог Зуев Валерий Сергеевич со своим верным другом, собакой Шаней. Шаня – немецкая овчарка зонарного окраса, красавица и умница. Она выполняла различные команды, вела себя очень дружелюбно. Участники задавали Валерию Сергеевичу вопросы о работе кинолога, о том, как дрессировать собаку и сколько раз Шаня была на месте преступления.

Далее посетили музейную комнату, где участники экскурсии встретил председатель совета ветеранов ОВД Алексей Николаевич Машковцев. Он рассказал историю создания лысьвенской милиции. Оказывается, названия некоторых улиц нашего города связаны с историей первых начальников милиции и названы их именами: улицы Страутмана, Видунова, Баллахина.

Интересно было рассмотреть стенды музея «Ими гордится ОВД», где размещены фотографии сотрудников различных периодов работы, и «Ветераны боевых действий». Много вещей – радиостанции, фотоаппараты, печатная машинка, кубки, кобура – все это можно было не только посмотреть и потрогать, но даже примерить, например, шлемы, фуражки, каски. Участники примерили бронежилет и почувствовали его тяжесть. Было задано много интересных вопросов и получено полных и достоверных ответов.

«Посещение музейной комнаты имеет познавательный характер, мы узнали много интересного, экскурсия нам очень понравилась. Все, что там находится, представляет большую ценность для истории города. Спасибо организаторам этой экскурсии», – в заключение отметили все ребята.

Маргарита ШУКЛИНА,
член ВОИ,
г. Лысьва

ХОЧУ ПОДЕЛИТЬСЯ

ИСТОРИЯ НЕПОБЕЖДЁННОГО ЗАКА

Большое путешествие начинается с маленького шага, а жизнь без границ познаётся с ощущением полёта. На мой взгляд, именно об этом рассказывает нам трагикомедия режиссёров Тайлера Нилсона и Майка Шварца «Арахисовый Сокол»

В центре событий кинокартины, вышедшей в прокат 9 августа 2019 года, находится 22-летний Зак – парень с синдромом Дауна. Семья отказалась от него из-за диагноза, поэтому ему приходится жить в доме престарелых, расположенном на территории Северной Каролины – одного из штатов США. Несмотря на диагноз, молодой человек понимает: здесь ему не место! А посему принимает решение сбежать.

Ему это благополучно удается, и очень скоро на пути «солнечного» человека встречается Тайлер, рыбак и вор. Сначала Тай не воспринимает нового знакомого серьезно, но все меняется, когда он видит, как 13-летний мальчишка издевается над Заком. Таким образом, людей из разных слоев населения объединил побег. Тайлер сбегает от личных проблем, а Зак от своего «диагноза».

На первый взгляд, он находится в погоне за мечтой: молодой человек грезит тем, чтобы заниматься рестлингом –

видом спорта, включающим в себя элементы борьбы, в школе его кумира – Соленого Реднека. Но, по моему мнению, в первую очередь, Зак сбежал из дома престарелых, потому что хотел активно жить. Жаждал, чтобы его воспринимали не как больного, а как равного себе.

Именно благодаря этому путешествию, а точнее, благодаря человеку, который помог ему посмотреть на себя своими глазами, у Зака появляется новое имя «Арахисовый Сокол», начинается новая жизнь, и он познает ее вкус в полной мере. На пути к мечте Тайлер учит Зака плавать, стрелять из дробовика, укрепляет его веру в себя, всячески доказывая, что он может добиться всего, чего хочет.

Эта история говорит нам о необходимости четырех вещей. Во-первых, принять. Принимая человека с ограниченными возможностями здоровья и (или) ментальными нарушениями в свою жизнь, мы даем ему почувствовать себя таким же,

как все, что помогает ему разрушить психологические барьеры, основанные на диагнозе.

Во-вторых, понять. Здесь уместно упомянуть вопрос детско-родительских отношений, вопрос гиперопеки. Как только родители перестанут обращать внимание исключительно на диагноз и увидят личность, которая давным-давно имеет свои представления о жизни, хочет, чтобы все было правильно с той точки зрения, с какой считает он, а не с точки зрения, навязанной родителями, – это укрепит его веру в благополучное будущее, позволит быстрее начать жить самостоятельно.

Отпустить. Чем раньше родители смогут отпустить своих детей, тем легче им будет существовать в дальнейшем. А чтобы сделать это, достаточно просто задать себе вопрос: как ребенок будет обходиться без вас потом, если сейчас вы не дадите ему дышать самостоятельно, проявить себя?

Простить. Простив сво-

их родителей за то, что они от него отказались, Зак смог достичь своей цели, стать по-настоящему счастливым и в конечном итоге непобежденным.

А еще эта смешная, трогательная, забавная, но невероятно глубокая лента говорит о том, как можно найти того человека, который не обратит внимания на твою внешность и заглянет в самую глубь души. Каждому из нас необходим тот, кто полюбит тебя просто за то, что ты есть на этой планете, тот, кто будет рядом до конца, а в трудную минуту поддержит одной жизненно важной фразой: «Ты – молодец!» Тем, кто уже нашел такого человека, желаю беречь его. Тем, кто пока еще его не встретил, желаю, чтобы это произошло как можно скорее. В любом случае никогда не сдавайтесь и помните: все будет так, как вы того хотите! И пусть история непобежденного Зака послужит для всех тому доказательством.

Анна ЧУДИНОВА

СОБЫТИЯ

ВЫ ПОЕДЕТЕ
НА БАЛ?

В 2024 году в Прикамье впервые реализуется большой и долгосрочный проект «Инклюзивные балы Пермского края»

Проект организует и проводит Фонд социального развития «Счастье Здесь» при поддержке Фонда грантов губернатора Пермского края.



Традиция инклюзивных балов берет начало в Самаре, где они проводятся с 2014 года. В настоящее время инклюзивное бальное движение распространяется по всей стране.

Инклюзивный бал – это уникальное по формату социально-культурное мероприятие, объединяющее людей с различными формами инвалидности, волонтеров, партнеров и организаторов этого мероприятия.

В Перми Осенний инклюзивный бал, впервые проведенный осенью 2022 года, собрал 108 человек, из которых 45 человек – с ограниченными возможностями здоровья, в том числе передвигающиеся на инвалидных колясках.

В 2023 году бал был посвящен 300-летию Перми, и в ходе его реализации организаторам поступало большое количество заявок из регионов.

Чтобы сделать данную практику доступной для большего числа жителей Пермского края, было принято решение масштабировать проект.

Инклюзивные балы пройдут в 7 территориях Пермского края с апреля по октябрь 2024 года. Бал пройдет в городах Чусовой, Березники, Кунгур, Краснокамск, Соликамск, в Пермском районе – село Култаево, поселке Суксун. В городе Перми бал состоится весной 2025 года.

На балах в территориях края предполагается до 50 участников, из которых 25 человек с ОВЗ и 25 волонтеров, составляющих инклюзивные танцевальные пары.

Также требуется помощь волонтеров других направлений (администраторы, фотографы, парикмахеры, визажисты). Профессиональные хореографы, танцоры, визажисты и парикмахеры помогают подготовиться к балу.

В ходе проекта будут проведены обучающие встречи для волонтеров, участников с ОВЗ и сопровождающих лиц. Танцы будут разучиваться на репетициях под руководством профессионального хореографа. Важно отметить, что все включенные в программу танцы адаптированы для комфортного участия людей со всеми формами инвалидности.

Формат проекта для территорий края предполагает 4-дневный интенсив и направлен на ознакомление и передачу данной практики, чтобы местная команда заинтересованных людей могла в дальнейшем самостоятельно реализовывать подобные мероприятия.

Бал откроется торжественным танцем – шествием-полонезом. Далее участники исполнят до 7 танцевальных композиций разных эпох, такие как полонез, медленный вальс, русский лирический, чешская полька «Улица» и другие.

Окончание темы
на стр. 7

КОНКУРСЫ



Оксана Синушкина



Марина Мальшакова



Анжелика Нуртдинова

КАЖДАЯ
ДОСТОЙНА КОРОНЫ

Софья Русинова



Светлана Винокурова

Участницы финала конкурса красоты «Прикамская дива – 2024» с волнением предвкушали момент, когда зазвучит музыка и начнется выход на сцену. У корреспондента газеты «Здравствуй!» была возможность пообщаться до начала конкурса с участницами, которые охотно фотографировались, отвечали на вопросы, смеялись, источали энергию и жизнелюбие. Для меня каждая из них уже была победительницей.

«МИСС
ЭЛЕГАНТНОСТЬ»

Первой, с кем я познакомилась, была Софья Русинова из Перми.

«Почему я участвую в конкурсе красоты? Потому что это прекрасный способ показать свою творческую натуру и хорошо провести время. Интересно преодолеть себя, рассказать другим, что мы не просто люди с ограниченными возможностями здоровья, а такие же: духовно развитые, умные, красивые. На сцене мне выступать не трудно, ведь по профессии я учитель начальных классов, можно сказать, что я каждый день выступаю перед маленькими зрителями. Я уже участвовала в конкурсе красоты в университете три года назад. Тогда было много закомплексованности, скромности, неуверенности, а со временем я смогла преодолеть это в себе. Конкурс повышает самооценку. Доказываешь себе, что ты можешь гораздо больше, открываешь свои новые грани.»

«МИСС АРТИСТИЧНОСТЬ»

Светлана Винокурова, 49 лет, живет в Лысьве, инвалид по зрению, не видит с рождения.

«Как я попала на конкурс? Меня выбрали наши девочки. Решила показать себя, своего помощника, а еще для этого специально сочинила стихи. У меня двое прекрасных сыновей, муж, три коты, кошечка и мой помощник Оливер – собака породы лабрадор. В апреле будет два года, как мы вместе. Я своим примером хочу показать, что жизнь не заканчивается, даже если у тебя отсутствует зрение. На самом деле мы можем многое, если будем стараться, не будем лениться». Светлана рассказала, что увлекается вязанием крючком и спицами, чем изрядно удивила меня. А еще она читает стихи со сцены, выступает на праздниках и любит готовить. Любимое блюдо семьи – запеченная курица с картошкой в духовке. Вместе с мужем и детьми Светлана участвовала в семейном конкурсе «Сладкая парочка».

«МИСС НЕЖНОСТЬ»

Анжелика Нуртдинова, 19 лет, студентка Пермского государственного национального исследовательского университета, живет в Пермском районе. За Анжеликой было не угнаться: только что она была в костюмерной, потом уже в зале и вот позирует фотографу.

«На сцене я с детства, считаю, что в каждом человеке есть творческая искорка, которая может загореться благодаря таким мероприятиям. В конкурсе красоты уча-

ствую впервые, это мой первый опыт. Почему участвую? Решила что-то себе доказать, преодолеть себя, набраться уверенности. Сегодня меня пришли поддержать мои родители, мои друзья – студенты университета, и это очень вдохновляет, делает тебя сильнее по жизни. Я разносторонний человек, веду активную жизнь, у меня много увлечений. Участвую в волонтерских мероприятиях, в научных конференциях, посещаю занятия студии художественного слова. Увлекаюсь колыбельными песнями с самого детства, много читаю по этой теме, смотрю вебинары. Тем, кто хочет участвовать, скажу: не надо бояться, нужно показать свой внутренний неповторимый космос.»

ВИЦЕ-МИСС

Оксана Синушкина – из Чайковского, инвалид первой группы по зрению.

«Откуда узнала о конкурсе? Я работаю в Чайковской местной организации председателем общества слепых, получили предложение о конкурсе «Прикамская дива – 2024». Отправляла своих девочек из общества, помоложее, но они отказались. Пришлось на собственном примере показать, что невозможное – возможно. Я патологический авантюрист и оптимист, очень люблю путешествовать. Одна, вместе с собакой-поводырем я побывала в Москве, Санкт-Петербурге, Казани, Ростове-на-Дону. Есть ли различия в отношении к людям с инвалидностью в разных городах? Нет, отношение везде хорошее, доброе, люди относятся с пониманием, предлагают помощь. Отличие только в безбарьерной среде, где-то лучше, где-то похуже.»

У Оксаны дружная семья: муж Андрей, две взрослые дочери и любимый внук Мирон. «Это мои вдохновители, от них я черпаю энергию, и я им очень благодарна за то, что они верят в меня. Также хочу поблагодарить визажиста и парикмахера, которые помогли мне создать образ для конкурса красоты, все в восторге!»

«МИСС ЗАГАДОЧНОСТЬ»

Марина Мальшакова – из села Елово.

«Почему решила принять участие в конкурсе? Потому что это интересно. Делать вызов себе – значит расти. Интересно пообщаться, посмотреть, на каком уровне девочки. Как говорится, себя показать, на других посмотреть.»

Интересуюсь: «Конкурс меняет тебя?» – Безусловно. Начинаешь по-другому смотреть на себя, на мир, стараешься держать себя в форме, меняется отношение к себе. Конкурс красоты – это история о тебе самой, которую ты проживаешь, а после конкурса еще долго хранишь в памяти волшебные минуты прекрасного.

У Марины музыкальное образование. Она окончила Уральскую государственную консерваторию им. М. П. Мусоргского в Екатеринбурге, профессионально поет, играет на скрипке и фортепиано. Знает итальянский язык, учит французский.

Надежда ИВАНОВА

ВЕСЕННИЙ ПРАЗДНИК КРАСОТЫ



Просторный зал дворца заполнился задолго до мероприятия, и это понятно: людям хотелось пообщаться с друзьями и, возможно, познакомиться с новыми. У многих в руках смартфоны: хочется оставить на память фото и видео уникального мероприятия. Его начало немного затягивается – как-никак такой конкурс проводится впервые, а в подобных случаях накладки неизбежны. Наконец на сцену выходит ведущий Константин Созинов.

Праздник открыт, и впереди – тоже сплошные открытия: знакомство с интересными людьми, их рассказы о том, как они преодолевают свои недуги, чем занимаются, увлекаются, чем наполняют свою жизнь, как отважились на участие в таком конкурсе. И вправду, немало смелости нужно иметь, чтобы выйти на сцену перед огромным количеством людей, рассказать о себе. А значит, каждая из участниц достойна победы!

На сцене – заместитель министра труда и социального развития Пермского края Дмитрий Санников:

– *Говоря о доступной среде, реабилитации людей с инвалидностью, мы, прежде всего, имеем в виду то, чтобы человек смог найти себя, реализоваться, раскрыть все свои прекрасные качества. Не случайно этот конкурс проходит накануне замечательного праздника 8 Марта! Я поздравляю всех женщин с весенним праздником и желаю победы участницам конкурса!*

Руководитель Пермской краевой организации ВОИ Надежда Романова также присоединилась к поздравлениям в адрес участниц конкурса и каждой пожелала победы:

– *Когда в декабре минувшего года к нам обратилось Общество слепых с инициативой провести такой конкурс, мы сразу же ответили «Да!». Решили, что он может стать объединяющим началом, сплотить людей из ВОИ, ВОГ и ВОС. Участницам конкурса, а также зрителям хочу пожелать, чтобы они получили массу удовольствия. Потому что красота, как известно, спасает мир.*

Победы в конкурсе красоты также пожелали всем участницам председатель ВОС Николай Бухавцев и председатель ВОГ Ильядар Аскаров.

И вот, наконец, началось само действие. Первым конкурсом стала визитка под названием «Я самая-самая». Участницам необходимо было презентовать себя, рассказать о себе любимых. Это непросто. Наверное, поэтому из 30 претенденток на конкурс отобрали лишь половину: главным критерием отбора была активная жизненная позиция участниц, их желание реализовать себя.

Когда участницы конкурса стали рассказывать о себе, стало ясно: они полностью реализовали себя, несмотря на свои так называемые ограниченные возможности здоровья.

К примеру, Софья Русинова (Пермь, ВОИ) поет, танцует, занимается волейболом, плаванием, метанием копий, любит путешествовать.

Лариса Самойлова из Оханского ВОИ – романтическая натура, любит ходить в походы. Мечтает победить, чтобы прославить

Конкурс красоты меняет: начинаешь по-другому смотреть на себя, на мир, меняется отношение к себе. Сначала нужно изменить свое сознание, а это не просто, это труд. Конкурс красоты – это история о тебе самой, которую ты проживаешь, а после конкурса ещё долго хранишь в памяти волшебные минуты прекрасного

свой маленький уютный городок, доказать, что люди с таким заболеванием, как у нее, могут многого добиться.

Ольга Федорова занимается в ансамбле жестовой песни «Поющие руки», а еще она рисует.

Оксана Синюшкина из Чайковского ВОС занимается сноубордом, теннисом для слепых. Она также решила поведать о своей любимой собаке-поводыре Клэди, которая помогала ей на протяжении девяти лет. Сейчас Оксана ждет нового помощника.

Марина Мальшакова из филиала Чайковского дома для престарелых и инвалидов села Елово любит вязать, наводит уют в доме, вкусно кормить мужа. Играет на скрипке и пианино. Говорит, что «быть счастливой очень просто, нужно только захотеть».

Гульзира Заболотная из Лысьвенского ВОГ воспитывает шестерых детей, рисует, лепит из глины, занимается бегом. Своим любимым увлечением считает рыбалку.

Самая юная участница конкурса – Анжелика Нуртдинова – учится в ПГНИУ, она прочитала сказку о принцессе, которой вначале было трудно, но потом все сложилось хорошо. Эта сказка, конечно, о ней самой. Поддержать Анжелику пришли ее сокурсники.

Светлана Винокурова из Лысьвенского ВОС, которая прибыла на конкурс с верным другом-проводником Оливером, любит вязать, обожает настольные игры, занимается спортом.

Во время второго конкурса «Мой звездный час» участницы демонстрировали свои таланты: декламировали стихи, пели, обнаруживая прекрасные голоса, танцевали, демонстрируя гибкость и грацию, играли на скрипке.

Третий конкурс был интеллектуальным: надо было дать правильные ответы на вопросы ведущего. Одни из вопросов были довольно простыми, к примеру, кто был первым космонавтом. Но были и довольно сложные вопросы. Например, кто запатентовал телефон? (Александр Белл). Или какая планета самая жаркая? (Венера). А кто дал название Тихому океану? (Фернан Магеллан). А сколько сердец у осьминога? (Три). С ответами на эти вопросы у не-

которых участниц возникли проблемы.

Но зато в четвертом конкурсе – дефиле – все было безупречно! Участницы выходили на сцену в красивейших платьях – пурпурных, золотисто-бежевых, нежно-оливковых, благородных синих, бордовых расцветок. Но, пожалуй, самым ослепительным был белоснежный, прямо как у невест, наряд Софьи Русиновой.

И вот все конкурсы позади, жюри удаляется на совещание. А на сцене в это время зрителей радуют народный ансамбль танца на колясках «Протуски», ансамбль жестовой песни «Поющие руки», исполнитель Иван Понявин.

Наконец жюри готово вынести свой вердикт. Все участницы, собравшись на сцене, с трепетом и волнением ожидают его. Ведущий достает заветный конверт.

«Мисс Артистизм» стала Светлана Винокурова. «Мисс Очарование» – Елизавета Денисюк, «Мисс Романтика» – Татьяна Дугина, «Мисс Женственность» – Гульзира Заболотная, «Мисс Нежность» – Анжелика Нуртдинова. Ей же достался и приз зрительских симпатий. «Мисс Грация» названа Ольга Федорова. «Мисс Элегантность» стала Софья Русинова. «Мисс Загадочность» – Марина Мальшакова. Объявлена уже и вице-мисс – Оксана Синюшкина. Напряжение нарастает: когда же, когда объявят, кому достанется главная корона победительницы конкурса «Прикамская дива – 2024»?

Наконец звучит имя ее обладательницы: Анна Макарова!

Девушка очень счастлива и смущена одновременно – не ожидала:

– *Не верилось, что я стану победительницей! Это очень приятно и волнительно! Победила, наверное, благодаря поддержке родителей, которые очень верили в меня, а также коллег из «Поющих рук». Намерена развиваться и дальше, возможно, попробую себя в российском конкурсе. Спасибо всем, кто за меня болел, поддерживал и верил в меня!*

Интересуюсь у Надежды Романовой, какие впечатления оставил праздник:

– *Очень понравились выступления всех участниц! Все очень талантливы: поют, танцуют, играют на скрипке. В то же время представляю себе, насколько непросто пришлось участницам, ведь они находились здесь с раннего утра, готовились. Потом сам конкурс, который длился больше трех часов. Но все справились, все молодцы!*

Зампредседателя Пермской краевой организации ВОИ Элла Фуражкова тоже впечатлена конкурсом. Говорит, что когда еще просматривала профайлы участниц, порой не могла сдержать слез, настолько тронули их истории:

– *Сила воли, сила духа этих женщин вызывают в душе сильные эмоции. Сколько препон им приходится преодолевать, чтобы доказать, что они такие же люди, как и все! Также любят красоту, занимаются своей внешностью, любят красивую одежду и украшения. Конкурс «Прикамская дива» в полной мере продемонстрировал все это. Спасибо всем за участие!*

Ирина ГИЛЕВА

ИНКЛЮЗИВНЫЕ БАЛЫ ПЕРМСКОГО КРАЯ

Начало темы на стр. 6

Сегодня инклюзивные балы набирают особую популярность. Каждый раз – это новый опыт для организаторов и участников бала.

Волнение и трепет, романтика и восторг, взгляды, улыбки, блеск и счастье в глазах...

Совсем скоро молодым людям предстоит встать в пару с особым партнером, который, возможно, никогда в жизни не танцевал бальные танцы, да и любые танцы. Но это не повод, чтобы не прийти в танцевальный зал. Здесь каждый создает свою историю дружбы, отношений и любви.



Эти люди могли никогда и не встретиться, но вышло иначе. Инклюзивный бал шагает по Пермскому краю, объединяет людей с различными танцевальными талантами и физическими возможностями

ГРАФИК ПРОВЕДЕНИЯ БАЛОВ В ТЕРРИТОРИЯХ ПЕРМСКОГО КРАЯ:

- Березники: 03.04 - 06.04.2024
- Чусовой: 17.04 - 20.04.2024
- Кунгур: 16.05 - 19.05.2024
- Култаево (Пермский район): 5.06 - 8.06.2024
- Соликамск: 14.08 - 17.08.2024
- Суксун: 4-я неделя сентября 2024 года
- Краснокамск: 3-я неделя октября 2024 года
- Пермь: первая неделя марта 2025 года.

КОМАНДА ПРОЕКТА:

Светлана Шергина, руководитель проекта «Инклюзивные балы Пермского края», генеральный директор фонда социального развития «Счастье здесь», участница XII инклюзивного бала в г. Самаре в 2021 году.

Елена Чудинова, креативный руководитель проекта, участница XII инклюзивного бала в г. Самаре в 2021 году.

Анна Шатрова, менеджер проекта.

Елизавета Медведева, профессиональный хореограф, хореограф-постановщик проекта.

Леонид Шергин, куратор проекта.

КОНТАКТЫ:

Светлана Шергина, руководитель проекта, 89194424485.
E-mail: happinesslada@mail.ru
Группа «Инклюзивные балы Пермского края».

■ ВЕСТИ С МЕСТ ■

ЛЫСЬВА

ВЕЧЕРНЯЯ ПОЕЗДКА

Первого марта участники Лысьвенской организации ВОИ совершили поездку в парк ледопадов, который находится возле села Красная Слудка.

Это комплекс искусственных ледяных водопадов, представленный различными фигурами. Совместное творчество человека и природы можно увидеть только зимой или ранней весной, когда по ночам еще стоит минусовая температура. В поездке приняли участие 35 человек.

— Мы любим устраивать поездки по интересным местам. Во-первых, это общение, ведь зимой многие редко выходят на улицу. Во-вторых — это новые впечатления, мы забываем про возраст и про свои проблемы. И, конечно, поездки дают энергию, хочется двигаться вперед, придумывать новые проекты, встречи, планировать новые путешествия, — рассказывает председатель Лысьвенской организации ВОИ Елена Геннадьевна Чернышова.

По приезде в парк ледопадов прошли интересный квест, начиная от входа в долину, который представлен ледяной аркой. Отгадывали загадки и находили нужные фигуры. Среди объектов — Китайская стена, замок Снежной королевы, ледяная береза, трехголовое Чудюдо, ледяной фонтан. Для детей и взрослых организованы качели, ледяная горка, разноцветные гирлянды. С появлением сумерек фигуры оживают, сверкая различными цветами.

После города здесь необыкновенно белый и пушистый снег, отличный свежий воздух.

Квест завершили посещением кухни Бабы-яги — это уютное кафе, где нас угостили чаем на травах и вкусным ужином. Маленькая артистка исполнила на скрипке прекрасную музыкальную композицию, что было хорошим подарком для нас.

Спасибо организаторам за чудесную прогулку, за позитивное настроение. Спасибо всем, кто не поленился и принял участие в интересном путешествии по парку ледопадов.

ДУШЕВНЫЙ КОНЦЕРТ

Весенним подарком для участников ВОИ был концерт, проведенный одиннадцатого марта в зале общества.

Концерт подготовили и провели творческие коллективы Лысьвенской ВОС. Репертуар артистов с ослабленным зрением очень разнообразен — песни, стихотворения, сценки и юмористический рассказ.

Ансамбль русской народной песни «Веселинка» под руководством В. А. Ситникова исполнил песни «Акулина», «Вишня», «Ночка луговая», «Матушка Россия» — слова плавно плыли по залу, вызывая воспоминания о детстве, о любви, о лете. Звонкие, чистые голоса звучали в песне «За тихую рекою». Также в концерте участвовали артисты творческой студии «Мелопея», руководитель Э. Г. Фролов. Были исполнены стихотворения Эдуарда Асадова. Вызвал улыбки у зрителей юмористический рассказ «Подарок». Хочется отметить молодежную группу «ВОСход» — Романа Корепанова и Владислава Гатятулина за исполнение песни «Легенда».

Финальной песней, которую пели все зрители, была «Идет солдат по городу».

Концерт получился очень душевным и был тепло встречен зрителями. Всем артистам большое спасибо за такой подарок.

Маргарита ШУКЛИНА,
член ВОИ



ОБО МНЕ

У меня ДЦП.

Около 10 лет занимаюсь движением и танцем.

Практикую сама и занимаюсь в больших группах с обычными, здоровыми людьми.

Училась у педагогов из России (Москва, Петербург, Ижевск), Австрии и Америки. Имею 350 часов двигательного опыта и практики.

В данное время обучаюсь на 2-м курсе по интегральному танцу и двигательной терапии у Александра Гирсона.

Веду занятия в инклюзивном театре «МногоТОЧие».

Веду группы двигательных практик для людей с ОВЗ разного возраста в Перми и онлайн.

Всегда мечтала научиться танцевать. Выучить движения вальса и попробовать танцевать в паре. И очень хотела научить тело быть более пластичным и красивым. Не только в танце, но и при обычной ходьбе. Точно знаю, что жизнь всегда открывает возможности для реализации мечт и желаний. Если ты действительно этого хочешь и делаешь маленькие шаги.

В моей жизни было много танцевальных историй. Благодарю всех педагогов, мастеров и просто обычных людей, которые позволили мне быть и проявляться в танце. Сегодня я танцую, веду занятия в инклюзивном театре «МногоТОЧие» и группы двигательных практик для людей с ОВЗ разного возраста в Перми и онлайн.

Иногда, достаточно часто, меня спрашивают: «Как ты танцуешь? Ты ходишь-то толком не можешь...»

Если честно, я не знаю ответа. Чувствую только, что когда двигаюсь (при этом нужно отключить голову и забыть, что у тебя ДЦП), то включается какое-то другое тело. Не то, которым пользуюсь при ходьбе. Один из моих педагогов назвал его «телом танца». Думаю, что оно есть у каждого человека. Стоит только его обнаружить и научиться пользоваться.

Так движение становится исцеляющим для любого лекарства. Особенно для людей с нарушением опорно-двигательного аппарата. Впрочем, и для остальных тоже.

Поделюсь с вами некоторыми историями из моей жизни, частью моего пути.

ДЕТСТВО

По рассказам мамы, танцевать я начала раньше, чем ходить... Ходить с помощью взрослых я могла только годам к шести. А танцевала вместе с другими детьми и взрослыми на семейных праздниках всегда. Хотя особых танцев у меня, конечно, не получалось... Тогда я не задумывалась об этом и была счастлива, держась за руки взрослых и высоко подпрыгивая в такт музыки! Любимыми мелодиями были «Летка-енка», «Королева красоты» и «Песенка о медведях».



В движении вы можете позволить себе сделать то, что вы никогда не проявляли. Лететь, кружиться, подпрыгивать... В движении можно увидеть и прожить весь спектр чувств: нежность, печаль, агрессию, любовь...

ХОЧУ ПОДЕЛИТЬСЯ

ИСЦЕЛЕНИЕ ТАНЦЕМ

От мечты к реальности



Елена Чудинова (справа) и Светлана Шергина. Импровизация в парах. Соревнование Большого кубка «Inclusive Dance – 2021»

По несколько раз смотрела в Пермском оперном «Щелкунчика», «Лебединое озеро», «Золушку». Знала весь балетный репертуар театра. Мое тело реагировало, отзывалось и словно впитывало в себя эти красивые движения и музыку.

Любила смотреть, как двигаются и танцуют другие люди. Особенно на природе. Это что-то особенное, волшебное, завораживающее. Пройдет много лет, и в моей жизни снова появится танец.

В ПОИСКАХ ВДОХНОВЕНИЯ

Так назывался первый танцевальный тренинг, участницей которого я стала в 2016 году.

Мне никто не создавал никаких специальных условий. Я просто приходила туда, где танцуют обычные, здоровые люди и начинала двигаться вместе с ними. Мария Шудра, телесный психолог, ведущая тренинга, ответила мне: «Да! Конечно, можно» и стала моим проводником в мир танца и движения. До сих пор помню состояние нового ресурса и особенной благодарности к своему телу, которое родилось тогда на занятиях.

Потом был тренинг «Здравствуй, я — твое тело». Снова была возможность двигаться вместе с обычными, здоровыми людьми. Мы прислушивались к импульсам тела, знакомились со своей телесностью, слушали «послания тела». Много работали в парах. Именно тогда я поняла, что тело ограничено ДЦП только снаружи. Внутри каждого тела, даже в самых тяжелых случаях, есть огромный ресурс. Главное — каждый день уделять внимание телу, оживлять его движением.

Далее было много разных встреч с педагогами и мастерами. И с самой собой через движение. Много телесной практики и учебы. Для меня было ценно погружаться в глубины тела, изучать его отклик и пластику, расширять возможности тела через движение.

НА СЦЕНЕ

Никогда не думала, что буду выступать на сцене. Моя мечта происходила из самого сердца, и поэтому много разных людей — моих учителей, друзей и даже незнакомых людей из разных городов — помогали мне проявляться в движении и танце.

Миниатюра «Крылья моей души» — первая инклюзивная постановка в стиле фламенко — была подготовлена педагогом Марией Черненко и исполнена коллективом Школы фламенко впервые в 2020 году на Всероссийском фестивале инклюзивных пластических спектаклей «Перекрестки» в Суздале. Выступление получило высшую оценку строгого жюри — 1-е место. Позже было представлено в Перми на



Внутри рождается состояние радости и какой-то особенной волны благодарности. И эта энергия, рождающаяся внутри тела, начинает тебя держать снаружи!.. Я испытывала это не однажды

ТАНЕЦ КАК ПРИЗВАНИЕ

Очень верю, что мое призвание есть танец и движение. Кто-то назовет это чудом или парадоксом.

Человек, который плохо двигается, ведет двигательную практику для других? Для тех, у кого ОВЗ или даже для людей здоровых. Да, я это делаю. Для меня это путь к тому, что я люблю. Для меня танец — это ресурс. Танец — это особенное состояние души и тела.

Двигательная практика помогает замечать тело и дыхание, давать телу внимание. Работа с телом станет исследованием, ресурсом и просто удовольствием. И тело обязательно даст вам ответ. Вы увидите, как улучшится ваше настроение, появится больше энергии и исчезнет напряжение.

В движении вы можете позволить себе сделать то, что вы никогда не проявляли. Лететь, кружиться, подпрыгивать... В движении можно увидеть и прожить весь спектр чувств: нежность, печаль, агрессию, любовь...

Заметила, что чем больше двигаюсь в спонтанном движении или в танце, тем большие ресурсы тела открываются мне. Учусь новым движениям, учусь более внимательно слышать тело. Становлюсь более пластичной и выразительной. Уходят зажимы. Внутри рождается состояние радости и какой-то особенной волны благодарности. И эта энергия, рождающаяся внутри тела, начинает тебя держать снаружи! И я уже не падаю, мое равновесие и устойчивость становятся другими. И в этом состоянии я действительно могу танцевать. Я испытывала это не однажды.

«Когда мы танцуем, в мире становится больше радости», — говорил писатель Макс Фрай. И это действительно так.

Елена ЧУДИНОВА

■ СУДЬБЫ ЛЮДСКИЕ ■

ДЖЕНТЛЬМЕН УДАЧИ

С Александром Казымовым, героем этого материала, я познакомилась случайно. Прочла о нем пост «ВКонтакте». После завязалась переписка, потом был разговор по телефону. Мы долго беседовали о жизни и мечтах. Хочу познакомиться и вас, дорогие читатели, с Александром, счастливым и позитивным человеком. Хотя, казалось бы, все в его жизни должно было сложиться совсем по-другому...

ДЕТСТВО И ЮНОСТЬ: ПОВОРОТЫ СУДЬБЫ

Саша родился в Оханске. Так случилось, что родители от него отказались. Он не знал родительской любви, рос и воспитывался в Рудничном детском доме. Своих родных – родителей, сестру, тетю и бабушку – он найдет спустя много лет, в 2021 году.

Для любого человека, а тем более для человека с инвалидностью (у Александра – ДЦП, он передвигается на коляске) детский дом – не лучший вариант для жизни и развития. Здесь было всякое: и горести, и радости, и минуты отчаяния.

Практически каждый день Саша слышал в свой адрес слова: «Ты неудачник. Что из тебя получится? Ты ничего не сможешь. Кому ты такой нужен?»

Но даже это время, казалось бы, безрадостное и строгое, Александр вспоминает с любовью и благодарностью. Педагогов, которые были рядом. Педагог по вокалу Владимир Теодорович много занимался с мальчиком, возвращая талант своего ученика. Были концерты и даже выступления на конкурсах. Время взросления, время дружбы.

После детского дома Александр непродолжительное время находился в доме престарелых. Здесь он в полной мере смог почувствовать, насколько человек может быть ограничен жизнью и насколько эти обстоятельства могут быть для него жесткими и даже жестокими. Обитатели дома престарелых выходили на улицу только летом. Унижение и недостаток еды... Все их существование сводилось к удовлетворению обычных потребностей: проспать, есть, снова спать... Наверное, именно в это время в Александре начало возрастать состояние внутренней свободы



и внутреннего достоинства. Он точно понял, что хочет выстроить свою жизнь по-другому. Хочет быть человеком, который реализует свои возможности, несмотря на то, что его физический мир ограничен.

Александр признался, что эти трудности и невзгоды помогли ему стать сильным и цельным. И, конечно, люди, которые помогли, мотивировали, были заинтересованы в его судьбе. Наталья Кошарова – человек сердца, человек Солнца. Именно она помогла Александру начать самостоятельную жизнь в Перми, в доме самостоятельного проживания для выпускников из детских домов. Наталья поддерживает отношения с Александром и сегодня, помогает справиться с трудными вопросами. Сейчас Александр проживает один в собственной квартире.

НЕУДОБНЫЕ ВОПРОСЫ ИЛИ РАЗМЫШЛЕНИЯ О ЖИЗНИ

Казалось бы, после такого опыта человек должен остаться унылым, обиженным и жестоким, но... Александр стал другим: в нем так много радости, света, необыкновенной мудрости. Мне так откликаются его слова: «*Надо жить сейчас, не завтра, не послезавтра, а именно сейчас. Ценить все то, что у нас есть: людей, которые рядом, встречи, солнце за окном. Ценить это сейчас, чтобы потом не печалиться, что этого нет*». И еще: «*Моя жизнь зависит не от кого-то, не от*

каких-то людей, а от моего решения и выбора. Принимая решение, всегда нужно взвесить, подумать, а потом действовать».

Мы беседовали почти два часа. Я постоянно удивлялась тому, насколько этот человек ясно мыслит, насколько он наполнен энергией жизни и благодарности.

Если бы я не знала подробностей его жизни, о которых он мне поведал, я бы никогда не подумала, что у него семь классов образования, что он учился в коррекционной школе, что сегодня он назван недееспособным и у него есть опекун.

Его размышления о жизни были настолько глубокими и ясными. Думаю, не каждый здоровый и обычный человек может так мыслить: так понимать, так ощущать жизнь, так ценить ее.

Разговаривая с Александром, я снова и снова спотыкалась об этот парадокс. Есть ограничение дееспособности, есть опекун, но при этом человек абсолютно адекватен и самостоятелен. Он сам ведет хозяйство, работает по порядку и уюту, общается с друзьями, занимается творчеством и даже пишет песни. Самое главное – как он мыслит и воспринимает жизнь. Александр признался мне, что чувствует себя абсолютно полноценным, самостоятельным человеком. Надеемся, что придет время, когда ярлык «недееспособный» будет с него снят и он сможет завершить обучение и найти работу. Он сможет быть полезным

и нужным, востребованным в обществе. Поверьте, энергии и талантов в этом человеке, действительно, достаточно.

О ТРУДНОСТЯХ И МЕЧТАХ

Есть ли трудности в жизни нашего героя? Да, конечно. Возможность пойти на улицу бывает не часто. Трудности одеться, это процесс не быстрый, особенно зимой. Александр выходит, спускаясь на лифте. С крыльца помогают спускаться соседи или компаньоны по прогулкам. Можно было бы выходить на балкон, но он не оборудован. Да и высокий порог мешает.

С приготовлением пищи Александр справляется сам. Только вот нужно соблюдать безопасность и осторожность, ведь кастрюля на стандартной плите находится выше уровня глаз. Порой не видишь, что и как там варится. Сейчас стало немного проще: в хозяйстве появилась мультиварка.

Еще один вопрос – обустройство ванной комнаты поручнями, чтобы можно было самостоятельно забираться.

Конечно же, я спросила Александра, о чем он мечтает. Задумок оказалось много: продолжить занятия вокалом с педагогом и написать новые песни, научиться танцевать и начать занятия в театре, заниматься фотографией.

«*Хочу найти людей и пространство, где бы я мог быть полезным, где бы я мог использовать свои таланты, навыки: что-то придумывать, проводить, организовывать. Я благодарен всем тем людям, которые откликаются и помогают в реализации моих идей и мечтаний*», – рассказывает Александр.

Пока этот материал готовился к печати, две мечты Александра уже исполнились. В конце марта он стал заниматься с педагогом по вокалу в онлайн, а весной 2025 года станет участником III инклюзивного бала в Перми.

И, конечно же, есть не только творческие мечты, но и простые житейские: он мечтает сделать ремонт в квартире и в будущем создать семью. Ведь так важно, чтобы рядом был близкий, родной человек. Точно знаю, у него это получится. И желаю веры и удачи в пути.

Елена ЧУДИНОВА

■ ВЕСТИ С МЕСТ ■

АЛЕКСАНДРОВСК ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПОДАРКОВ

«Мы за все благодарим, мы спасибо говорим!» – под таким девизом состоялась презентация подарков в Александровском обществе инвалидов.

Мероприятие открыли заместитель главы администрации округа по социальной политике Елена Анатольевна Мерцалова и Антон Михайлович Галкин – доверенное лицо депутата Законодательного собрания Пермского края Павла Евгеньевича Кузьмина. Их добрые слова о важности поддержки организации, о поддержке развития интересов людей с инвалидностью задали атмосферу доброжелательности, уважения и внимания к каждому человеку.

Подарки являются приятной частью жизни общества, они влияют на наши эмоции, а самое главное – оказывают большое влияние на нашу деятельность.

Подарок – от слова «Дар»! Настоящий Дар мы получили от депутата Законодательного собрания Пермского края Павла Евгеньевича Кузьмина совместно с ПАО «Уралкалий» – проектор и экран, а АО «АМЗ» подарило нам видеокамеру, штатив и вешалки для одежды! С огромной радостью принимая подарки, мы понимаем, что укрепляем дружеские отношения – наше общество что-то значит и в жизни наших друзей-дарителей!

Экран, проектор, видеокамера!.. Подарки повышают настроение и делают нас просто счастливыми!

А как мы рады красивым вешалкам для верхней одежды, вспоминаем, какой конструкцией пользовались раньше при приеме гостей на мероприятиях! Нам очень важно осознавать, что директор МУП «Энергетика» Владимир Александрович Хомяков, который регулярно помогает обществу во всех проблемах, с ремонтом помещения, планирует продолжать помощь, учитывая интересы, запросы маломобильных людей!

Какое красивое слово – подарок! НУЖНЫЕ подарки сделают жизнь Александровского общества инвалидов более интересной и успешной!

В благодарность за подарок Я хочу вам пожелать Счастья, радости, здоровья И спасибо всем сказать!

С огромным уважением
Нина ЗУЕВА

■ ВЕСТИ С МЕСТ ■

СВЕРДЛОВСКОЕ РОИ ВОИ

ПЕСЕННЫЕ ГОДЫ

Народный хор «Надежда» отмечает 30-летний юбилей

Это особенная дата. Хор пережил смену поколений, но остается верен главным целям ВОИ – творческой реабилитации инвалидов.

Особый подход в течение 20 лет работы находит художественный руководитель хора Сергей Борисович Осинцев – многократный призер международных музыкальных конкурсов. Главными принципами его работы являются равноправие и возможность самовыражения его участников. Ведь у Сергея Борисовича богатый творческий опыт: он доцент, преподаватель кафедры народных инструментов в Пермском институте культуры, ведет занятия в детских музыкальных школах, активно концертную деятельность и дирижирует в оркестрах.

Самому младшему участнику коллектива – 34 года, самому почетному – 92. Нынешний репертуар соответствует вкусам взыскательных слушателей. В первую очередь звучат песни о любви к Родине, боевых подвигах. Также отдается дань уважения народным песням и песням о малой родине.

Особую ценность составляют сами люди, мужчины и женщины, которые



объединены между собой не только сложными обстоятельствами, связанными с ограничениями по здоровью, но и общим желанием творческого самовыражения. Желанием петь, общаться, совместно выступать и радовать других людей своими выездными благотворительными концертами. В прошлом участни-

ки хора – это учителя биологии, физики, физической культуры, бухгалтера и представители индустрии красоты, работники медицины. Особенно хочу выделить нашего постоянного солиста «с огоньком» Бакулина Василия Леонидовича.

Все эти люди, вопреки всем трудностям, связанным с возможностью пере-

движения, соединяются вместе и проводят совместные репетиции, праздники.

Сердцем коллектива является Ольга Дмитриевна Боронникова, которая стремится всегда создать теплую, душевную атмосферу и в застольях, и на репетициях, и даже в решении организационных вопросов.

В коллективе хора «Надежда» всегда можно получить поддержку и сочувствие. Можно сказать, что это подобие большой социальной семьи, вопреки одиночеству, которое сейчас очень распространено.

Постоянной группой поддержки, поклонниками являются молодежная ячейка и всегда жизнерадостный председатель Ольга Красновская со своим замечательным сынишкой Ярославом, который умеет видеть красоту мира, постоянно желая всем нам здоровья, любви и добра.

Конечно, очень здорово, что у всех нас есть общий дом, дом музыки, находящийся по адресу: город Пермь, Свердловский район, ул. 25 Октября, 45.

С юбилеем тебя, хор «Надежда»! Новых планов на будущее, новых песен и интересных встреч.

Наталья ЗАХМАТОВА

■ КОНКУРСЫ ■



«МЫ МОЖЕМ ВСЁ!»

Приглашаем принять участие в конкурсе видеороликов «Мы можем ВСЁ!»

В конце марта 2024 года стартовал прием заявок на конкурс видеороликов «Мы можем ВСЁ!», организованный ВОИ для популяризации достижений инвалидов среди широкой общественности и привлечения инвалидов к активному образу жизни.

Конкурс проводится по четырем номинациям:

1. «Короткие ролики»

Видеоролики вертикального формата (VK Клипы, Shorts и др.) на свободные темы, связанные с инвалидностью. Длительность – до 30 секунд.

2. «Спорт – наша жизнь»

Видеоролики горизонтального формата на тему значения спорта в жизни человека с инвалидностью, показывающие, что инвалидность – не преграда для занятий спортом. Длительность – от 31 секунды до 2 минут.

3. «Через тернии к звездам»

Видеоролики горизонтального формата, вдохновляющие и мотивирующие людей с инвалидностью на достижения любых личных целей: творческих, духовных, образовательных, профессиональных. Длительность – от 31 секунды до 2 минут.

4. «Любимое дело»

Видеоролики горизонтального формата на тему хобби, работы, творческого увлечения, которые являются неотъемлемой частью жизни и помогают реализовать себя. В ролике необходимо показать свой путь и достижения на выбранной стезе. Длительность – от 31 секунды до 2 минут.

На конкурс можно направить не более 2 заявок, а в каждой заявке может содержаться только 1 видеоролик.

Не забывайте открывать доступ к видео по указанным в заявке ссылкам.

Заявки принимаются до 1 июня 2024 года.

Жюри подведет итоги конкурса и определит лучшие видеоролики до 30 июня 2024 года.

По 3 победителя в каждой номинации получат дипломы и денежные призы.

Подробнее о технических требованиях к видеороликам и других условиях участия можно узнать в Положении конкурса.

Для участия в конкурсе участником заполняется заявка в гугл-форме, размещенной по ссылке <https://forms.gle/2XApt3Gyjo5LAJUL9>

■ ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!

«ИНВАСТАРТАП-2024»

Стартовал приём заявок на всероссийский конкурс бизнес-идей для предпринимателей и самозанятых с инвалидностью «Инвастартап-2024»

Итоги конкурса будут подведены 22.05.2024 года.

Узнать подробности и подать заявку на участие в конкурсе можно на сайте <https://invastartup.ru>.

■ УГОЛ ЗРЕНИЯ ■

ФЕНОМЕН «СЕЛЬСКОГО ЦИКЛОПА»

Проверить зрение и протереть глаза полезно порой не только сказочным персонажам

Так получилось, что в мае прошлого года я стал свидетелем пренебрежительного случая. Дело было так. Пермская краевая организация ВОИ проводила плановый рейд по проверке качества жизни инвалидов-колясочников. Помимо прочего в задачу входило пройти совместно с человеком в коляске по лунному ландшафту очередной городской окраины и даже проехать пару остановок в автобусе. Поездка в один конец завершилась благополучно, а вот на обратном пути случилось то, чего мы явно не ожидали.

Несмотря на то, что женщина-инвалид в коляске не только нажимала на кнопку вызова водителя, но и посторонние люди обращали его внимание на то, что инвалиду нужно ехать, а значит, водителю надо бы выйти и опустить пандус, сказочный персонаж проявлял сказочную же невозмутимость, устремив взгляд в одном ему ведомую точку в пространстве. В ответ на такое хамство никому не удивившиеся пассажиры – совершенно не знакомые нам люди – вышли из автобуса и на руках занесли коляску с инвалидом в салон. Выносили ее из автобуса тем же макаром. Попытка поговорить с водителем во время происходящего успеха не увенчалась – персонаж отмалчивался и лишь кривился, как мне показалось, откровенно презрительно.

СЛОВО НА БУКВУ «Э»

Эйблизм – так называется тип дискриминации, при котором относительно – а относительно в этом мире все – здоровые и трудоспособные люди рассматриваются как «нормальные» и в чем-то превосходящие людей с инвалидностью, а вот последним отведена роль как бы второго сорта. Сама же инвалидность рассматривается как нечто, требующее устранения. Или же с помощью медицинского вмешательства, или же по-простому, что называется, с глаз долой.

Наиболее агрессивная форма дискриминации инвалидов, граничащая с издевательствами и насилием, называется дискриминацией.

То же по отношению к людям с психическими (ментальными) расстройствами – ментализм. Но обо всем по порядку.

БЫЛ ТАКОЙ СЛУЧАЙ

Жили-были в Перми мама и сын – несовершеннолетний подросток с ограниченными возможностями здоровья. Когда-то был в семье и отец, но умер, после чего и ранее не отличавшаяся чрезмерным воздержанием мать завила всерьез, лишилась работы, а единственным источником дохода в семье стала пенсия по потере кормильца. При этом какая-никакая семья жила в принадлежащей им квартире. Но... денег на жизнь и веселье матери не хватало, появились долги по оплате услуг ЖКХ, которые очень быстро росли, а после очередного запоя мать обнаружилась, что в их с сыном квартире уже живут совершенно чужие люди. По факту квар-



Циклоп – мифическое существо человекоподобной наружности, наделенное одним глазом, гигантской физической силой и свирепостью. Прототип зла

тира оказалась проданной неизвестно кому в пьяном угаре. Так мать и сына-инвалида переселили в маленькую комнату в общежитии. Мать, впрочем, не потерялась и вскорости, заведя новое знакомство, съехала на квартиру к сожителю. Сына она оставила в общежитии и оставила ему коммунальный долг. Как бы развивались события дальше, сказать трудно, если бы судьбой подростка не озадачился его педагог из училища. Парню вернули пенсию, организовали бесплатное питание и выхлопотали социальную стипендию, из которой, кстати, он стал гасить машинный долг за жилье.

История, согласитесь, дикая не столько циклопическим цинизмом мамы – люди, лишённые совести, есть, с этим ничего не поделаешь, и инвалидность за это им никто не дает – при потрясающем равнодушии всех окружающих. Никто, ни соседи, ни родственники, ни просто свидетели ситуации не сделали ничего, чтобы предотвратить явно незаконные действия. Во-первых, сама ситуация, когда мать пьет, а несовершеннолетний сын-инвалид голодает, должна была стать предметом внимания как органов опеки, так и, вполне возможно, прокуратуры. Ну а уж переезд несовершеннолетнего гражданина в условия, не отвечающие его интересам, – прямое нарушение буквы закона, но... все прошло как по маслу.

ИХ НРАВЫ

Думать, что издевательства над инвалидами, а равно другими уязвимыми категориями граждан – такими, как несовершеннолетние, люди, оказавшиеся в сложных жизненных ситуациях, престарелые граждане и т. д., происходят относительно скрытно, где-то за плотно задернутыми шторами или закрытыми дверями частных квартир, будет не совсем верно. Конечно, злодеи обычно предпочитают не афишировать своих действий и в ходе своей «заботы» о слабых не стремятся к чрезмерной публичности. Но с подобным можно столкнуться и просто на улице.

Недавно в Индустриальном районе Перми произошел такой случай, и этот случай я просто нашел в новостях, забив ключевые слова «дети, насилие». Так вот, ученик четвертого класса десяти или девяти лет от роду, точно не помню, да и не суть, возвращаясь из школы, решил покататься на горке в одном из дворов. О том, как проходили покатушки, история умалчивает. Но вот люди, проходящие мимо, заметили дикую сцену: девятилетнего пацана на полном серьезе музуют взрослый двухметровый му-



жик. Очевидцы впоследствии сообщали, что незнакомый мужчина сильно ударил ребенка в живот, после чего наносил удары по другим частям тела. За ребенка не заступился никто, ни один человек. Все это происходило, как говорится, среди бела дня.

Чем бы там ни руководствовался «воспитатель» чужих детей, а он, якобы, со слов очевидцев, говорил, что избиваемый мальчик обидел его сына, что в принципе можно допустить. Но что бы там ни сделал девятилетний пацан, никто не дает взрослому и рослому в прямом смысле циклопу (это метафора) права избивать ребенка. Чужого ребенка. Прилюдно. Тут целый букет преступлений. Не хочется читать нравоучения, но хочется задаться вопросом, а что мешало прохожим просто достать телефон и сделать несколько фотографий происходящего, а лучше видео, после чего громко спросить мужика, что, собственно, он себе позволяет? И тут же сообщить, что, мол, я вас сфотографировал или сфотографировала и, если будет нужно, передам съемку в полицию. Думаю, одно это охладило бы пыл любителя публичной расправы над малолетним. Кстати, полиция его теперь ищет, а пострадавший ребенок находится в шоке.

Как часто (в последнее время, к счастью, все реже и реже) приходится видеть, как горемыка бьет своего ребенка прямо на улице за то, что тот упал или капризничает или что-то там еще делает, что ей не нравится. Такое все же нет-нет да случается. Что мешает сделать такой матери устное замечание? Думаю, ничего, кроме ложной стыдливости, мол, в чужие дела не лезь. В чужие дела не лезь, а вот в Казани, если не ошибаюсь, мать заставила в мороз около минус двадцати градусов выйти своего десятилетнего или примерно такого возраста сына на улицу босиком, в одних носках, гу-

лять с собакой. Мотивировала свой циклопический бред мамочка тем, что мальчик накануне слишком долго гулял с собакой, и та, видите ли, заморозила лапки. Во время экзекуции, а дело было не поздним вечером, сама фемида шла рядом с босоногим сыном, была одета при полном параде и в теплых ботинках на толстой подошве. Фото и видео вполне циклопической по дикости сцены есть в Интернете.

РОЗОВЫЕ ОЧКИ

Случаев подобных издевательств, причем не обязательно над детьми, но и над инвалидами, слабыми, попавшими в трудную жизненную ситуацию людьми, особенно престарелыми, в действительности очень много. Уверен, если набрать в интернет-поисковике ключевые слова «инвалид, издевательства» или «престарелые люди, преступление», списки из ссылок будут солидные.

Меня особо заворожил случай, когда сельская учительница младших классов была учеником на уроках, в педагогических целях заклеивала им рты лейкопластырем, а прямо на лбах рисовала красной пастой жирные двойки. Уверен, не замечать синяки, двойки на лбу, следы от лейкопластыря родители не могли. Как не могли родители – если они вменяемы – не замечать странностей поведения своих детей?

К чему веду. Добро и зло существуют не только в сказках. Но только в сказках добро побеждает автоматически, так сказать, по ходу сюжета. Зло, к сожалению, встречается и в реальной жизни. И если его не замечать, делать вид, что его просто не существует, то это значит, что ему ничего и не будет противостоять. Разумно ли поступаем мы, когда отворачиваемся от частого совершенно очевидного зла, – вопрос риторический. Я думаю, неразумно.

Аркадий БЫКОВ

УДУШАЮЩАЯ ЛЮБОВЬ

Как гиперопека может навредить ребёнку с особенностями развития и не только

Любовь родителей, конечно, является самым главным условием для становления нормальной психики ребенка. Но, как и везде, у любви тоже есть предел, за которым она из вполне естественного и правильного чувства превращается в гиперопеку и начинает откровенно вредить ребенку.

На самом деле гиперопека это, скорее, не избыток любви, а повышенное количество страхов и тревожности за судьбу ребенка, выливающегося в чрезмерную опеку над ним. И эта неестественная, повышенная забота нужна не столько детям, сколько самим родителям для своего успокоения.

Посредством гиперопеки сделать ребенка несчастным значительно проще, чем осчастливить его. Это давно замечено в народе. Во многих странах существуют сказки про злую мачеху, которая нагружает падчерицу тяжелой работой, в то время как ее родная дочка ничего не делает. И в итоге выигрывает падчерица, которая выходит замуж за красивого и богатого человека, а неопытная лентяйка оказывается никому не нужной.

ДВА ТИПА ГИПЕРОПЕКИ: СНИСХОДИТЕЛЬНАЯ И ДОМИНИРУЮЩАЯ

Когда в семье царит **снисходительная (потворствующая) гиперопека**, родители все делают для ребенка.

Детям все позволено без ограничений, все прощается. Ребенок находится в центре внимания семьи, которая стремится максимально удовлетворить его потребности, охраняя от любых трудностей, от плохого влияния, не показывает негативные стороны жизни. Взрослые берут на себя все повседневные заботы, не задумываясь о подготовке сына или дочки к реальной жизни за порогом родительского дома. Когда такой ребенок поступает в школу, он не может наладить контакты с ровесниками, ему сложно выполнять требования учителя, тяжело учиться.

Часто в семье ребенка с особенностями в развитии гиперопека именно такая: если ребенок проявил недовольство или слабость, то родитель слишком снисходителен – при преградах и неудачах проще сделать что-то за ребенка, дать то, что просит, лишь бы его не огорчать и не «расшатывать психику еще больше». Фактически все выполняется за ребенка без шанса научиться самостоятельно справляться с трудностями.

Другая сторона – **доминирующая гиперопека**. Когда ребенку наоборот все-все запрещают, оправдывая запреты безопасностью. Взрослый не пускает ребенка на горку, носит по лестнице на руках, чтобы не упал. Решает за ребенка, с кем ему общаться, что ему есть, во что одеваться и так далее.

К детям с ОВЗ и детям-инвалидам в семьях предъявляются, как правило, заниженные требования, санкции, запросы. Ребенок обычно ограничен в собственной активности. Это способствует закреплению инфантильности, неуверенности в себе, несамостоятельности, что влечет за собой трудности общения, установления межличностных, межполовых контактов.

Чтобы родительская любовь стала силой, формирующей характер и психическое состояние ребенка, родители детей с ОВЗ и детей-инвалидов должны обладать следующими ключевыми чертами:

- иметь веру в жизнь, внутреннее спокойствие, чтобы не заражать своей тревогой детей;
- строить свое отношение к ребенку на ожидании успешности, что определяется родительской верой в его силы и возможности;
- четко знать, что ребенок не может вырасти без атмосферы похвалы;
- развивать самостоятельность своего ребенка, и поэтому для его же блага (по возможности) сокращать постепенно свою помощь до минимума.



ЧЕМ МОЖЕТ НАВРЕДИТЬ ГИПЕРОПЕКА?

Гиперопека активно формирует синдром выученной беспомощности – любое столкновение с трудностями ведет к тому, что вместо того, чтобы пытаться преодолеть проблемы и пытаться их решать самостоятельно, ребенок пытается решить, нередко с истерикой и категорическим отказом, переложить любой труд на взрослого.

Формируются такие качества, как инфантильность, завышенная или заниженная самооценка (в зависимости от вида гиперопеки), зависимость от других людей, чужого мнения, несамостоятельность и прочее. Кроме того, гиперопека нередко становится причиной развития разных расстройств, которые требуют вмешательства врачей и других специалистов. Среди них: обсессивно-компульсивное расстройство (ОКР), неврозы, мутизм (состояние, при котором ребенок полностью здоров, но в данном случае отказывается от речи из-за страхов или ради привлечения к себе повышенного внимания), нарушения в развитии.

КАК ИЗБЕЖАТЬ ГИПЕРОПЕКИ В ОТНОШЕНИИ РЕБЕНКА С ОВЗ?

- **Давать ребенку возможность разумного выбора и привлекать к домашним делам.**

Важно прислушиваться к детским желаниям, не ограничивать их там, где это нецелесообразно. Например, у вас две куртки на одинаковый сезон – пусть ребенок надевает любую, а не только ту, что больше нравится вам. То же самое касается других сфер жизни. Конечно, не везде и все можно разрешить, но даже частичная свобода выбора лучше постоянных ограничений.

Кроме того, на общую психическую зрелость здорово влияют обязанности. Например, элементы ухода за животным – насыпать корм, поиграть. Посильная уборка комнаты, уборка за собой, помощь на кухне (протереть столы, почистить семечки, яйца, мандарины, перебрать крупу).

- **Меньше «стелить соломку» и давать сталкиваться с последствиями.**

Безусловно, нельзя давать бежать сломя голову на дорогу под машину или совать пальцы в розетку. Но если ребенок что-то хочет сделать, и теоретически все последствия – это разбил/рассыпал/разлил что-то недорогое и легко заменяе-

мое, то почему бы и нет? Крики «Стой! Так нельзя. Нет!» обычно не вызывают у детей ничего, кроме раздражения. Нередко целесообразнее вместо ругани на месяцы разрешить ребенку ошибиться, чтобы он понял последствия.

- **Хвалить любые проявления самостоятельности.**

Любые попытки помочь по дому, проявления взрослого поведения – убрал игрушки, разложил одежду и т.д. – должны быть замечены и поощрены. Часто почему-то бытует мнение, что за такое ребенка не надо хвалить, а то привыкнет и будет за каждое дело ждать доброго слова. Зато при этом любой детский промах сразу клеймится руганью. Это несправедливо по отношению к ребенку, который в итоге просто перестанет делать любые попытки хороших дел, а к плохим относится, как: «Одним больше, одним меньше – все равно накричат». Хотя, собственно, почему бы и не похвалить, если ребенок сделал что-то хорошее? Мы, взрослые, тоже ведь ждем по крайней мере спасибо за свои действия, а ребенку, значит, это не надо?

- **Не забывайте о себе и о здоровых детях!**

Нередко в семьях с «особенными» детьми все внимание уделяется именно им. Родители забывают и о собственных интересах, и о своих здоровых детях... Разумеется, состояние здоровья ребенка накладывает ограничения на жизнь семьи. И все же современные методики реабилитации, помощь социальных служб и благотворительных организаций, как правило, позволяют таким семьям вести нормальную, обыкновенную жизнь. Помните о том, что ваш «особенный» ребенок нуждается не только в уходе и заботе, но и в отдохнувших, счастливых родителях!

В самолетах можно встретить такую инструкцию: «Прежде чем помогать третьим лицам надеть кислородную маску, наденьте ее сначала на себя». Здесь работает тот же самый принцип – чтобы помочь ребенку, родитель должен не забывать о себе. Вы, вероятно, сейчас думаете: «Как же я буду развлекаться в то время, как надо спасать ребенка?» На самом деле здесь родитель тоже спасает ребенка – спасает от своего выгорания и депрессии.

Дорогие родители, предоставьте детям возможность иногда обойтись без вас!

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

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!



ПОДДЕРЖКА МНОГОДЕТНЫХ СЕМЕЙ

21 марта депутаты Законодательного собрания Пермского края в двух чтениях приняли законопроект о социальных гарантиях и мерах социальной поддержки семьи, материнства, отцовства и детства в Пермском крае

Документ был внесен в краевой парламент губернатором Пермского края Дмитрием Махониным и подготовлен по его поручению.

Согласно закону, многодетные семьи, нуждающиеся в мерах соцподдержки, будут получать льготы и выплаты до исполнения старшему ребенку 23 лет при условии, что он учится очно. Ранее они предоставлялись семьям до достижения ребенком возраста 18 лет.

С принятием законопроекта сохраняются и уже действующие меры. Это бесплатное посещение музеев, парков культуры и отдыха, выставок в любом регионе России, бесплатное питание для школьников. Кроме того, продолжают действовать льготы по оплате жилья и коммунальных услуг, но с дополнениями. В частности, теперь включаются в компенсацию расходы на оплату жилого помещения и коммунальных услуг, если 30% от расходов на эти цели превышают размер установленной компенсации.

Кроме того, аналогично питанию школьников из многодетных семей, документ предусматривает предоставление бесплатного питания обучающимся в профессиональных образовательных организациях. Появилась и новая мера соцподдержки – бесплатный проезд школьников на городском и пригородном транспорте.

По словам председателя Законодательного собрания Прикамья Валерия Сухих, принятие законопроекта – значимый шаг в развитии комплексной поддержки семей с детьми.

«В начале года Президент России Владимир Путин подписал Указ, который определил статус многодетных семей в нашей стране и полномочия регионов по их поддержке. Ряд предлагаемых льгот был реализован в Пермском крае и до этого. Принятие законопроекта позволит продлить и расширить региональные меры поддержки семей с детьми. Выполняя поручение президента, регион методично, шаг за шагом, создает все необходимые условия для повышения качества жизни прикамских семей», – подчеркнул спикер.
www.minsoc.perkrai.ru

Не забывайте заходить на сайт
hello-perm.ru
Здесь вы можете почитать газету и скачать книги, издаваемые АНО «РИЦ «Здравствуй»

О СПОРТ, ТЫ – ЖИЗНЬ!



Хорошее настроение – отличный старт

СПОРТ И ТАНЦЫ – ВСЁ ЕДИНО

Наконец-то этот день настал – проведение XXX фестиваля спорта инвалидов Пермского края в рамках I этапа XIV Пермского краевого паралимпийского спортивного фестиваля под девизом: «Добьешься победы, ты только стремишься!»

Чусовская спортивная команда ВОИ вместе с волонтерами в количестве 18 человек с позитивным настроением на победу и шутками-прибаутками приехала на соревнования.

Инвалиды были разных категорий, в том числе 4 колясочника. У нас к ним особое уважение, их силе и воле можно только восхищаться. Самые молодые участники – это Настя Суворова – 23 года, Иван Жуланов – 35 лет и Стас Еремин – 35 лет. А самые опытные и энтузиасты активного образа жизни – это Лидия Блинова – 70 лет и Александр Лобанов – 80 лет. До Перми время в дороге пролетело быстро. И вот мы уже на торжественном открытии с поднятием Российского флага. Со слезами на глазах и очень волнительно, так и хочется сказать: «Так крепнет пусть Российский флаг. И пусть его страшится враг, злых замыслов не трагя зря, Россию победить нельзя!»

Разбившись на группы в своих направлениях спорта, до разминки у нас было время пообщаться со спортсменами из других городов. Мы встречаемся, говорим о жизни в своих городах, а потом друг друга поддерживая в соревнованиях, доказываем, что спорт и мы – едины, тогда мы и в жизни непобедимы. В этом году мы познакомились с командой СВО. Это они защищали Россию, наше будущее. Глядя на них, молодых ребят, было их немного жалко. Но жалость жалостью, а гордость за них превыше всего. Как много в их помыслах и доблести, и чести. Как много воли, что дает им сил. Спасибо, ребята!

Но после общения пришло время подумать и о подготовке к соревнованиям. Разминка у команды была необычная – спортивно-танцевальный ракурс. А инициативу и задор дали самые опытные участники фестиваля, танцующая прямо на беговой дорожке. Их задор и настроение еще добавились и другим участникам. День соревнований пролетел быстро, но в упорной борьбе. Наша чусовская команда, как всегда, без наград домой не возвращалась. В соревнованиях «Бочка» диплом I степени получила Женя Ершова, в направлении «Дартс» диплом II степени – у Алексея Пушкина, а в стрельбе из лука диплом III степени завоевала Юлия Ощепкова. Кроме этого, призерам дали подарки. Вся команда спортивными достижениями была довольна. Домой возвращались еще более бодрыми, несмотря на длинную дорогу.

Очень хочется поблагодарить всех организаторов и волонтеров, задействованных в этом фестивале. Вы даете нам возможность дополнительного общения, знакомства с новыми друзьями и приобретения новых сил и веры в жизнь. Желаем вам любви, удачи, настроения и в делах везения. А всем участникам фестиваля от неунывающей команды города Чусового хочется пожелать жить полной жизнью! Так держать!

Лидия БЛИНОВА,

Чусовская городская организация ВОИ

НАШ ВЫЗОВ

Спортивный комплекс имени В. П. Сухарева напоминал космическое пространство с движением планет, перемещением звезд, плотностью частиц. Более 580 участников из 34 территорий Пермского края встретились на парафестивале, посвященном 10-летию со дня открытия зимних паралимпийских игр в городе Сочи в 2014 году

ПРЕДСТАРТОВАЯ ГОТОВНОСТЬ

Многие спортивные команды из разных городов и поселений Пермского края приехали задолго до начала соревнований, нужно пройти регистрацию, переодеться и провести разминку. Это очень важно. Спортивные соревнования – это борьба, здесь важны особый настрой и концентрация сил.

В синих футболках разминается самая многочисленная команда «Надежда» из Губахи. В составе 16 человек, люди с разными заболеваниями, есть колясочник. Самому молодому участнику соревнований Алексею 18 лет, он учится в выпускном классе. Алексей принимает участие второй раз: прыжки с места и бег на 60 м – это его дисциплины, он настроен только на победу. «Будем биться!» – кричит председатель Губахинской городской организации ВОИ Елена Устинова. Своим задором и оптимизмом она подбадривает команду, поднимает боевой дух.

Напомним, что соревнования проходят в следующих спортивных дисциплинах: легкоатлетический бег на 60 м, прыжки с места, гонки на колясках, дартс, гиревой спорт, бочка, стрельба из лука, шахматы, шашки. Также можно попробовать свои силы в настольной игре новус.

Ведущий объявляет, что через 30 минут начнется построение команд. Время для разминки есть. Никита из Очера и Сергей из Добрянки на креслах-колясках по очереди выкатывают мячи в секторе бочка, у каждого по шесть. Ребята разминаются, им важно почувствовать обстановку.

За Талгатом из Пермского района невозможно уследить: он кидает дротики, бежит, считает очки: «Восемь, семь, пять – неусто, нужно «набить руку», – говорит Талгат. «У меня по расписанию сначала гиря, а потом дартс. Руки после поднятия тяжести будут уже не те, стараюсь запомнить силу броска», – объясняет спортсмен и бежит на построение. Шустрый парень, ему 76.

ПАРАД ПЛАНЕТ

Настроение у всех участников радостное, скоро предстоит пройти плечом к плечу с командами со всего Пермского края, почувствовать себя частью большой спортивной семьи. Лысва, Нитва, Чусовая, Губаха, Очер... – у всех свой цвет и своя эмблема. В общую колонну встраиваются ребята в военной форме, они несут плакат «Защитники Отечества». Их приветствуют, им



На изготовке – лучник Алексей Цыбенко

уступают место. Команда из бойцов СВО состоит из 9 человек и сформирована Никитиным Николаем Дмитриевичем – заместителем руководителя Пермского филиала фонда «Защитники Отечества», созданного в Пермском крае по поручению президента.

Валерий Лукич (позывной Лука) сопровождает своего комбата Алексея Цыбенко в инвалидной коляске. Во время боя Валерий вытаскивал тяжело раненного командира с поля боя и спас ему жизнь. Врачи утверждали, что с такими ранениями не живут. Алексей Николаевич выжил, он ведет активный образ жизни, принимает участие в спортивных играх. Сегодня на парафестивале он пробует свои силы в стрельбе из лука и метании дротиков. Все желают ему удачи.

На торжественном открытии участников парафестивала приветствовали заместитель председателя правительства Пермского края Дмитрий Самойлов, министр физической культуры и спорта Татьяна Чеснокова, первый заместитель секретаря Регионального отделения партии «ЕДИНАЯ РОССИЯ» Вячеслав Григорьев, председатель Пермской краевой организации ВОИ

Надежда Романова и другие лица. Среди почетных гостей присутствовала заместитель главы города Чернушки Елена Егоровна Омелина. Она специально приехала поболеть за команду. Человеческое неравнодушие, внимание со стороны чиновников, общение необходимы для вдохновения спортсменов, для знания их проблем. Немногие «важные» гости остались на спортивном празднике, чтобы поговорить, поболеть за спортсменов.

ЗВЁЗДЫ И ЗВЁЗДОЧКИ

Сектор стрельбы из лука огорожен барьерами. Зрителям нельзя подходить к линии стрельбы на один метр по технике безопасности. За этим внимательного следят два инструктора. Игорь из Осинского района отстрелялся быстрее соперника. На прошлых соревнованиях он занял второе место. Игорь своим примером показывает, насколько реально заниматься спортом: «То, что мы здесь – это уже победа, победа над собой», – отвечает Игорь на вопрос корреспондента.

Алексей Цыбенко, командир артиллерийской батареи отряда «Барс»,

стрелял из лука, сидя в инвалидной коляске. Результатом не совсем доволен. Его можно понять – он военный человек, во всем любит точность и настроен на победу. Алексей считает, что нужно чаще тренироваться, а если взял и стрельнул – хорошего результата не получится.

Озорная Ирина из Краснокамска стартовала в гонках на инвалидной коляске с сильной соперницей и победила. На ее футболке красуется надпись «Хулиганка», на руках – специальные перчатки с резиновыми ладонками. Она не боится проиграть, она ничего не боится, и это ей помогает двигаться вперед. «Зачем мне заниматься спортом? А здоровым людям для чего нужен спорт? А чем мы хуже здоровых людей? Нам тоже нужен активный образ жизни», – говорит Ирина после забега.

Ивану Токареву из Очерского городского округа 21 год. На парасоревнованиях Иван с 10 лет, начал с детских фестивалей. Сегодня впервые он будет поднимать гиру весом 16 кг одной рукой над своей головой. Он к этому готов. Молодой человек три раза в неделю посещает тренажерный зал в ФСК «Медведь». Иван подтягивается на турнике, отжимается, работает с весом – поднимает штангу. «Спорт должен быть доступен каждому, независимо от физических возможностей», – считает мама Ивана и по совместительству тренер. В секторе бочка большое количество участников. Еще несколько лет назад в этом виде соревнований было 3-4 человека. Нынче общее количество игроков в бочка достигло 17, а значит, будут новые чемпионы и мастера. В свободное время многие общались за игрой в новус. Поставить игровой стол предложила Пермская краевая организация ВОИ. Игра заинтересовала спортсменов и стала изюминкой соревнований.

Ошибочно полагать, что спортивные соревнования людей с ограниченными возможностями здоровья – это лишь яркий праздник, спортивное шоу. Спорт делает человека успешным, нравственно сильным, запускает механизм выздоровления. Нужно создавать условия для занятий спортом людей с инвалидностью, заниматься с ними профессионально, выводить их на большую спортивную арену. Только тогда можно воспитать паралимпийца. Победители и призеры в своей медицинской группе были отмечены медалями, дипломами и ценными призами.

Надежда ИВАНОВА

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!».
Адрес: 614068, г. Пермь, ул. Данцина, 7
Главный редактор: Н. Н. Иванова.
Выпуск издания осуществлен при финансовой поддержке Министерства труда и социального развития Пермского края, Центрального правления Всероссийского общества инвалидов

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 АО «ИПК «Звезда», г. Пермь, ул. Дружбы, 34.
Время подписания по графику в 14.00. Фактически в 14.00.
Номер подписан 3.04.2024 г.
Объем 3 печ. л. Тираж 10 000 экз. Свободная цена. Заказ № 349