

Социально-политический журнал

**Учредитель:**

АНО «Содействие в развитии ресурсов здоровой жизни»

Главный редактор

В.И. Мурашов

Зам. главного редактора

Н.К. Лошкарёва

Дизайн: Л. Соколова

Корректор: Т. Шпиленко

Над номером работали:

С. Коршунов, И. Кротов,

Е. Якель, С. Гребенникова

Журнал зарегистрирован в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Москве и Московской области

Свидетельство о регистрации ПИ № ТУ 50-1013 от 19.05.2011

**Адрес редакции:**

123001, г. Москва,  
ул. Садовая-Кудринская,  
д. 26/40, оф. 6

Тел./факс: +7 (495) 699-12-15

e-mail: info@ros-idea.ru

www.ros-idea.ru

Подписано в печать  
22.03.2012

Формат 60x90/1/8

Усл. печ. л. 6

Тираж 4000 экз.

Отпечатано в ОАО  
«Подольская фабрика  
офсетной печати»

г. Подольск, Революцион-  
ный проспект, 80/42

Полное или частичное воспроизведение материалов, опубликованных в журнале, допускается только по согласованию с редакцией в письменном виде.

Ссылка на журнал «Культура здоровой жизни. Москва» обязательна

© АНО «Содействие в развитии ресурсов здоровой жизни», 2012

Журнал распространяется бесплатно

**КУЛЬТУРА  
ЗДОРОВОЙ  
ЖИЗНИ**

**Москва 2012,  
№ 3**

# СОДЕРЖАНИЕ

## СОЦИАЛЬНАЯ ПОЛИТИКА

- 2** Ими гордится столица
- 3** Заслуженные награды
- 4** С заботой о старшем поколении
- 10** На благо москвичей

## ИНТЕГРАЦИЯ

- 12** Пять вечеров в «Преодолении»
- 18** Особая школа
- 20** Образование для всех
- 22** Старт на Север

## ДИРЕКТОР ГОДА

- 26** В надёжных женских руках

## СОЦИАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА

- 30** Мама и Я
- 32** Клучшему качеству жизни

## ПРАЗДНИК

- 36** Для милых дам
- 38** Весна! И хочется танцевать!
- 42** Весёлая эстафета

## АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

- 44** А ну-ка, бабушки!
- 46** Жизнь, наполненная до краёв
- 47** Кукольное счастье

# Ими гордится столица



**М**эр Москвы Сергей Собянин поздравил москвичек с Международным женским днем. В поздравительном послании, в частности, говорится: «Слава, краса и гордость столицы, наши женщины добиваются замечательных успехов в предпринимательской и производственной сфе-

рах, в культуре и науке, медицине и образовании, политике и управлении, и, конечно же, в самом главном — святом материнском и семейном служении. Ежегодно наша большая столичная семья приращивает сотнями тысяч маленьких москвичей, которых пестуют нежные и заботливые материнские руки.

Все больше в Москве многодетных семей, а это верный признак пусть иногда и нелегкой, но все-таки счастливой жизни.

Каждой московской семье, а многодетным в особенности, отдано постоянное приоритетное внимание Правительства Москвы. Это наша обязанность, наша твердая линия, наша продуманная и финансово обеспеченная политика в социальной сфере.

Особую признательность и благодарность хочется выразить старшему поколению москвичек — ветеранам войны и труда, которые защищали столицу в военное лихолетье, провожали па фронт мужей и сыновей, порой и сами становились в строй, а после войны возрождали город к мирной созидательной жизни».



# ЗАСЛУЖЕННЫЕ НАГРАДЫ

**М**эр столицы Сергей Собянин вручил награды города Москвы по случаю Международного женского дня. На торжественной церемонии вручения наград столичный градоначальник отметил, что работу целого ряда отраслей городской жизни, таких как образование, здравоохранение, социальная защита, обеспечивают женщины. Как заметил Мэр, женщины города Москвы добились успеха и в других, традиционно мужских сферах деятельности.

Мэр наградил женщин, присвоив им звания «Почётный промышленник города Москвы», «Почётный работник образования города Москвы», «Почётный работник культуры города Москвы», «Почётный энергетик города Москвы», «Почётный

работник государственной службы города Москвы», а также вручив знаки отличия «За безупречную службу городу Москве» и благодарности Мэра Москвы.

«Где бы я ни был — на стройке, на заводе, в транспорте, везде работает очень много женщин, и они достойно выполняют свои обязанности», — подчеркнул Сергей Собянин. Отдельно Мэр поздравил московских женщин, которые трудятся в сфере государственного управления.

«Несмотря на всю огромную нагрузку и дома, и на работе, вы всегда остаётесь прекрасными и обаятельными. Я с удовольствием вас поздравляю и с наградами, и с наступающим Международным женским днём!» — заключил Мэр.

# С ЗАБОТОЙ О СТАРШЕМ ПОКОЛЕНИИ

Нынешняя весна для пенсионеров Бабушкинского района началась с приятного события. Министр Правительства Москвы, руководитель Департамента социальной защиты населения города Москвы Владимир Аршакович Петросян открыл для них новое просторное помещение в отделении дневного пребывания Центра социального обслуживания «Бабушкинский».



Ольга Сергеевна Лукина

Владимир Петросян рассказал, что в 2011 году в центрах социального обслуживания (ЦСО) столицы было открыто свыше 6 тысяч квадратных метров новых площадей. «Таких темпов развития социальных учреждений в городе ещё не было, – подчеркнул министр. – Сегодня через различные отделения столичных ЦСО проходят около миллиона москвичей. Центры социального обслуживания очень востребованы среди старшего поколения, ветеранской общественности, инвалидов. Здесь большой выбор: можно поиграть в увлекательные и полезные игры, спеть с друзьями любимые песни, позаниматься в тренажёрном зале, а главное – пообщаться со своими сверстниками, людьми своего поколения.

В 2011 году были внедрены и новые формы социального обслуживания, – отметил Владимир Петросян. – Это патронажные отделения, которые обслуживают на дому одиноких престарелых граждан, ветеранов ВОВ, инвалидов. При Московском Доме ветеранов



*Министр Правительства Москвы, руководитель Департамента социальной защиты населения города Москвы Владимир Петросян и заместитель префекта СВАО Валентина Заботина с участниками хора «Сударушка»*

войн создана специальная Служба сиделок для одиноких участников ВОВ. Действует Мобильная социальная служба, в городе работает уже 36 отделений этого сектора. Мобильная социальная служба была создана в 2011 году, уже 12 тысяч человек воспользовались её услугами. 18 тысяч московских ветеранов ВОВ получили в своё распоряжение устройство «тревожная кнопка».

Глава департамента, представители префектуры и управы ознакомились с работой отделения дневного пребывания, активно общавшись с его клиентами, обменялись вопросами и ответами.

«А у нас открываются курсы немецкого и английского языков», – похвасталась одна из самых активных клиенток ОДП.

«Социальный туризм сегодня очень динамично развивается, так

что иностранные языки вам могут пригодиться», – отметил Владимир Аршакович.

В ходе общения стало понятно, что клиенты ОДП – люди любознательные, умеющие анализировать современные СМИ, включая Интернет, где в новостях нередко даются прогнозы в связи с мировым экономическим кризисом, – не скажется ли это на положении старшего поколения?

«Да, сегодня в прессе немало пишут о странах, пострадавших от кризиса. Но в ближайшие 5 лет наши пенсионеры могут быть спокойны, – заверил своих собеседников Владимир Петросян. – Принята программа «Социальная поддержка жителей города Москвы на 2012–2016 годы» – это эпохальное событие для города.

Программа направлена на поддержку старшего поколения – на

эти цели выделяется 1,5 триллиона рублей из бюджета столицы, что составляет более 80% от средств, выделенных на всю программу.

Мы хотим продлить ваше активное долголетие, чтобы вы жили интересной, наполненной положительными впечатлениями жизнью, были востребованы своими внуками».

Из уютной библиотеки гости переместились в билльярдную. Здесь хозяевами положения были женщины. Ольга Сергеевна и Галина Николаевна киями владеют не хуже, чем мушкетёры шпагами. Каждый удар точен, как выпад фехтовальщика, а шутки, которыми они «подогревают» болельщиков-мужчин, словно хорошие специи, добавляют в игру «огонька». «Это очень увлекательная игра», – делится впечатлениями Галина Николаевна. «Мы здесь всё пере-



*Галина Николаевна Тетерина*

пробовали, а вот бильярдом просто «заболели» и прекрасно себя чувствуем», – добавляет Ольга Сергеевна.

Заглянув в мастерскую кружка «Марья-искусница» и подивившись оригинальности и красоте сделанных здесь вещей, гости зашли в тренажёрный зал. Установленные в нём современные тренажёры позволяют сохранять нормальный для этих возрастных групп объём движений, тонус мышц, грамотно дозированными нагрузками поддерживать в хорошем состоянии дыхательную и сердечно-сосудистую системы. Кстати, конструкция тренажёров очень удобна для того, чтобы методист ЛФК мог регулировать нагрузку для занимающегося с учётом его индивидуальных осо-

бенностей. Клиентки, оказавшиеся в зале, не без гордости продемонстрировали свои достижения.

Тем временем в самом большом помещении ЦСО (игравшем роль концертного зала) грянул хор «Сударушка». Прозвучали традиционные русские, старинные казачьи, а также любимые песни из легендарных советских фильмов. Песни сменяли стихи, за стихами снова звучали песни. Но зрители, уже «подогретые» заводными мелодиями, не хотели сидеть на стульях, а вскакивали и пускались в пляс. В целом концертная программа самодеятельности ОДП ЦСО «Бабушкинский» оказалась богатой и яркой.

С тёплыми приветственными словами перед собравшимися вы-



*Ирина Петровна Печникова*

ступил Министр Правительства Москвы, руководитель Департамента социальной защиты населения города Москвы Владимир Петросян. О социальных инициативах в округе рассказала заместитель префекта СВАО Валентина Заботина: «Мы в этом году по инициативе префекта вышли с очень интересным предложением – провести среди управ районов конкурс социальных проектов, которые объединяют усилия всех, кто трудится и живёт на территории каждого района. Это проект социального партнёрства «С заботой о старшем поколении». Мы хотим, чтобы каждая управа показала, на



что она способна. Для поощрения тех, кто хорошо работает, будут вручены призы. Я надеюсь, что в каждом районе будут свои «изюминки» в реализации программ социального партнёрства. И мы продвинемся вперёд в заботе о нашем старшем поколении».

Самое время предоставить слово клиентам ОДП.

**Ирина Петровна Печникова, 88 лет:** «В отделение дневного пребывания я хожу уже пятый год, и этой радости мне ничто не заменит. Здесь доброе, внимательное отношение сотрудников, – дай бог, чтобы так всегда было. Мне нравится тут буквально всё. Хочешь – пой в хоре, хочешь – занимайся рукоделием. А я вот люблю сочетать эти занятия, и когда вышиваю, то всегда пою, не одна, разумеется, за компанию. Раньше я была солисткой, пела арию Антонины из оперы «Иван Сусанин».

**Иван Андреевич Володин, 95 лет, ветеран Великой Отечественной войны.**

Иван Андреевич вспоминает: «Войну я начал в 1939 году на Халкин-Голе под командованием Г.К. Жукова. Сегодня он – легенда, а мне с Георгием Константиновичем доводилось видаться, разговаривать. Окончил я службу в Берлине – в 1945 году брал город, а потом ещё служил там до 1952-го.

В ЦСО «Бабушкинский» мы с женой Галиной Сергеевной ходим уже 4-й год. Приятно общаться с нашими фронтовиками, вспоминать о Жукове и других наших великих полководцах. Иногда я читаю здесь друзьям свои стихи. Люблю слушать их рассказы о том, как они проводят свободное время.

**Владимир Александрович Ковалёв:** «Хожу в ОДП уже 3-й год и получаю большое удоволь-



*Иван Андреевич Володин с женой Галиной Сергеевной Зулькарнаевой*



*В отделении дневного пребывания ЦСО «Бабушкинский»*



В тренажёрном зале

ствия от пребывания здесь. Тут бесплатно кормят, но это конечно же не главное: на еду денег хватило бы и у самого, главное – встретиться, поговорить, пообщаться с добрыми знакомыми. А наша чемпионка по бильярду Ольга Сергеевна учит меня танцам».

Концерт самодеятельности закончился. Гости из Департамента и префектуры покидали гостеприимный ЦСО «Бабушкинский». «Огромное вам спасибо за это тёплое уютное помещение, за всё интересное, что здесь для нас организовано. ЦСО «Бабушкинский» для нас просто родной дом», – обратилась к представителям городских властей Валентина Дмитриевна – одна из клиенток ОДП, выразив, судя по разразившимся аплодисментам, всеобщее мнение.

## ДОСУГ-ДОСЬЕ

Работа в ОДП ЦСО «Бабушкинский» осуществляется в рамках программы «Университеты третьего возраста». Здесь действуют 11 клубов: «Вдохновение» (для любителей поэзии), «Размышление» (для московских театралов), «Задушевное слово» (для любителей чтения), «Просто вкусно, полезно» (для кулинаров-любителей и садоводов), «Голос тишины» (для глухих и слабослышащих), «На голос русской песни» (для любителей пения), «Здоровый образ жизни» (для желающих заниматься лечебной физической культурой), «Ретро» (для любителей песен и танцев прошлых

лет), «Интернет-кафе» (здесь обучаются на курсах компьютерной грамотности и работе со скайпом), «Женское здоровье» (хореографические занятия с элементами восточных танцев), «Лири» (для чувствующих в себе талант актёра, режиссёра, сценариста).

Действуют 4 кружка: вокальный коллектив «Сударушка», хор «Зори алые», «Марья-искусница» и «Старой вещи – новую жизнь» (для любителей рукоделия).

Кружки и клубы ОДП посещают около 250 жителей района, около 180 человек – постоянные члены. Самый востребованный



В мастерской кружка «Марья-искусница»



клуб – «Интернет-кафе», которое работает с 2008 года. Здесь прошли обучение 279 человек, готовы приступить к обучению ещё около 100 человек. Благодаря новому компьютерному классу и увеличению количества рабочих мест пропускная способность «Интернет-кафе» увеличилась. Теперь вместо 11 человек в месяц здесь смогут обучать 37. Обучение компьютерной грамотности осуществляется по программе, разработанной на базе Московского государственного технического университета им. Н. Э. Баумана.

В ОДП работает мастерская по мелкому ремонту одежды, в которой одна из сотрудниц ОДП быстро заштопает, подошьёт и т.д.

В 2011 году в ОДП ЦСО «Бабушкинский» было проведено 792 культурно-массовых мероприятия, которые посетило 16 900 человек. Для людей, чей возраст и физические возможности не располагают к большим маршрутам, предлагаются непродолжительные пешеходные прогулки к близко расположенным памятникам – это серия экскурсий названа «Люблю тебя, мой край родной. Бабушкинский район: вчера, сегодня, завтра». Для любителей автобусных экскурсий предлагаются маршруты, организованные Департаментом социальной защиты населения города Москвы, такие, например, как поездка в Софрино.

ОДП ЦСО «Бабушкинский» продолжает работать в рамках программы «Доступная среда». В 2011 году сотрудничество велось с 25 известными театрами столицы, среди которых – МХАТ им. Горького, Московский академический театр сатиры, Театр Луны и «Сатириконт», а также с кинотеатрами «Космос» и «Пушкинский». В рамках этого сотрудничества пенсионеры за символическую плату могут посещать интересные спектакли и фильмы.

В 2011 году клиенты отделения участвовали в 17 окружных мероприятиях – выставках, конкурсах.



*Уроки танцев от Ольги Сергеевны Лукиной пошли на пользу, Владимир Александрович Ковалёв оказался способным учеником*

С клиентами ОДП ежемесячно проводят встречи глава управы района и его заместитель, священники о. Андрей и о. Александр, главный врач поликлиники №29, участковый полицейский, специалисты Пенсионного фонда, сотрудники районного Управления социальной защиты населения – все они помогают клиентам ОДП решать их насущные жизненные проблемы.

В 2012 году ЦСО «Бабушкинский» продолжит сотрудничество с РООИ «Здоровье человека» – в ОДП ежемесячно проводятся бесплатные лекции специалистов из этой организации, а также бесплатные консультации и обследования клиентов ОДП на базе РООИ «Здоровье человека».

**Василий Котов**  
Фото автора

# НА БЛАГО МОСКВИЧЕЙ

В Москве прошёл восьмой Всероссийский форум-выставка «Госзаказ-2012», участниками которого стали представители федеральных и региональных органов исполнительной власти, объединений предпринимателей, электронных торговых площадок. Важным событием Форума стала презентация Государственной программы «Социальная поддержка жителей города Москвы на 2012-2016 годы». О Программе рассказал заместитель руководителя Департамента социальной защиты населения города Москвы Игорь Владимирович Гордеев.

– Эта Программа создана на основе Комплексной целевой программы социальной интеграции инвалидов города Москвы и Комплексной целевой программы социальной защиты населения города Москвы. Основная цель Программы – повышение уровня и качества жизни граждан, нуждающихся в социальной поддержке, а также сокращение бедности за счёт развития адресных форм социальной поддержки населения.

Важной особенностью Программы является её комплексность: она объединяет пять подпрограмм по различным направлениям деятельности. Есть общий объём ресурсов обеспечения Программы на 5 лет – это более 2 трлн. руб., а в 2012 году на выполнение Программы планируется выделить около 364 млрд. руб. В частности, на социальную поддержку семей с детьми в 2012 году будет потрачено 45,6 млрд. руб., на социальную поддержку старшего поколения, ветеранов Великой Отечественной войны, ветеранов боевых действий и членов их семей – 248,7 млрд. руб., на социальную интеграцию инвалидов и формирование безбарьерной среды для инвалидов и других мало-

мобильных групп граждан – 27 млрд. руб., на профилактику социальной исключённости – 0,5 млрд. руб., на модернизацию и развитие системы социальной защиты населения Москвы – 42,2 млрд. руб.

Ещё одна исключительная особенность данной Программы заключается в том, что из общего объёма средств 6–7% размещается как государственный заказ. Всё остальное – это прямые социальные вы-



**Заместитель руководителя Департамента социальной защиты населения города Москвы И.В. Гордеев**

платы, субсидии общественным организациям.

Программа является межведомственной. Наш Департамент выступает как ее координатор. У Программы есть исполнители, есть заказчики по отдельным направлениям работы. Наибольший объём финансирования приходится на Департамент социальной защиты населения города Москвы. Это связано с тем, что сейчас большое значение приобретают прямые социальные выплаты льготным категориям граждан.

Что касается объёмов размещения государственного заказа по Государственной программе на 2012 год, отмечу, что в IV квартале 2011 года были проведены торги и заключены госконтракты на 5,2 млрд. руб., а с 1 января 2012 года по ним началась работа. На 1,3 млрд. руб. запланированы торги к размещению во II-IV кварталах 2012 года. Кроме того, 2,5 млрд. руб. – это торги, которые были запланированы и проводятся в I квартале 2012 года.

Коротко пройду по нашим основным подпрограммам. Одна из них – «Социальная поддержка семей с детьми». Основная задача этой подпрограммы – оказание адресной помощи многодетным и малообеспеченным семьям с детьми. Добавлю, что в IV квартале прошлого года были проведены практически все конкурсные процедуры на общую сумму 50,5 млн. руб., касающиеся, в частности, закупки различных видов продуктовых и вещевых наборов. Вторая подпрограмма – «Социальная поддержка людей старшего поколения и ветеранов Великой Отечественной войны». Здесь применительно к госзаказу мы говорим о приобретении товаров длительного пользования, весь остальной бюджет – это социальные выплаты. В этой же подпрограмме заложены расходы на организацию санаторно-курортного лечения. На эти цели в 2012 году как из федерального бюджета, так и из городского выделяется 3,1 млрд.



руб. Ожидается, что в этом году будут проведены дополнительные торги на санаторно-курортное лечение, а общий объем закупленных путевок дойдет до 150 тыс.

Третья подпрограмма – это «Социальная интеграция инвалидов и формирование безбарьерной среды для инвалидов и других маломобильных групп населения» (в прошлом году она шла как самостоятельная программа города Москвы). За период действия программы планируются открытие новых реабилитационных учреждений, закупка и совершенствование парка технических средств реабилитации, которые выдаются нашим гражданам. Программа также предусматривает формирование в столице безбарьерной среды для инвалидов. Этот аспект программы имеет самый массовый межведомственный характер, так как в этом процессе задействованы практически все органы московской исполнительной власти. На сегодняшний день не все городские государственные учреждения снабжены необходимыми конструкциями увеличения мобильности инвалидов, в ряде случаев это обусловлено тем, что объекты чисто по техническим причинам не могут быть приспособлены для передвижения мало-

мобильных групп населения. Всего программой предусмотрено 2,4 млрд. руб.

Четвёртая подпрограмма – «Профилактика социальной исключённости», предусматривает как продолжение работы по имеющимся направлениям, так и развитие новых форм социальной поддержки. На реализацию мероприятий данной подпрограммы запланировано 2 млрд. руб. Пятая подпрограмма – «Модернизация и развитие системы социальной защиты населения Москвы» – одна из самых ресурсоёмких. Её цель – повышение эффективности всей системы социальной защиты. По этой подпрограмме на 5 лет предусмотрено 210 млрд. руб., которые распределены по различным направлениям деятельности.

С 2005 года объём размещаемого государственного заказа Департамента соцзащиты вырос в разы. В прошлом году нашим Департаментом были проведены основные торги на 2012 год. В вопросах экономии также прослеживается определённая динамика.

*Василий Ключков*

*Фото Сергея Коршунова*

# Пять вечеров в «Преодолении»



Генеральный директор  
Реабилитационного центра «Преодоление»  
Любовь Петровна Кезина

Уникальному московскому Реабилитационному центру для инвалидов исполнилось пять лет

**П**реодоление... Вряд ли можно было найти более точное название для Центра, чьё предназначение – помогать людям превозмочь тяжелейшую боль, страдания, недуги.

«Преодоление» стало и названием, и смыслом, и глубинной сутью работы Реабилитационного центра для инвалидов с травмой спинного мозга. Центр создан при участии Правительства Москвы и открыт пять лет назад на улице Восьмого Марта.

Казалось бы, пять лет – срок не такой уж большой. И всё же это определённая, значимая веха, ведь пройден немалый путь, за эти годы пациентами Центра стали свыше полутора тысяч человек.

За каждым из них – своя судьба, своя человеческая трагедия и

– женщина, которую, без преувеличения, знает вся Москва, потому что двадцать с лишним лет руководила она всей системой московского образования, женщина с потрясающей судьбой, педагог и организатор от бога.

А теперь – медицина, реабилитация, инвалиды. Вроде бы совсем другая сфера, стезя. Но в общем-то похоже. Ведь сюда, в «Преодоление», попадают люди, которым тоже надо УЧИТЬСЯ. Учиться жить заново, делать первые шаги, самые трудные. И вторые, которые бывают не легче...

– У нас находятся на реабилитации инвалиды с травмой спинного мозга, курс рассчитан на месяц, – говорит Любовь Петровна. – Для инвалидов с травмой шейных позвонков – два месяца. Но при необходимости, при хороших

показателях и динамике курс реабилитации может быть продолжен... Центр организован таким образом, что людям оказывают не только медицинскую помощь, но и физическую, социальную, бытовую. В Центре работают пять залов лечебной физкультуры, оснащённых современными тренажёрами. Мы работаем с каждым пациентом по индивидуальной программе. У нас очень опытные врачи, высококлассные инструкторы – они действительно ставят людей на ноги, учат заново ходить и жить...

И это абсолютная правда: за каждым словом Любви Петровны и годы напряжённого труда, и человеческие судьбы – сложные, трудные.

И очень точное, абсолютно «в десятку», название своему Центру они придумали, потому что каждый день и каждый час происходит здесь ПРЕОДОЛЕНИЕ, борьба, самый трудный на свете бой, какой только выпадает человеку, – с недугом, судьбой. Самим собой...

...Так сложилось, что я давно знакома с людьми, которые здесь работают, с пациентами, которые проходят здесь реабилитацию, их родными и близкими, часто приходилось бывать здесь на разных встречах и мероприятиях – официальных и неформальных. И этих вечеров на улице Восьмого Марта у меня было гораздо больше, чем пять. Но я выбрала именно эти. Думаю, вы поймёте, почему.

## Путь, который надо пройти

Рыжеватый парень, сосредоточенно хмурясь, занят очень трудным и очень важным делом: перед ним на столе лоскут материи с дырочками. В эти дырочки нужно продеть шнурочки. Шнурочки капризные, дырочки маленькие, а руки у парня не очень-то слушаются... Но парень упорен: надо – значит, надо!

А врач-эрготерапевт внимательно следит за его работой, поправляет, не торопит, подбадривает: «Всё получится, Серёжа!»

Эрготерапия – от латинского *ergon* (труд, занятие) и греческого *therapia* (лечение). Врачи-эрготерапевты помогают восстановить двигательную активность людей с ограниченными возможностями здоровья (ДЦП, поражения периферической нервной системы, травмы спинного мозга и т. д.), научить работать руки, учат обихаживать себя.

И ещё здесь уникальная кухня, на первый-то взгляд самая обыкновенная, но нажмёшь кнопку – и шкаф с полками поехал куда надо, куда удобнее, точнее, к пациенту. И специальные ножи-вилки, и вообще всё специальное и особенное, кроме разве что картошки... Ну да. Сегодня был у них такой урок – сварить картошку. Справились!

– К нам приходили люди (точнее, привозили их), у которых руки висели плёточками, не действовали. А через два месяца они начинали писать, рисовать! – говорит Лидия Николаевна Кузнецова, заместитель директора Центра.

Распорядок дня у Серёжи расписан по минутам, от и до. За два месяца, которые он тут пробудет, ему нужно успеть очень-очень многое. И поэтому: в 9 – завтрак, в 10 – бассейн, в 10.30 – гидромассаж, в 11.30 – тепловой массаж, в 12.15 – эрготерапия, в 13

– ЛФК, потом физиотерапия... А потом ещё процедуры, и еще, и ещё.

Но сейчас самое главное – шнурочек и дырочки. Их надо победить. Трудно, но надо.

...А вот тренажёрный зал – выгородка, которая напоминает то ли два балетных станка, то ли параллельные брусья. Между ними девушка, «упакованная» в специальный корсет и сложную крепёжную систему – от пояса до пятки. Опирается руками на брусья, с усилием отталкивается, нога скользит по полу и подвигается вперёд. На несколько сантиметров – но вперед! Шаг. Ещё шаг. Ещё. И так – до конца брусьев. И потом обратно.

– Молодец, Оксана, ещё давай, ещё, иди, иди!



Инструктор по ЛФК рядом и наготове: страхует, помогает, поддерживает.

Месяц назад девушка была на коляске. Ноги не работали – попала в аварию. Здесь, в Центре, она снова учится ходить.

...Шаг. Ещё шаг. Ещё несколько сантиметров, но вперед. И только

Занятия в зале ЛФК

вперед. Руки устали, тело болит, но надо пройти до конца, а потом повернуться и снова пройти этот путь до конца.

«Молодец, Оксана! Давай, Оксана!»

## «И значит, мы живы!»

В холле на первом этаже проходил в тот вечер концерт вокальной студии «Преодоления», потому что музыка, песня, что бы там ни говорили скептики и циники, всё равно «жить и любить помогает». А иных и в болезни, и в горе, и в безнадежном отчаянии поддерживает и дает силы преодолеть недуг, боль, страх, неуверенность; и уж кому-кому, а пациентам «Преодоления», людям, надолго прикованным к инвалидным коляскам, обречённым на неподвижность, это ведомо, понятно, близко. Ведь песня всегда свободна, она крылья человеку даёт! Не верите?

...Ему помогли добраться до импровизированной сцены – очередному выступающему, молодому парню Давиду Ханукову. Он без коляски, ходит сам, хотя, видит бог, каким трудом ему это даётся – каждый шаг: ДЦП в нелёгкой, скажем так, форме.

Усадили поудобнее на стул. Взял микрофон. Запел.

Как он пел! Невозможно, мне кажется, было выбрать более соответствующую, чем эта песня Розенбаума, принимая во внимание «непреодолимые обстоятельства»:

*Вот солнце взошло над грешною землёй.*

*И вновь берега обласканы приливом.*

*Пахнет сосновою смолой, скошенной травой,*

*Клин журавлей над головой, и, значит, мы живы...*

«И значит, мы живы! И значит, мы живы!» – пели все, кто был в тот вечер в этом фойе. И с такой силой, с такой страстью звучали эти слова, что казалось невозможное возможным, непреодолимое – ПРЕОДОЛИМЫМ!



## Люди и судьбы

О тех, кто стал за эти годы пациентами «Преодоления», или просто «Прео», как они называют свой дом, можно писать книги...

Вот Женя Воскобойникова, журналистка телеканала «Дождь».

Она никогда не предполагала, что судьба приведёт её в журналичку, что она станет работать на телевидении – и даже! – станет «лицом» конкурса моды Bezgraniz Couture!

А если по порядку, Женя закончила Воронежский государственный университет по специальности инженер-эколог. В студенческие годы работала моделью, и, надо сказать, довольно неплохо у неё получалось.

Потом попала в аварию – перелом позвоночника и инвалидная коляска. Будущее рисовалось в «чёрно-сером» цвете, как говорит сама...

И все же, и вопреки всему сумела победить, переломить, преодолеть судьбу! Она ведёт социальную рубрику на перспективном телеканале, она востребована





Сергей Семайкин

на, а это очень важно для любого человека, но вдвойне, втройне это важно для человека с ограниченными возможностями здоровья: доказать обществу, что он тоже заслуживает внимания! Не жалости, не сожаления, а именно внимания и одобрения!

А вот Сергей Семайкин. Он родом с Дальнего Востока. Закончил Университет путей сообщения, причём мало по одной – по двум специальностям: и производственник, и экономист. В лихие 90-е выпало ему начинать взрослую, трудовую жизнь. Те годы многих людей сломали, много судеб искалечили. Но того, кто выжил и выстоял, поистине, наверное, уже ничто не сломает в этой жизни.

Автокатастрофа приковала молодого парня к инвалидной коляске. Другой бы сдался, сломался, но Сергей продолжал работать, продолжал делать своё дело, а оно у него уже было, Свое Дело, и вполне успешное, – свой строительный бизнес.



Что помогало ему? Наверное, характер, воспитание, а ещё спорт – регулярные тренировки и состязания в разных видах и дисциплинах.

Инвалидность вовсе не помеха, если хочешь стать первым, стать лучшим – в пулевой стрельбе и на бильярде, и в настольном футболе, а ещё – и главное – в силовых видах спорта.

Уже давно он москвич, работает, занимается спортом, а ещё помогает другим людям победить, превозмочь свою боль – в Реабилитационном центре «Преодоление», с которым подружился однажды и навсегда, ведёт всю спортивно-оздоровительную работу, отвечает за организацию

разных спортивных секций и соревнований. И успехи в спорте ребят из «Преодоления», о которых можно было бы говорить много и подробно, – это и его успех, Сергея Семайкина, человека, который умеет побеждать...

...Лилиана Фёдорова 15 лет назад в результате неудачной хирургической операции стала инвалидом I группы. И все эти годы она борется, отстаивает свое право на счастье, право на полноценную, интересную, наполненную жизнь, право быть необходимой людям, в том числе таким же, как она, инвалидам-колясочникам.

Именно для того, чтобы квалифицированно и профессионально помогать людям, она поступила в Российский государственный социальный университет, учится на юриста, уверенно идёт на «красный диплом». Пример Лилианы доказывает: инвалидная коляска – не приговор, который не подлежит обжалованию, и в любой, даже самой сложной, жизненной ситуации человек может – и должен! – жить полной жизнью, не теряя оптимизма, заниматься творчеством, спортом и т.д.

И в самом деле, Лилиана – одна из самых активных участниц команды регбистов-колясочников, которая создана в Реабилитационном центре «Преодоление»...



## Играй и побеждай

– Костя, передавай мяч! Не держи его! Игорь, ровней, откатись назад немного, ребята, держите линию, подровняйтесь... Так, а теперь пошли, пошли, пошли... Зигзагом пошли!

Закатное солнце било прямо в глаза игрокам. На школьной спортплощадке – восемь человек на инвалидных колясках. Три женщины, остальные мужчины.

– Отлично, девочки, а теперь разворачиваемся, разворачиваемся... и-и-и... пошли в обратную сторону! Пошли веером... Нет, не так! Вот так надо!

Показывает, как надо, командует, ведёт тренировку молодой парень Толя Козырев – симпатичный крепыш, мускулы накачанные, на плечах тату. Коляска слушается его могучих рук беспрекословно, выраж за выражом закладывает. Команда, игроки тоже внимательно слушают его указания, старательно выполняют.

Площадка вообще-то баскетбольная. Мяч волейбольный. Но это – регби. Регби на колясках – новая «фишка», новый проект Центра. Здесь давно мечтали создать свою команду, и вот она рождается, тренируется, сыгрывается на моих глазах.

Это было весной, а летом на выставке в Экспоцентре на Красной Пресне они играли... и КАК они играли! Какая бешеная страсть, азарт, воля к победе царили и властвовали на небольшой площадке выставочного павильона «Форум», где проходил Первый открытый кубок России по регби на колясках! Как они боролись за каждый мяч, как отчаянно рвались к победе!

...И победили.



ЛФК в бассейне

### СПРАВКА

«Преодоление» – единственный в России специализированный комфортабельный Центр для реабилитации пациентов старше 14 лет с патологией спинного мозга и ДЦП. Здесь работают высококвалифицированные врачи, кандидаты и доктора медицинских наук – неврологи, терапевты, врачи ЛФК, кардиологи, физиотерапевты, урологи, ортопеды, психотерапевты, массажисты, специально обученные медсёстры и медбратья. Для каждого пациента создаётся индивидуальная программа реабилитации.

В период пребывания в Центре ведётся круглосуточный врачебный контроль, а также круглосуточный, в том числе индивидуальный, медицинский уход

В распоряжении пациентов кроме прекрасных 1, 2, 3 и 4-местных палат – колясочная мастерская для ремонта и проката колясок; демонстрационный зал фирмы «Док» с реабилитационным оборудованием и средствами ухода за тяжелобольными; компьютерный класс; уникальная библиотека с возможностью в режиме on-line заказывать литературу, музыку и DVD-фильмы с доставкой в Центр...

Кроме того, на базе РЦ «Преодоление» работает Лечебно-реабилитационная поликлиника с дневным стационаром, которая оказывает медицинские услуги по таким направлениям, как все виды лабораторных анализов; функциональная диагностика и нейрофизиологические исследования; ультразвуковая диагностика.

Консультации проводят врачи – невролог, ортопед, терапевт, кардиолог, уролог, андролог, нейроуролог, гинеколог, остеопат, врач по лечебной физкультуре, психиатр, иглорефлексотерапевт, гирудотерапевт, диетолог, физиотерапевт, медицинский психолог, а также специалисты по уходу за тяжелобольными пациентами (после травмы позвоночника и инсульта) и специалисты по подбору технических средств реабилитации для пациентов, перенесших спинальную травму.





В Центре применяются самые современные инновационные методики и технологии реабилитации пациентов, в том числе:

- кинезотерапия индивидуальная;
- механотерапия в специализированных залах, оснащённых современным российским и зарубежным оборудованием; дозированная ортостатическая тренировка с использованием пассивных, пассивно-активных вертикализаторов;
- гидрокинезотерапия индивидуальная в бассейне с тёплой водой, оборудованном специальным подъёмником и средствами реабилитации; физиотерапия с использованием аппаратных и природных факторов (лазеротерапия, магнитотерапия, электрофорез и фонофорез с применением различных лекарственных препаратов, амплипульстерапия, электромиостимуляция, гальванизация, ударно-волновая и криотерапия, прессотерапия, УВЧ-терапия, аэрозольтерапия, импульсные токи низкой и средней частот;
- фототерапия, лазеротерапия, бальнеолечение (солярий, сауна, парафиново-озокеритовые аппликации), водные процедуры (ванны, подводный массаж), сухой бесконтактный гидромассаж, массаж классический, рефлексорный, точечный и т.д.

## С днём рождения!

...Этот вечер был особенным. К нему долго готовились, и вот он наступил – праздник, день рождения «Преодоления», на который собрались самые желанные, самые дорогие друзья, коллеги, партнёры, самые почётные гости.

Среди них – заместитель Мэра Москвы по вопросам социального развития Ольга Юрьевна Голодец, руководитель Департамента социальной защиты населения города Москвы Владимир Аршакович Петросян, глава Департамента здравоохранения Леонид Михайлович Печатников, депутат Государственной Думы РФ Владимир Иосифович Ресин, сенатор Зинаида Фёдоровна Драгункина, префект Северного административного округа Владимир Николаевич Силкин и другие.

И вот вечер начался. Очень тёплыми, душевными словами поздравила всех собравшихся с праздником заместитель Мэра Москвы Ольга Голодец. Отметив, кроме прочего, что за эти пять лет здесь, в «Преодолении», сложилась великолепная команда еди-

номышленников с великолепным руководителем – Любовью Петровной Кезиной. И подчеркнула, что день рождения «Преодоления» – это особенный день для особенных людей – сильных духом, твёрдых волей, доказавших свою способность победить и преодолеть самые трудные преграды.

И конечно, был замечательный концерт, в котором приняли участие Стас Пьеха и группа «Дюна», Илья Резник и Андрей Малахов, Дмитрий Даниленко и Светлана Лазарева и другие звёзды. А кроме профессионалов в концерте выступила хоровая студия «Преодоления», ещё раз доказав, что талантливых людей не могут сломить никакие трудности, что болезни преходящи, а музыка – вечна!

...Еще раз с праздником, «Преодоление»! С днем рождения и долгих лет жизни!

*Ольга Мозговая*

*Фото Сергея Корицунова*

**Реабилитационный центр  
для инвалидов  
«Преодоление»  
тел. +7 (495) 612-00-43  
[www.preo.ru](http://www.preo.ru)**



*Лилиана Фёдорова*



Столовая. Здесь чисто и уютно

# ОСОБАЯ ШКОЛА

Школа обучения навыкам общего ухода за пожилыми людьми и инвалидами



**Н**а базе отделения социальной реабилитации инвалидов ЦСО «Капотня» по инициативе начальника Управления социальной защиты населения Юго-Восточного административного округа города Москвы Юрия Викторовича Порхунова открыта «Школа обучения навыкам ухода за пожилыми людьми и инвалидами».

Основной задачей школы является обучение родственников и других лиц, осуществляющих уход за инвалидами на дому, методам контроля над изменениями состояния здоровья инвалида, профилактики осложнений, а также оказание психологической помощи, в том числе предотвращение или коррекция всевозможных дезадаптивных состояний, возникающих у родственников инвалидов.

Специалисты ЦСО консультируют и обучают на практике, как, с помощью чего и когда правильно осуществлять ежедневные гигиенические процедуры, оказывают помощь в подборе индивидуального метода профилактики образования пролежней, акцентируют внимание на нюансах и помогают избежать многих, на первый взгляд невидимых ошибок в уходе.

Не забыты и принципы общего ухода и правильного позиционирования. В школе проходят обучение методам дезинфекции, навыкам медицинских манипуляций. Немаловажное значение имеет обучение пациента самообслуживанию и самоконтролю, использованию технических средств реабилитации.

Школа помогает высвободить свободное время родственников за счёт оптимизации процесса ухода, снизить потребность тяжелобольных и инвалидов в услугах стационарных учреждений здравоохранения.

«А самое главное – позволяет максимально длительное нахождение инвалида или пожилого человека в семье», – комментирует работу своих сотрудников в рамках «Школы ухода» директор Центра Валентина Владимировна Воеводина.

Профессиональный уход – это сложный и ответственный процесс, который требует знаний и отработанных навыков. Искусство ухода заключается в том, чтобы ухаживать не за пациентом с каким-либо заболеванием, а за человеком, обладающим индивидуальными особенностями, характером, привычками, желаниями. Важность применения родственниками полученных знаний



заключается ещё и в том, что больные, как показывает практика, всё больше стараются выполнять те или иные действия самостоятельно.

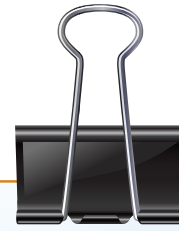
На занятиях происходит информирование и консультирование родственников, осуществляющих уход, по вопросам реабилитации, видов и форм социальной помощи, оказываются психологические и юридические консультации.

Посещение занятий школы психологически поддерживает ухаживающих, позволяет обмениваться опытом, узнавать много нового о правильном уходе в домашних условиях, в том числе и как сохранить силы и здоровье самих ухаживающих: «Нам, родителям, приходится постоянно перемещать детей с инвалидностью. Очень важно уметь соответствующим образом поднимать больного, равномерно распределяя мышечную нагрузку, чему нас также учат в «Школе ухода», – делятся своими впечатлениями от занятий в школе обучающиеся.

Все эти навыки помогают созданию благоприятной психологической атмосферы в семье, обеспечивающей снятие последствий психотравмирующих ситуаций, нервно-психической напряжённости.

*Ольга Мозговая*

*Фото предоставлены ЦСО «Капотня»*



## ГБУ ЦСО «Капотня»

**Телефон: +7 (495) 355-55-51**

**Адрес:  
109429, г. Москва, Капотня,  
1-й квартал, д. 14**

**Адрес электронной почты:  
gucsokapotnya@mail.ru**



# ОБРАЗОВАНИЕ ДЛЯ ВСЕХ



Московский государственный технический университет им. Н.Э. Баумана (МГТУ) – единственный в мире, который в системе непрерывного многоуровневого профессионального образования успешно реализует и эффективно развивает специальные программы инженерного образования глухих и слабослышащих граждан. Традиция их обучения начата в 1934 году. Реализацию специальных образовательных программ осуществляет факультет Головной учебно-исследовательский и методический центр профессиональной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья – инвалидов по слуху (ГУИМЦ).

Генеральная стратегия университета в отношении студентов с ограниченными возможностями здоровья по слуху включает:

- подготовку высококлассных, конкурентоспособных специалистов, востребованных на рынке интеллектуального труда, экономически независимых профессионалов с развитыми лидерскими качествами, которые смогут внести свой вклад в развитие России. Эта стратегия оправдала себя в главном – практически 100%-ное трудоустройство выпускников-специалистов из числа инвалидов, их стабильная занятость и профессиональная мобильность на рынке труда;

- доступность всех уровней высшего образования: бакалавриат, магистратура, специалитет;

- интеграцию изолированных групп первого года обучения через совместные лекционные занятия на 2-м и 3-м годах обучения (базовое высшее образование) в общие группы на этапах бакалавриата, магистратуры, специалитета.

Содержание обучения студентов ГУИМЦ нацелено на качественную профессиональную подготовку по государственным образовательным стандартам, освоение специальных социальных технологий, реализованное в дружественной профессиональной среде университета по индивидуальной образова-

тельной траектории с обязательным реабилитационным сопровождением для каждого студента, с использованием последних достижений науки, высоких технологий, технологий здоровьесбережения, инновационных педагогических методик.

В МГТУ им. Н. Э. Баумана абитуриенты ГУИМЦ поступают на обучение по программам бакалавриата. Студенты имеют возможность продолжить образование по программам магистра или инженера-специ-

алиста. Зачисление в университет студентов ГУИМЦ осуществляется по результатам конкурсных вступительных испытаний, без распределения по направлениям подготовки. Распределение студентов по направлениям подготовки производится по окончании 1-го курса, на конкурсной основе, с учётом результатов профориентации, профдиагностики, глубокого маркетинга рынка интеллектуального труда.

## Направления подготовки:

- Информатика и вычислительная техника (ИУ5) – бакалавр, магистр;
- Информационная безопасность (ИУ8) – специалист, магистр;
- Автоматизация технологических процессов и производств (РК9) – бакалавр, магистр
- Материаловедение и технологии материалов (МТ8) – бакалавр, магистр;
- Стандартизация и метрология (МТ4) – бакалавр, магистр.

**Абитуриенты – инвалиды по слуху могут участвовать в конкурсе 2012 г. с результатами ЕГЭ, а в случае отсутствия у них свидетельства о результатах ЕГЭ – сдавать вступительные экзамены, установленные МГТУ им. Н. Э. Баумана, по физике, математике, русскому языку. Вступительные экзамены проводятся в два потока: с 3 июля по 21 июля 2012 года, в письменной форме, в соответствии с утвержденным расписанием. Перед вступительными экзаменами, с 1 июля 2012 года, проводятся краткосрочные подготовительные курсы.**

Приём документов от граждан, поступающих по результатам вступительных экзаменов, проводимых МГТУ им. Н.Э. Баумана, осуществляется с 20 июня по 10 июля 2012 года, для поступающих только по результатам ЕГЭ – с 20 июня по 25 июля 2012 года. На время сдачи вступительных экзаменов иногородним предоставляется общежитие.



# СТАРТ НА СЕВЕР



**Четвёртый год подряд Клуб «Приключение», детский образовательно-оздоровительный центр «Команда» и ГБОУ ЦДОД «Лаборатория Путешествий» проводят соревнования на Кубок Мэра Москвы по лыжному туризму среди учащихся специальных (коррекционных) школ.**

**Д**ва дня участники сражались за призовые места. В первый день прошла занимательная викторина. Во второй состоялось основное событие соревнований – лыжный забег на длинные и короткие дистанции. К нему ребята готовились особенно тщательно и, естественно, волновались. Поддержать участников из Москвы в Истру приехали друзья и родители.

И вот долгожданный старт! Трасса пролегла через лес, где участников поджидали различные препятствия: движение по азимуту, подъёмы и завалы. Юные спортсмены должны были не только показать своё мастерство в забеге, но и грамотно выполнить транспортировку пострадавшего. За всеми действиями команд внимательно следили строгие, но справедливые судьи.

Своими впечатлениями о покорении истринского леса поделилась Настя Митина, ученица 442-й коррекционной школы:



*Нарисуй свою матрёшку*

– Трасса была очень сложная. Многим было тяжело преодолевать препятствия, но я не сдавалась. Мне здесь очень понравилось, надеюсь приехать сюда в следующий раз.

Всего в соревновании приняли участия 28 команд, курировали команды ученики школы вожатых при ГГУ им. Шолохова. Виктория Макущенко – одна из них.

– Нас пригласили на Кубок Мэра Москвы в качестве кураторов. Я куратор команды школы № 442. В мои обязанности входит организация досуга ребят, я должна следить, чтобы моя команда чётко следовала расписанию, чтобы в перерывах ребята не скучали.

Это хорошая практика для меня как для вожатой. Мне очень нравится работа с детьми, да и с людьми в общем, поэтому я и выбрала такую профессию.

По окончании забега все ребята вместе с кураторами и студентами-волонтерами отправились на весёлую ярмарку.

Для гостей и участников работала полевая кухня. Все хотели пообщаться с Дмитрием Игоревичем

и Матвеем Дмитриевичем Шпаро, руководителями Клуба «Приключение», всемирно известными путешественниками, чьи имена занесены в лондонскую Книгу рекордов Гиннесса за пересечение в 1998 году на лыжах Берингова пролива. Тогда героев поздравили Президенты России и США Борис Ельцин и Билл Клинтон. В 1970 году Дмитрий Игоревич руководил полярной экспедицией «Комсомольской правды», на её базе в 1989-м создал Клуб «Приключение». Вместе со своими единомышленниками он совершил первую в мире экспедицию к Северному полюсу. Клуб «Приключение» имеет статус Благотворительного оздоровительного фонда. Дмитрий Шпаро – Председатель Правления и директор клуба.

С 1991 года Клуб «Приключение» занимается спортивной реабилитацией инвалидов, организывает и проводит уникальные марафоны, участники которых передвигаются в инвалидных колясках.

В 1995 году Клуб «Приключение» осуществил международное восхождение на кавказскую вершину



*Виктория Макущенко и ученики коррекционной школы №442*



Казбек (5047 м, Грузия). В составе экспедиции были участники, прикованные к инвалидным коляскам, из Армении, Азербайджана, Грузии, Норвегии и России.

Дмитрий Шпаро – организатор многих экспедиций и программ. Среди них российская лыжная экспедиция через Гренландию (2000 г.), в которой принял участие спортсмен, использующий в обычной жизни инвалидную коляску; восхождение команды здоровых и инвалидов на высшую точку Северной Америки пик Мак-Кинли (6194 м, Аляска, 2002 г.). Не так давно, в 2008 году, при непосредственном участии Дмитрия Шпаро состоялись две успешные экспедиции к Северному полюсу. Впервые в мире команда лыжников достигла вершины планеты полярной ночью (путешествие М.Шпаро и Б.Смолина), и впервые на Северный полюс пришла команда российских юношей и девушек в возрасте 16–18 лет.

Проводить соревнования в Центре «Команда» уже стало традицией для руководителей и членов Клуба «Приключение».

– Я очень рад, что в этом году нам удалось привлечь большое количество родителей и детей в качестве болельщиков, – рассказывает Матвей Шпаро. – Очень приятно, что все остались довольны, всем было весело. В мероприятии принимали участие около 80 сотруд-

ников – это и кураторы, и учителя, и ребята из «Лаборатории Путешествий». Мы с Дмитрием Игоревичем Шпаро – профессиональные путешественники, прошли на лыжах не один километр, а когда ты



чем-то увлечён, профессионально овладел каким-то направлением деятельности, хочется поделиться своим умением с другими. Что мы с удовольствием и делаем в нашем клубе. Придумываем много проектов, которые имеют социальное значение и интересны детям. Для нас нет проблем поехать в горы или еще куда-то, важно наполнить эти поездки чем-то полезным, содержательным.





Пока ребята развлекались, судьи подводили итоги.

В состав судейской коллегии вошли: главный судья Иван Дубов, руководители Клуба «Приключение» Дмитрий Игоревич и Матвей Дмитриевич Шпаро, директор детского Центра «Команда» Вячеслав Вячеславович Глинчиков, начальник отдела по адаптивной физической культуре и адаптивным видам спорта Мосгорспорта Ольга Викторовна Джуманчук, консультант Управления социализации дополнительного образования Департамента образования города Москвы Виктория Евгеньевна Ковлякова и учащиеся специальной коррекционной школы № 22 – победители соревнований прошлых лет и участники молодежной экспедиции «На лыжах – к Северному полюсу!» Арина Лёгкая и Владимир Дзигунов.

Награждение прошло по девяти номинациям. В этот раз самой сильной командой оказалась команда школы-интерната № 52, именно они увезли с собой кубок Мэра Москвы.



В конце мероприятия судьи отобрали восьмерых человек, из которых четверо лучших отправятся в путешествие к Северному полюсу.

В этих соревнованиях не было проигравших. И не только потому, что никто не остался без подарка, но и потому, что ребята испытали себя и приобрели массу новых друзей.



*Екатерина Якель*

*Фото автора*



# В НАДЁЖНЫХ ЖЕНСКИХ РУКАХ



Победители в номинациях  
городского конкурса  
«ЖЕНЩИНА – ДИРЕКТОР ГОДА»

**В** Зале церковных соборов Храма Христа Спасителя состоялась торжественная церемония награждения победителей ежегодного городского конкурса «ЖЕНЩИНА – ДИРЕКТОР ГОДА». Он стал уже традиционным – и это не просто конкурс среди профессионалов, а состязание самых ярких, самых творческих, талантливых женщин-лидеров, которые стали руководителями. Конкурс лишний раз доказывает, что современной женщине под силу лидирующие позиции в любой отрасли.



Представляем победителя конкурса «ЖЕНЩИНА – ДИРЕКТОР ГОДА» в номинации «Социальная защита населения». Руководитель Управления социальной защиты населения Зеленоградского административного округа – ЛЮДМИЛА ВАСИЛЬЕВНА САФОНОВА. За её креативность и профессионализм зеленоградцы называют Людмилу Васильевну руководителем новой формации.

Людмила Васильевна возглавила Управление социальной защиты населения Зеленоградского АО в 2007 году. За годы работы, основанной на научном анализе и постоянном мониторинге работы

подведомственных учреждений, сумела внести актуальные изменения в организацию системы социальной защиты округа. При её содействии, в Зеленоградском АО ежегодно открываются новые учреждения социальной защиты населения. В 2008 году был открыт Реабилитационный центр для инвалидов с использованием методов физической культуры и спорта, в 2009 году - Управление социальной защиты населения Панфиловского района, в 2010-м – ГБУ ЦСО «Солнечный». В 2011 году открыты новые отделения социальной реабилитации для детей-инвалидов в ГБУ



*На занятии в отделении социальной реабилитации для детей-инвалидов в ГБУ ЦСО «Ковчег»*



*Людмила Сафонова с молодыми специалистами сферы социальной защиты населения Зеленоградского АО*



Отделение социальной реабилитации для детей-инвалидов  
в ГБУ Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Крюково»

Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Крюково» и ГБУ ЦСО «Ковчег», новое отделение социальной реабилитации для взрослых инвалидов в ГБУ ЦСО «Зеленоградский». В ГБУ ЦСО «Солнечный» открылось новое отделение социального патронажа для граждан старшего поколения. Во всех центрах социального обслуживания открыты секторы Мобильной социальной службы.

Людмила Васильевна внедряет новый подход к организации благотворительных мероприятий в округе. По её инициативе прошёл первый аукцион творческих работ людей с ограниченными возможностями здоровья, заключены соглашения с предпринимательскими структурами округа об оказании благотворительной помощи малоимущим гражданам. Одно из приоритетных направлений в деятельности Управления социальной



защиты населения ЗелАО – социальная реабилитация людей с ограниченными возможностями здоровья. В округе организованы фестивали творчества инвалидов, как для детей, так и для людей старшего возраста, поддержку по-

лучают многие общественные организации инвалидов – «Человек на коляске», «Единство непохожих» и другие.

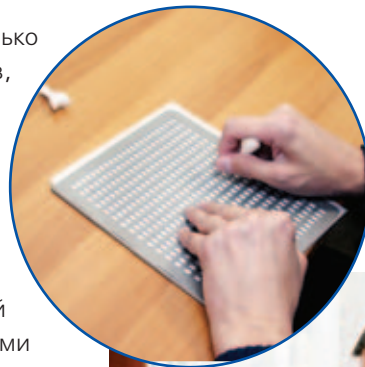
Большое внимание Людмила Сафонова уделяет работе с молодёжью. Когда она возглавила Управ-



Реабилитационный центр для инвалидов с использованием методов физкультуры и спорта УСЗН Зеленоградского административного округа города Москвы

ление, в нём работало только 2% молодых специалистов, сегодня их 20%. «Для нас очень важно не просто омолаживать кадры, – говорит Людмила Васильевна, – необходимо осуществлять преемственность поколений, чтобы весь многолетний опыт, накопленный ветеранами социальной службы, перенимался молодыми специалистами. Поэтому мы стараемся брать молодёжь на все наиболее важные мероприятия. В 2008 году в нашем Управлении был создан Молодёжный совет. В работе с молодёжью нам очень помогает Департамент социальной защиты населения города Москвы, его руководитель Владимир Аршакович Петросян. Участвует наша молодёжь и в профессиональных конкурсах, и в спортивных праздниках. Наиболее способных, как например заместитель директора ГБУ ЦСО «Ковчег», назначаю на руководящие должности. Конечно же, молодые специалисты должны иметь достойную зарплату и перспективу карьерного роста».

**Артём Полинин**  
Фото автора



*Новое отделение социальной реабилитации для взрослых инвалидов открылось в 2011 году в ГБУ ЦСО «Зеленоградский». Здесь восстанавливают и поддерживают здоровье люди с самыми разными заболеваниями, но приоритет в работе отделения – реабилитация незрячих и слабовидящих*



### БИОГРАФИЯ – ГЕОГРАФИЯ

Людмила Сафонова родом из Тамбова, родной город покинула в 17 лет, выйдя замуж за военного. Что значит быть женой военного человека, объяснять не надо. Юность Людмила Сафонова провела на Дальнем Востоке, сначала в Благовещенске, потом на Чукотке в посёлке Анадырь, а затем в Средней Азии. Родила и воспитывала дочь. Куда бы ни забросила её судьба, всегда занимала активную жизненную позицию. Возглавляла женсовет военной части, была депутатом муниципального собрания, в 28 лет была назначена главой управы одного из районов в Приморье и с тех пор постоянно на руководящей работе.

Сегодня, у Людмилы Сафоновой очень большой объём работы, в её надёжных руках – вся система социальной защиты населения округа – везде надо успеть, на всё должно хватить сил. Как ей это удаётся? «Чтобы справляться со всеми делами, социальный работник должен постоянно быть в хорошей физической форме – убеждена Людмила Васильевна. – Поэтому, зимой – прогулки на лыжах, а летом – пешком, регулярные занятия в бассейне для меня, обязательные элементы жизненного распорядка».

# МАМА И Я



В ГБУ ЦСО «Ковчег» (Зеленоград) открылся новый клуб для молодых мам – «МАМА И Я». Наш корреспондент побывал в этом клубе для слинг-мам.

Просторная площадка, на полу – мягкие ковры, в зале тепло и уютно, а главное, все занимаются своими делами, и никто друг другу не мешает. Психолог Центра социального обслуживания проводит беседу с молодыми мамами, те её внимательно слушают. Детишки играют, благо игрушек и средств для занятий физкультурой предостаточно. У здешних малышей есть одно развлечение, которое, пожалуй, пока не встретишь в других клубах – это позирование фотографу, игра в фотомодель. По залу ходят симпатичные девушки с профессиональной фотоаппаратурой и ловят момент – это ученицы фотешколы «Объективно о главном». Жителям Зеленограда, желающим обучиться профессиональной фотосъёмке и не имеющим времени ездить в Москву, фотешкола охотно предложит свои услуги. Малыши же просто в восторге от возможности попозировать перед объективом, не прерывая своих обычных игр.

«Зимой с общением проблематично, на детской площадке детей практически нет. А здесь мой ребёнок общается с другими детиш-



ками, учиться взаимодействовать, играет, – говорит одна из мам – Марина Ушакова. – И мамы находят здесь для себя полезное общение, вместо того чтобы сидеть одной дома. В клубе мы обсуждаем различные интересные темы: новинки для молодых мам, средства лечения детских болезней, делимся опытом воспитания. Сегодня, например, психолог, которого специально пригласили для нашего клуба, рассказывал о том, с какими проблемами и в каком возрасте приходится сталкиваться молодым мамам. А поскольку мой малыш – первенец, то для меня это вдвойне интересно».

В 2012 году в ЦСО запущено новое направление работы. Открыто отделение психологов, которое возглавляет Екатерина Ивановна Лобанова. Специалисты отделения проводят занятия и тренинги с теми, кто обслуживается на дому.



Психологи занимаются с инвалидами, детьми, страдающими аутизмом, людьми старшего поколения, сотрудниками Центра. Для жителей Селинского района открытое в ЦСО отделение – это психологическая

помощь в шаговой доступности. Работают специалисты отделения и с молодыми мамами, которые забрасывают их вопросами на встрече в клубе «Мама и Я».

«Сегодня вроде бы журналов и книг для молодых мам достаточно, – говорит Екатерина Лобанова. – Но на деле многие взрослые не знают простых вещей о своих детях. Например, что такое комплекс оживления трёхмесячного ребёнка, что такое гуление, лопотание и многое другое, не знают и не используют в своей практике».

Очередная встреча участников клуба «Мама и Я» стала приятным сюрпризом для директора ГБУ ЦСО «Ковчег» Татьяны Вениаминовны Шинкарёвой. Свою карьеру Татьяна Шинкарёва начала учителем начальных классов. И вот здесь, в клубе «Мама и Я», она встретила свою ученицу Яну Кулигину с дочерью Машенькой. Для Яны «Ковчег», можно сказать, родной дом. С 14 лет она работала здесь помощником социального работника. Поступила в академию и с отличием её закончила. Родила дочь. Когда Маша подрастёт, Яна планирует вернуться в дружную семью социальных работников.



*Александр Неверов*

*Фото автора*

# К лучшему качеству жизни

**Стало хорошей традицией в Управлении социальной защиты населения СЗАО города Москвы устраивать разнообразные праздники и торжественные мероприятия для своих подопечных – ветеранов, инвалидов, воспитанников домов-интернатов и социально-реабилитационных центров для несовершеннолетних, малообеспеченных категорий граждан.**

**А** «подопечных» в Северо-Западном округе много. На сегодняшний день их опекают 9 районных управлений социальной защиты населения, 8 центров социального обслуживания. В ведении Управления социальной защиты СЗАО Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Хорошёво-Мнёвники», Пансионат для ветеранов труда №9, Дом-интернат для детей-инвалидов №21 в Щукино, Центр социальной адаптации для лиц без определённого места жительства «Покровское-Стрешнево», комплекс социальных жилых домов «Митино». Круг проблем и забот обширный. Большинство таких социально-культурных мероприятий направлено на укрепление, социальную адаптацию и просвещение ветеранов, пенсионеров, людей с ограничениями жизнедеятельности. В последние годы в сети учреждений соцзащиты СЗАО города Москвы, как я узнала от Виктории Викторовны Логвиновой, начальника Управления социальной защиты населения СЗАО города Москвы, действуют и появляются новые направления работы, совершенствуются традиционные, зарекомендовавшие себя программы.



*Начальник Управления социальной защиты населения Северо-Западного административного округа города Москвы Виктория Логвинова*



## ВСЁ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ

Выйдя на пенсию, человек многое теряет. Малоподвижный образ жизни и минимум общения, социальная невостребованность, снижение статуса – вот нерадостный список новых «приобретений», которые кого угодно могут ввести в депрессию. Чтобы и после выхода на пенсию москвичи жили достойно, реализуются многочисленные программы по социокультурной реабилитации и адаптации пенсионеров. В рамках комплекса мер «Лучшая половина жизни» проводятся занятия «скандинавской ходьбой», «фитнес-танцами» и другими видами физической культуры. Уже 5 лет в столице, в том числе в Северо-Западном административном округе, действует программа «Университеты третьего возраста». Методами арт-терапии студентам в возрасте помогают развивать их таланты, знакомят с различными видами искусств, зарождают в них желание получать новые знания. В обязательную программу обучения входят курсы компьютерной грамотности. Всего в Северо-Западном округе Москвы в центрах социального обслуживания функционируют 62 клуба и кружка.

По словам Виктории Логвиновой, в центрах социального обслуживания пенсионеры и инвалиды получают весь спектр необходимых социальных услуг: социальное и социально-медицинское обслуживание на дому; социальный патронаж (обслуживание лежачих инвалидов). В округе работают 15 отделений дневного пребывания для граждан пожилого возраста и инвалидов. Работает 8 отделений срочного социального обслуживания, сотрудники которых доставят необходимые продукты и вещи, пригласят психолога и юриста. Такую помощь в 2011 году получили более 52 200 малообеспеченных жителей округа.



## МОБИЛЬНОСТЬ – ЭТО СОВРЕМЕННО!

2011 год на северо-западе столицы начался с открытия нового Центра социального обслуживания в районе Куркино. Это очень важное событие, так как ранее в этом отдалённом районе не было ни одного объекта соцзащиты, ветеранам и инвалидам приходилось ездить в другие округа. Жаловались и многодетные матери, и малообеспеченные граждане, которым приходилось добираться до соседнего Северного округа, в район Войковский, чтобы оформлять льготы и пособия на детей. Теперь более 8000 человек имеют возможность в шаговой доступности получать социальную помощь. «Именно такие события дают позитивный эмоциональный заряд для

*Широкая Масленица в Пансионате для ветеранов труда № 9*





*В секторе социальной реабилитации детей-инвалидов и детей с ограничениями жизнедеятельности СРЦ для несовершеннолетних «Хорошёво-Мнёвники»*

дальнейшей работы!» – с удовлетворением отмечает Виктория Логвинова.

«Последнее время Управлением социальной защиты населения СЗАО города Москвы уделяется большое внимание именно адресной социальной помощи, – продолжает Виктория Викторовна. – В 2011 году открылись три отделения Мобильной социальной службы на базе центров социального обслуживания «Строгино», «Северное Тушино», «Хорошёво-Мнёвники». Мобильная служба отличается тем, что может оказывать разовую помощь всем категориям населения Северо-Западного административного округа, любому, кто неожиданно попал в сложную жизненную ситуацию. Например, необходимо сопровождать пенсионера в поликлинику. Или многодетной матери надо срочно помочь присмотреть за ребёнком. К ним приходит социальный работник или социальный педагог. Кроме того, сотрудники мобильных служб оказывают социальную помощь и жителям других районов – они поделили между собой территорию и благодаря этому охватывают всю Москву».

### ВETERАНЫ И ПРЕЕМСТВЕННОСТЬ ПОКОЛЕНИЙ

Управление социальной защиты населения Северо-Запада проводит работу по совершенствованию и повышению качества реализуемых программ в сфере соцзащиты населения. В первую очередь это касается проектов по улучшению качества жизни ветеранов. Прошедший год был особенно значимым для них – праздновалось 70-летие битвы под Москвой. Мы постарались сделать этот юбилей соответствующим его значению. В выставочном зале «Ходынка» прошла ежегодная выставка авторских работ ветеранов «Победные краски весны», состоялся фестиваль военно-патриотической песни «Благодарим защитников Москвы».

«У нас сейчас наступают «юбилейные» даты, – замечает Виктория Логвинова. – В этом году один за другим пойдут 70 лет Курской битвы, потом 70 лет прорыва Ленинградской блокады... И мы должны эти даты встретить достойно. Это

важно и для наших ветеранов, и для всего российского народа. Нашей молодёжи нельзя забывать своё великое прошлое. Смысл фестиваля – не просто вспомнить песни прошлых лет, а сделать так, чтобы молодёжь, исполняя песни вместе с ветеранами, прочувствовала те великие годы, мечты и надежды людей того времени. Ведь их бабушки и дедушки тоже любили, тоже пели песни, тоже ходили на танцы... Так сохраняется преемственность поколений.

На фестивале всё было грандиозно, трогательно и очень патриотично, – вспоминает Логвинова. – Многие не любят это слово – «патриотизм». Но мне кажется, что в наше время очень важно помнить и передавать следующим поколениям самые главные события дней прошедших. Это наша история. Когда мы открыли фестиваль, мы поняли, что это то, что нужно и ветеранам, которые вспоминают свою молодость, и нашим детям, которые именно через такие совместные праздники приобщаются к нашей общей истории, испытывают гордость за своих бабушек и деду-

шек. Так мы поднимаем целый пласт культурного наследия».

## РАБОТА С ИНВАЛИДАМИ

Одно из важнейших направлений социальной работы СЗАО города Москвы – работа с маломобильными группами населения. В настоящее время в Северо-Западном округе проживает 91 414 инвалидов (11% от общего числа жителей СЗАО). В шести ЦСО округа функционируют отделения социальной реабилитации инвалидов, а в ЦСО «Покровское-Стрешнево» и в СРЦ для несовершеннолетних «Хорошёво-Мнёвники» проходят реабилитацию дети-инвалиды.

Особое внимание уделяется социальному обслуживанию и реабилитации инвалидов. Но основная цель Правительства Москвы и Департамента социальной защиты населения города – интеграция инвалидов в современное общество, повышение их социальной активности и привлечение внимания общественности к проблемам инвалидов. В связи с этим окружным управлением ежегодно, начиная с 2009 года, проводится Открытый фестиваль достижений людей с ограничениями жизнедеятельности – «Победа жизни». Во время конкурсного отбора и проведения самого фестиваля среди молодых инвалидов выявляются таланты в раз-

ных областях (образование, спорт, культура, трудовая и общественная деятельность). Кроме того, именно на фестивалях происходят распространение личного опыта активного образа жизни среди инвалидов и пропаганда методов социокультурной реабилитации и арт-терапии.

Создание доступной среды жизнедеятельности для инвалидов – ещё одна из важнейших задач социальной политики города Москвы. В течение 2011 года в округе было обустроено 57 подъездов жилых домов (поручни, пандусы), проведены ремонтные работы по приспособлению жилых помещений в квартирах 49 инвалидов. Инвалидам в личное пользование были выданы технические средства реабилитации: только в 2011 году – более 900 000 единиц. Кроме того, в СЗАО работают пункты проката технических средств на базе ГБУ ЦСО «Митино».

## НОВЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ, НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ

За последний год появились и новые проекты, способствующие улучшению качества жизни ветеранов и инвалидов. Например, на базе 5 кафе и ресторанов было организовано дополнительное ежемесячное бесплатное питание для 200 одиноких и одиноко проживающих ветеранов войны. Одно дело, когда люди приходят в отделение дневного пре-

бывания, и совсем другое, когда посещают ресторан. Это для них уже не просто дополнительное питание, а праздник, большое событие. Женщины, как правило, делают макияж, приходят в шляпках, на каблучках... Мужчины тоже наряжаются. Все в приподнятом настроении. Именно на таких обедах складываются кружки по интересам, которые перерастают в более тесные связи: новые друзья начинают вместе ходить в кино, театр, чаще общаться... То есть это уже наша моральная поддержка и помощь пенсионерам. Их жизнь становится активнее, шире.

Ещё одно новое направление – это совместный проект с Московским Домом ветеранов по предоставлению услуги «Тревожная кнопка». Все ветераны войны – это люди преклонного возраста. Многие из них имеют проблемы со здоровьем, поэтому было принято решение снабдить таких людей специальным устройством, с которого после нажатия кнопки идёт сигнал на телефонный номер диспетчерской. Причём на компьютере диспетчерской высвечивается, кто звонит, откуда (адрес) и контактные телефоны, по которым можно связаться с родственниками. В 2011 году ветеранам войны округа было выдано уже около 1500 «тревожных кнопок».

Важное ноу-хау Северо-Западного округа – открытие в ГБУ ЦСО «Куркино» терапевтической гала-камеры «Соляная пещера», которая помогает жителям района поднять иммунитет и просто расслабиться и отдохнуть. По словам Виктории Викторовны, в скором будущем подобные «гала-камеры» должны появиться во всех центрах округа.

Социальные работники – люди неутомимые в своём стремлении помочь нуждающимся, облегчить жизнь ветеранам. Они постоянно расширяют сферу своего внимания. Я не удивлюсь, если пока готовится к печати эта публикация, появятся ещё какие-нибудь нужные ветеранам новшества.

*Светлана Гребеникова*

*Фото автора*





# Для милых дам

При поддержке Департамента социальной защиты населения города Москвы в Доме общественных организаций для ветеранов труда был организован праздничный вечер, посвящённый Международному женскому дню.

На праздник собралось более 150 ветеранов труда, в основном бывшие социальные работники. Главной в их работе была забота о людях. А теперь они заслужили, чтобы позаботились о них. Эту миссию взяли на себя Региональная общественная организация ветеранов государственных органов и учреждений социальной защиты города Москвы, Региональная общественная организация государственного и муниципального управления отделения «Запад» совместно с Советом молодых специалистов Департамента социальной защиты населения города Москвы. Нынешний вечер – не единственное торжественное мероприятие. Для ветеранов устраиваются вечера встреч, праздничные концерты, экскурсии.

– Совет молодых специалистов принимает активное участие в организации отдыха наших старших товарищей. В настоящее время мы провели уже два мероприятия с Советом ветеранов государственных органов и учреждений социальной защиты, – рассказывает главный специалист Департамента социальной защиты населения го-



Председатель правления РОО ветеранов государственных органов и учреждений социальной защиты города Москвы Нина Абрамова и заместитель руководителя Департамента социальной защиты населения города Москвы Сергей Логунов

рода Москвы Сергей Трафимлюк. – Первое совместное торжественное мероприятие, которое прошло очень успешно, было посвящено годовщине обороны Москвы в годы Великой Отечественной войны. Сегодня в праздничном вечере в честь 8 Марта активно принимают участие около 20 молодых специалистов.

Поздравить милых дам приехал заместитель руководителя Департамента социальной защиты населения города Москвы Сергей Михайлович Логунов.

– Ни одной датой мы так не гордимся, как Международным женским днём. Весна – то время года, которое олицетворяет вашу красоту, вашу любовь и всю вашу доброту,



Театр моды «Элина»



которую вы дарите своим подопечным.

После ряда самых тёплых и сердечных приветствий в адрес собравшихся начался праздничный концерт, в котором приняли участие социальные работники из пансионатов для ветеранов труда № 6, 31, Психоневрологического интерната № 26, а также центров социального обслуживания «Дорогомиловский» и «Филёвский парк».

– У нас много талантливых сотрудников, которые в основном работают в стационарных учреждениях. Эти люди участвуют в конкурсах, смотрах, выступали в концертном зале Крокус Сити Холл, – рассказывает член правления РОО ветеранов государственных органов и учреждений социальной защиты города Москвы Татьяна Константиновна Зубарева. – Многие из выступавших сегодня сотрудников – победители этих конкурсов.



В первой части концерта социальные работники радовали зрителей романсами и песнями о любви, национальными танцами и виртуозной игрой на гитаре и скрипке. Собравшиеся очень тепло встречали каждый коллектив.

Вторая часть концерта оказалась сюрпризом для всех присутствующих. Продемонстриро-

вать коллекцию одежды приехал театр моды «Элина» с обширной программой под названием «Рукотворное чудо России». Каждое новое изделие, которое демонстрировали модели, вызывало неподдельный восторг публики. Все вещи, что особенно ценно, сделаны вручную. Начался показ с лёгких накидок, а закончился шикарными вечерними платьями. Зрители выражали своё восхищение модельеру, которому удалось соединить исконно русские узоры с модными тенденциями. После показа каждый желающий мог приобрести палантин, накидку или шарфик либо же сделать индивидуальный заказ модельеру.

Этот вечер никого не оставил равнодушным, потому что тепла, радушия, доброты и сердечности никогда не бывает слишком много.

*Анна Веритасова*  
Фото автора



# Весна!

## И хочется танцевать!

2012 год ознаменован несколькими важными историческими датами, которые будет отмечать вся Россия. И в первую очередь, это 200-летие Бородинской битвы. Отправиться на два века назад, чтобы узнать немного из предыстории Бородина и предпосылках Отечественной войны 1812 года, предложили организаторы Гусарских балов в Социально-реабилитационном центре для несовершеннолетних «Красносельский».

### СВЕЛСКОЕ

#### ОБЩЕНИЕ

Наша страна богата огромным танцевальным наследием. Начиная со времен Петра Великого, Россия стала бальным центром Европы. С молодых ногтей и мальчиков, и девочек обучали танцу, который становился не просто умением двигаться красиво, не просто частью «базового» дворянского образования, а особым языком общения на светских вечерах. Наука бального общения требовала долгих лет обучения и на всю жизнь входила в жизнь человека.

Нередкие в нашем историческом прошлом Гусарские балы – наиболее интересное явление, развившееся вместе с общественной и культурной жизнью России. Но кто такие гусары... Нет, вовсе не олицетворение современных анекдотов о поручике Ржевском. В XIX веке гусарами становились знатные, высокообразованные молодые люди дворянского происхождения. Они увлекались музыкой, литературой, хорошо танцевали, а их изящным манерам можно было позавидовать. В общем, гусары были не просто любимцами публики, а, можно сказать, эталоном воспитанности и вкуса.



## ГУСАРЫ

### В РОССИИ

В России о гусарах как о войске иноземного строя упоминается в 1634 году. В дневнике шотландца Гордона, принятого Петром I на русскую службу, говорится о трёх ротах гусар, участвовавших в Кожуховском походе 1694 года. Ранние русские гусары были сословной тяжелой конницей, которая набиралась из привилегированного дворянства. В 1707 году Пётр I поручил набрать в Южной России из валахов, сербов и молдаван 300 человек «добрых и искусных людей» и назвал их Валашские хоронгии (хоругви). Это были первые лёгкие гусары в России.

Гусарские полки принимали участие в сражениях во время Турецкой войны. А в период Отечественной войны 1812 года гусары находились в составе Седьмого корпуса генерала Раевского, прикрывали отступление нашей армии и рубились в арьергардных схватках с французскими кавалеристами под Романовкой, Новосейкой, Салтановкой, Дашковым. В памятный день Бородине гусары тоже были на поле битвы.



## ГУСАРСКИЙ БАЛ

### В НАШИ ДНИ

В СРЦ для несовершеннолетних «Красносельский» уже шесть лет подряд проводятся Гусарские балы. В этом году бал посвящён Бородинской битве и событиям 1812 года. «Традиция Гусарских балов зародилась в нашем Центре в связи с военно-патриотическим воспитанием молодого поколения, – сообщил Олег Николаевич Алёхин, директор СРЦ «Красносельский». – Военно-патриотическая работа это ведь не только сборы и патриотические игры. Я считаю, что всегда должно

*Гусары – легковооружённые всадники XV–XX веков, отличающиеся характерной одеждой: кивер (высокая цилиндрическая шапка с козырьком), ментик ( меховая накидка), доломан (короткий мундир), рейтузы, сапоги. Первые гусары появились в 1458 году в Венгрии при короле Матвее Корвине (Матьяше Хуньяди), который для защиты от турок образовал особое ополчение (от 20 дворян – по одному) и при каждом из них – соответствующее число вооружённых слуг. Слово «гусар» восходит к лат. *cursus* – набег и, таким образом, родственно слову «корсар».*

оставаться место для культурного развития молодёжи. У нас в попечительском совете есть реконструкторский клуб, который специализируется в основном на 1812 годе и гусарах. В связи с этим мы решили ежегодно проводить балы и своеобразный ликбез по Бородинской

битве для наших подопечных. Стали заниматься реконструкцией гусарского костюма, бальных танцев... Пригласив реконструкторов к себе, мы организовали первый Гусарский бал, и он был незабываемым! Первое никогда не забывается! Так балы стали нашей традицией!»

Проведение Гусарского бала приходится, как правило, на период между 23 февраля и 8 марта. Подготовка же к нему ведётся на протяжении нескольких месяцев, сразу же после новогодних праздников. Она включает в себя целый цикл уроков танцев, занятий по этикету и лекций по истории.

## ИСТОРИЯ

Поскольку современная молодёжь стала меньше читать, меньше интересоваться историей, такие уроки вполне логичны и целесообразны. К сожалению, сегодня не всякий школьник сможет ответить даже на вопрос, кто такой Кутузов. Поэтому педагоги рассказывают воспитанникам Центра «покадрово» какие были предпосылки Отечественной войны 1812 года, какой была политическая и экономическая обстановка в России того времени, кто такие Кутузов и Наполеон, как отстаивали Москву, как проходило Бородинское сражение и многое другое. По словам Олега Николаевича, «дети должны пропитаться этим духом. Они не только должны знать свою историю, но и чувствовать атмосферу тех лет. Для этого мы устраивали им экскурсии в различные музеи и библиотеки, приглаша-



ли ветеранов Великой Отечественной войны, показывали документальные и художественные фильмы...»

Специалисты по социальной работе Центра «Красносельский» поставили себе цель – сделать всё для того, чтобы новое поколение чувствовало гордость за наше историческое прошлое. Это первая и главная задача. Вторая же – научить молодёжь хорошим манерам, этикету, который был в те времена в светском обществе. В связи с этим в Центре с января работали Дамский клуб (для девочек) и Гусарский клуб (для мальчиков). Работа этих клубов также вскрывает целый пласт истории, повествуя о том, как готовились к балам дамы и кавалеры, как встречали и приветствовали друг друга, какие платья и причёски носили в XIX веке, как наносили макияж и т.д.

## ПОДГОТОВКА К БАЛУ

Естественно, в рамках клубных занятий мальчики и девочки учат балльные танцы – полонезы, мазурки, вальсы... Платья для девочек предоставил салон Вячеслава Зайцева, а гусарские костюмы мальчики шили самостоятельно под руководством исторических реконструкторов. «Поначалу воспитывающиеся у нас девочки фыркали, – начал рассказывать Олег Николаевич, – что за полонез, зачем всё это... Мальчики тоже с неохотой начинали готовиться к Гусарскому балу... Но чем дальше, тем азартнее становилось выражение их глаз. Верно, наши педагоги умеют находить нужные слова. К тому же, когда дети посмотрели наши прошлые балы на видео и фотографиях, увидели, что у них понемногу получается, что танцы не так страшно, не так сложно, как кажется, что это красиво, то они заразились энтузиазмом. К тому же, не каждый день надеваешь платье от Юдашкина или Зайцева. Всё-таки девочки понимают, какие это уникальные вещи и как они в них преображаются. Кстати, до



*Увлечения гусарской романтикой не избежал, будучи лицеистом, Александр Пушкин. Гусарские пиры захватили его, едва Чаадаев познакомил его с «кружком» своих друзей-гусар. Гусаром не в мечтах, а в реальности был еще один великий русский поэт – Михаил Юрьевич Лермонтов. В боевых действиях на Кавказе, развернувшихся против горцев осенью 1840 года, Лермонтов командовал отдельным отрядом и проявил незаурядное мужество.*

сих пор на наши балы приходят выпускники Центра, которые открывали первые балы».

Путь совместного творения бала педагогами и воспитанниками интересен и труден. Необходимо участие каждого в совместном «произведе-





нии искусства»: для начала создаём оргкомитет по подготовке бала, готовим бальные наряды, выбираем танцы и музыку, потом учимся танцевать, изучаем правила этикета, осмысливаем ценности уважительных, доброжелательных взаимоотношений, составляем списки приглашённых на бал, обдумываем оформление зала и т.д. Тем самым создается особая атмосфера бала XIX века. Готовятся небольшие сценки, рассказывающие о Наполеоне, Бородино, Кутузове, гусарах, с песнями и стихами о сражениях, лирическими отступлениями в духе светских салонов той эпохи... Так детей приобщают к культуре, а попутно создается новое культурное явление. По мнению Олега Николаевича Алёхина, «каждый Гусарский бал особенный, потому что его готовят разные творческие группы – разные воспитатели и разные дети. В этом году подготовка к балу была довольно непростой, так как поначалу было мало детей, а основная масса подключилась за месяц до праздника, некоторые же пришли всего одну-две недели назад. Но, тем не менее новенькие быстро включились, всё подхватили «на лету» и даже успели выучить пару танцев!»

## ТАНЦЫ

Для Гусарского бала выбираются, как правило, несложные комбинации танцев, движения, которые можно быстро освоить, и увлекательные танцевальные игры, не требующие специальной подготовки. Распорядитель бала (или – что чаще – хозяйка бала) может периодически напоминать парам общую композицию того или иного танца, а некоторые несложные связки заучивать с ними прямо на месте.

Как правило, любой бал открывается с полонеза. Затем идут мазурка, полька и, конечно же, вальсы. Очень любимы на балах танцы-игры с выбором партнёра, всевозможные «ручейки», «цепочки», а также танцы с переходом. Все они несложны и состоят из одинаковых коротких частей. Например, полька-тройка. Изюминка танца в том, что на паркете выходят тройками: кавалер и две дамы. Дамы держат кавалера в «замочке», будучи соединены руками сзади и спереди, в таком положении они двигаются по кругу, обмениваясь кавалерами на определённых тактах музыки.



Обязательная часть Гусарского бала – конкурсы на знание истории и этикета. Каждый правильный ответ прибавляет бал молодому гусару и орден на шею. В конце же вечера определяется лучший гусар, который в свою очередь выбирает себе «даму сердца». По словам директора СРЦ «Красносельский», такие мероприятия полезны молодежи, так как развивают её способности и таланты, учат воспринимать красивую музыку, чувствовать её настроение, повышают интерес к искусству, истории, культуре танца, знакомят с азами танцевального искусства и способствуют лучшему пониманию прошлого своей страны.

*Светлана Гребенникова*

*Фото автора*

# ВЕСЁЛАЯ ЭСТАФЕТА



В Москве состоялся молодёжный спортивный праздник, в котором приняли участие около шестисот молодых специалистов (в возрасте до 35 лет), работающих в системе социальной защиты населения столицы. Организатор – Департамент социальной защиты населения города Москвы.

**В** эстафете приняли участие 12 команд: 10 команд из административных округов города и ещё две – сборная команда стационарных учреждений социальной защиты населения и команда специалистов Департамента социальной защиты населения города Москвы.

На старте эстафеты участников приветствовал Министр Правительства Москвы, руководитель Департамента социальной защиты населения города Москвы Владимир Аршакович Петросян:

«Система социальной защиты должна и будет омолаживаться. Только за 2011 год мы приняли на работу полторы тысячи молодых специалистов. Будем поддерживать молодёжь и впредь! (Бурные аплодисменты в зале.) Надеюсь, такие спортивные праздники будут проводиться у нас ещё чаще!

Желаю вам здоровья, неутомимого стремления к росту, высокого профессионализма! И главное, никогда не теряйте чувство юмора. Социальный работник должен идти по жизни с улыбкой, передавая этот энтузиазм и своим подопечным! – напутствовал участников Владимир Петросян.

Начало соревнований прошло под девизом «Зажигай!». Команды пре-

зентовали свою сплочённость и боевой дух: речёвкам аккомпанировали грохот барабанов и трещоток, взрывы аплодисментов.

Эстафета проходила в спортивном зале и бассейне. В спортзале ребят ждал целый каскад препятствий: подлезть, перепрыгнуть, быстро обойти, а в конце дистанции набрать полную сумку продуктов – всё, что могут заказать обслуживаемые на дому. Ещё сложнее вернуться назад, преодолев те же препятствия, но уже с полной сумкой. Как же это похоже на реальные будни соцработника! Лавировать между магазинными полками, набрать продуктов по

списку, ничего не забыть, никуда не опоздать.

Эстафета в целом – в спортзале, бассейне, на соревновании по дартс – представляла собой достаточно обширную программу, где была масса возможностей показать свою силу, удаль, выносливость, ловкость как индивидуально, так и всей командой. Участниками состязаний были даже болельщики – они соревновались за самую лучшую и эффективную поддержку своей команды. Чувствовалось, что программу соревнований готовили люди со знанием психологии. Скучать не пришлось ни одной секунды, столь стремительно



сменялись этапы эстафеты, приятно разбавленные дефиле ансамбля ба-  
рабанщиц «Москвички» и феериче-  
скими выступлениями танцевальной  
группы «Багира».

По итогам выступлений первое ме-  
сто завоевала команда молодых спе-  
циалистов Восточного административ-  
ного округа.

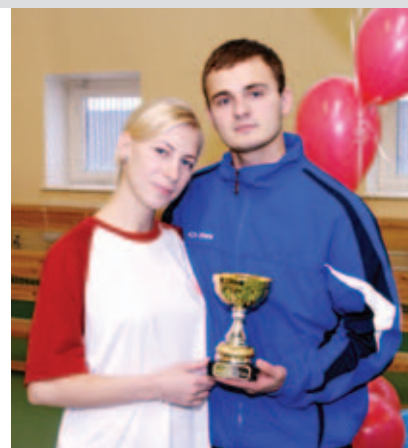
«Сегодня соцработнику без спорта  
не обойтись, – убеждена Наталья Бо-  
рисовна Завьялова, начальник Управ-  
ления социальной защиты населения  
ВАО г. Москвы. – Спорт – это путь к  
гармонии. Без занятий спортом жен-  
щина не сможет поддерживать хоро-  
шую форму, быть красивой. Кроме  
того, движение, особенно на свежем  
воздухе, помогает очистить организм  
от шлаков, подготовиться к эффек-  
тивной умственной работе. Много лет  
я вела группы по аэробике. Сегодня  
мои увлечения – фитнес и горные  
лыжи. Стараюсь привить любовь к  
спорту и физической культуре сотру-  
дникам нашего Управления. У нас хо-  
роший, слаженный коллектив, в кото-



Победители эстафеты – команда ВАО

ром работают около 30% молодёжи.  
Мы просто в восторге от этого велико-  
лепного спортивного праздника!»

Кристина Таада и Ярослав Мала-  
шенко – победители в эстафете по  
плаванию. Кристина с детства увле-  
чённо занималась плаванием, сей-  
час на регулярные занятия времени  
нет, но спортивные навыки остались.  
Ярослав и Кристина – соцработники,  
они помогают проводить занятия по  
физической культуре с детьми, стра-  
дающими плоскостопием, наруше-  
ниями осанки. В таком возрасте, как  
их подопечные, организм ребёнка  
ещё достаточно пластичен и корриги-  
рующие упражнения могут принести  
результаты. «Чтобы эти упражнения  
были эффективны, – рассказывает  
Кристина, – надо выполнять их регу-  
лярно. А чтобы они не наскучили де-



Кристина Таада  
и Ярослав Малашенко

тям, надо переключать их внимание,  
использовать игровой метод. Кстати,  
плавание – один из самых эффектив-  
ных путей для формирования пра-  
вильной, красивой осанки, которую  
важно формировать уже с детства».

«Это отличная идея – собрать всех  
вместе, – делится впечатлениями  
Алёна Супринович, участник коман-  
ды «Апельсин» из Зеленоградского  
АО, – объединить всех участников  
командным духом, пообщаться со  
старыми друзьями, познакомиться с  
новыми».

Уверена, что такие мероприятия не  
только добавляют престиж социаль-  
ному работнику, но и повышают ин-  
терес молодёжи к этой сфере. Такие  
праздники очень нужны!»

**Александр Неверов**  
Фото автора



Люди старшего поколения, возможно, помнят весёлую телеигру «А ну-ка, девушки!», которая перестала выходить в эфир в 1987 году. Спустя 25 лет подобная игра прошла в Центре социального обслуживания «Люблино».

# А ну-ка, бабушки!

**В** конкурсе приняли участие три пары: Нина Ивановна Александрова и Николай Яковлевич Докучаев, супруги Тонкевич Варвара Дмитриевна и Болеслав Болеславович, а также Лидия Ивановна Голубкова и Ольга Моисеевна Ладохина. Каждое действие участников оценивалось небольшой судейской коллегией, состоящей из клиентов Центра. В первом конкурсе каждая пара должна была прочитать стихотворение и исполнить песню. На втором этапе оценивались кулинарные способности конкурсанток: хозяйки должны были очистить и нарезать

овощи и накормить ими своих партнёров. Затем участницы должны были пришить сердечки на пиджаки своим вторым половинкам.

Впечатлениями об участии в конкурсе поделилась Варвара Танкевич:

– Центр очень нравится, хожу сюда вместе с мужем уже четвёртый год. Здесь хороший коллектив, мы общаемся, занимаемся в кружках и клубах. Такое мероприятие проводится впервые, но мы надеемся, что будет проводиться и в будущем.

В перерывах между состязаниями перед зрителями выступали артисты – воспитанники Центра.





В Центре работают восемь кружков. Особой популярностью пользуются вокально-хореографический клуб «Улыбка» и ансамбль «Каблучок». Работает литературный клуб «Лира», оздоровительный клуб «Здоровье», вокальный клуб «Посидим, поокаем», клуб садоводов-любителей «Огород круглый год», студия ручного труда «Цветик-семицветик», а также клуб «Одиноких сердец», который создан для тех людей, кто хочет избавиться от одиночества и найти новых друзей.

Ежедневно Центр посещают не менее тридцати пяти человек. Они занимаются в кружках, слушают лекции, выезжают на экскурсии. В преддверии праздников устраиваются небольшие концерты. Сотрудники Центра всегда стараются придумать что-нибудь интересное для своих клиентов.

– Сегодняшнее мероприятие мы решили провести не в традиционной концертной форме, а добавить элементы соревнования, – говорит заведующая отделением дневного пребывания Вера Петрова. – Из числа посещающих Центр мы вы-



брали конкурсантов – это наши постоянные клиенты, которые приходят из года в год.

А кто же победил? На этот вопрос жюри в один голос ответило «Проигравших нет».

И все в этот день были молоды душой.

Марина Крылова  
Фото автора





«Христина! За тобой дедушка пришёл!» – услышала я крики ребят. Из кабинета для занятий рукоделием выбежала миловидная девчушка лет десяти с длинной русской косой. «Папа!» – воскликнула девочка и обняла пожилого человека. На мой немой вопрос заведующая детским отделением тихонько сказала: « Это действительно дедушка Христины, который с самого рождения девочки заменил ей отца. Михаил Петрович – самый лучший папа на свете: добрый, терпеливый, ласковый, заботливый, для него эта девочка – центр мироздания...» Я слушала заведующую и думала: мы часто говорим о том, что в 50 жизнь только начинается. Михаилу Петровичу было 55 лет, когда появилась на свет Христина. Марк Твен сказал, что достаточно даже одного ребёнка, чтобы заполнить весь дом и двор. Я бы добавила: даже один ребёнок может наполнить жизнь до краёв так, что и 50, и 60, и даже 70 лет – не возраст. И дай им Бог...

*Лиана Иосебадзе*  
ГБУ ЦСО «Капотня»

## Жизнь, наполненная до краёв



# КУКОЛЬНОЕ СЧАСТЬЕ

Кукла Таня уже давно не лежит среди хлама, не пылится на антресолях, вспоминая свою короткую кукольную жизнь. Она красуется на самом почётном месте в квартире, а в особо праздничные дни путешествует по выставкам со своими подружками. Где она была до того, как попала к Ирине Борисовне Глушковой, кукла Таня не помнит. Да это и не важно. Самое главное началось тогда, когда тёплые, мягкие, добрые руки подхватили её и подняли вверх...



«Никогда не думала, что буду заниматься куклами, а о том, что моё хобби перерастёт в увлечение, которое доставляет столько радости и взрослым, и детям, и вовсе не мечтала», – говорит Ирина Борисовна Глушкова, пенсионерка, жительница Капотни. «Я давно хотела приобрести швейную машинку, которая бы выполняла множество функций. Желание исполнилось – машинка появилась, теперь надо было научиться шить. Кукольное платье – вот с чего я решила начать свои «университеты»! Отыскала на антресолях старенькую куклу, лежавшую там ещё с советских времён, отмыла, причесала и придумала ей платье. Кукла попросила имя – назвала её Таней».

Потом появились Настя, Василиса, Жанетта, Фарида, Джейн Эйр и ещё более 20 розовощёких большеглазых прелестниц, одетых в очаровательные наряды и обутых в изящные башмачки.

На вопрос «Где вы ищете источник вдохновения?» Ирина Борисовна отвечает: «В самих куклах. Это они диктуют мне, какими хотят быть. Меня часто спрашивают:

«Какой будет следующая кукла?» А я отвечаю: «Это знает только она сама. Процесс появления куклы непредсказуем».

Творчество Ирины Борисовны притягивает своей непосредственностью, какой-то щемящей ностальгией по Стране Детства, которая была у каждого из нас.

«Порой я сутки напролёт сижу за швейной машинкой, но не устаю ни сколько. В поисках, нет, не в поисках, а в создании новых маленьких шедевров – моего кукольного счастья. Это процесс сложный, но удивительно интересный и захватывающий».

Есть у Ирины Борисовны мечта: смастерить кукольный платяной шкаф, сшить каждой кукле национальный костюм и выехать со своими любимицами за пределы Капотни, чтобы, как говорят, на других посмотреть и себя показать. Вот уже Фаридка красуется в новеньком узбекском платье, скоро с божьей помощью и все остальные приобретут платья народов мира. Надо сказать, что Ирина

Борисовна, не используя никакого специального учебного материала, удивительно тонко и грамотно применяет фактуру, цвет, фасон, бижутерию, кружево, аксессуары для своих моделей. У неё врождённое чувство меры, стиля, вкуса, хотя прежняя работа Ирины Борисовны (она трудилась в Моспромстрое изолирующей) с её нынешним творчеством никак не связана. «Но ведь можно подсмотреть идеи в Интернете!» – сказала я. «Нет, – говорит мастер, – история начинается с идеи, а идеи рождаются у меня в голове на прогулке с любимой собакой, и этих идей великое множество, и это моё счастье».

Говорят, что вечного счастья не бывает, а кукольного особенно. На мой взгляд, человек думающий, обладающий воображением и фантазией, попав в мир творчества, всегда найдёт себе своё «душевное наполнение», а значит, и счастье.

«Что, на ваш взгляд, мешает человеку оставаться социально активным

после 50 лет?» – спросила я напоследок у мастера. «Только собственная лень, – ответила Ирина Борисовна и добавила: Надо любить жизнь и себя в этой жизни».

Кукла Таня осмотрелась по сторонам. Сколько же у неё подружек: больших и маленьких, светловолосых и брюнеточек! И все такие чистенькие, нарядные и красивые. «Девчонки, вы слышали? Наша хозяйка собирается подарить нам кукольные качели!» Куклы обрадовались: каждая из них представляла себе, как она будет качаться и как будет развеиваться её пышное платьице на лету. Каждая из них мечтала, чтобы именно она была самая-самая красивая и самая-самая любимая. Не мудрено, им ведь тоже не хочется оставаться в одиночестве.

*Лиана Иосебадзе,  
заместитель директора  
по социальным вопросам  
ГБУЦСО «Капотня»*

