

ЛУЧ НАДЕЖДЫ



ЯНВАРЬ — ФЕВРАЛЬ, 2012

№ 1 — 2 (159 — 160)

ГАЗЕТА МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ
ОБЩЕРОССИЙСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ
«ВСЕРОССИЙСКОЕ ОБЩЕСТВО ИНВАЛИДОВ»

Основана в июне 1997 года.

СПЕЦИАЛЬНЫЙ ВЫПУСК

НОВЫЕ ПОБЕДЫ В НОВОМ ГОДУ



Н.И. Зеликов во время награждения

Московская областная организация ВОИ по праву считается одной из передовых региональных подразделений Всероссийского общества инвалидов. В МООО ВОИ на высоком уровне проводятся спортивные и творческие мероприятия, осуществляется большая забота о своих подопечных.

**СЕРДЕЧНО ПОЗДРАВЛЯЕМ
С ПРАЗДНИКОМ!**

Дорогие друзья, мужчины и женщины, Ветераны Великой Отечественной войны — фронтовики и труженики тыла, молодые воины!

Желаем доброго здоровья, личного счастья, достойного служения нашему Государству!



РАССКАЗ О СВОЕЙ ЖИЗНИ

Мы, члены Люберецкой районной организации МООО ВОИ, хотим рассказать читателям газеты «Луч надежды» о жизни нашего общества. Инвалидов в районе много, в основном в возрасте за 70 лет, 60-летних мало, а кому 50 – не хотят вступить в наше общество. У многих пожилых людей разные болезни. Но те, кто состоит в нашей организации, живут с другим настроением. Да, гипертония, да, хромаем, но нужно идти на собрание, на праздник, отнести подарки лежачему, и мы идем. Собираемся, поем, пляшем, обсуждаем различные злободневные темы: обеспечение бесплатными лекарствами, ЖКХ, больной вопрос о наркомании, кого выбрать в депутаты, в главы района, города и т.д.

Нам удалось сделать правильный выбор, мы выбрали в Главы района и города достойного человека, человека слова и дела – В.П.Ружицкого, и депутатов района и города. С ними мы работаем и общаемся постоянно. Обращаемся к ним со всеми своими нуждами, чтобы не случилось. Например, с помощью Главы района и его помощников мы добились установки светофоров на сложных перекрестках, где много лет погибали люди и была масса аварий. Была налажена самозапись в поликлиниках. Открыты дневные стационары, отремонтированы лечебные учреждения, закуплена аппаратура. За это огромное сердечное спасибо Ирине Геннадьевне Назарьевой, руководителю администрации. Отремонтировано много дорог – город не узнать. И нас это радует. Да и без нас все это было бы сделано рано или поздно. Но мы обращались в админи-

страцию, собирали подписи, получали ответы и положительное решение на наши ходатайства. Особенно приятно стало, когда администрация нашла возможность открыть социальный, льготный маршрут такси по пути социально-значимых учреждений: соц. защиты, больницы, пенсионного фонда.

Депутатский корпус во главе с председателем Совета депутатов города Люберцы Антоновым Сергеем Николаевичем очень тепло относятся к инвалидам, ветеранам войны, блокадникам, узникам фашистских лагерей. Это постоянные поздравления с юбилеями, организация и проведение прекрасных праздников, чаепития, подарки, материальная помощь, установка газовых плит, колонок, счетчиков на воду, производство ремонта и многое другое. Помощь в тяжелых жизненных ситуациях.

Мы все больные люди, но стараемся, преодолевать недуги. Организовываем праздники, поем, пляшем. Приглашаем на праздник местную поэтессу Л.И. Чугуну. Она читает нам стихи, играет на гитаре, дарит свои сборники. Народная певица Н.П. Панова тоже часто приходит к нам и исполняет романсы. Приглашаем лекторов, церковных служителей. Все это помогает пережить болезнь.

Люди ждут праздника, приходят нарядные, помолодевшие, а самое главное, несмотря на то, что они сами больные – готовы помочь тому, кому хуже, чем тебе, навещают тех, кто потерял возможность приходить на праздники. Мы сроднились. Эта доброжелательная, теплая аура в Обществе помогает жить.

Каждый чувствует свою нужность. Большую помощь в работе председателям оказывает председатель МООО ВОИ Николай Иванович Зеликов. Всегда с ним можно посоветоваться, проконсультироваться. Очень грамотный, умный, коммуникабельный человек, интересно проводит с нами семинары. Николай Иванович с любовью относится к инвалидам, интересуется нашей работой и планами. Он неравнодушен к людям, учит добру и терпению. Сердечно благодарим Николая Ивановича за подарки, экскурсию на теплоходе по Оке реке. Было очень весело, отлично организовано, остались прекрасные впечатления.

По возможности мы занимаемся и спортом. Культурно-массовой работой у нас занимается Лариса Никодимовна Лосева. В течение года часто организуются различные экскурсии. Лариса Николаевна находит контакт со многими руководителями: театров, цирка и других учреждений в сфере культуры.

А самые главные наши благодетели, это Нина Алексеевна Босаренко и Вера Леонидовна Луканова – помощники Главы района и города. С ними у нас полное взаимопонимание.

Дорогие инвалиды! Вступайте в наше общество, участвуйте в жизни своих городов. И жизнь ваша станет интересней!

Р.А. ВЕРЕНЬЕВА,
Председатель
первичной организации
Люберецкой городской
организации МООО ВОИ,
член президиума
по работе со СМИ

Спасибо за радость!

В Центре детей-инвалидов города Железнодорожного стало доброй традицией проводить декаду, посвященную людям с ограниченными возможностями здоровья.

Во время проведения декады 25 человек из Центра детей-инвалидов были приглашены в ДК "Чайка", где приняли участие в городском праздничном мероприятии.

А позже, с огромным удовольствием посетили Дельфинарий. Автобус для поездки предоставил наш друг и постоянный помощник – директор МУ "Комитет по физической культуре и спорту" А.А.Никитин, которому мы бесконечно признательны.

Провели мы веселый праздник в самом Центре. Дети из двух классов под руководством музыкального руководителя Ю.А.Макарчук подготовили для своих мам сказку и концертные номера. Прекрасно выступили воспитанники Дворца детского творчества – постоянные участники всех наших концертов. В завершение праздника все мамы и дети получили подарки.

В гости в Центр приходили воспитанники Салтыковского детского дома, которые подготовили в подарок для ребят из ЦДИ веселые концертные номера. Замечательное яркое представление показал нашим мальчишкам и девочкам творческий коллектив ДК "Радуга" из Агрогородка.

По завершении декады, по приглашению руководителя семейно-развлекательного клуба Ю.В.Сидоровой, наши дети играли в боулинг и замечательно провели время за этой увлекательной игрой.

Огромная благодарность всем неравнодушным людям с добрыми сердцами за радость, которую они подарили нашим особым детям!

Лидия РОЛЬЩИКОВА, председатель ЦДИ

ГДЕ ЖЕ ДОСТУПНАЯ СРЕДА ?

Если бы мне сказали, что я – последний инвалид в России и больше их не будет, тогда само собой отпала бы необходимость этой статьи в газете «Луч надежды». Но, увы! Болезни, аварии, войны, несчастные случаи – все это причина того, что количество инвалидов в мире из года в год лишь растет. Я очень обрадовалась, когда узнала, что Россия присоединилась к Конвенции ООН о правах инвалидов.

В России в настоящее время, к сожалению, складывается парадоксальная ситуация. С одной стороны российское законодательство в принципе соответствует положениям этой Конвенции, но документы одно, а реальная жизнь – совсем другое. Городская среда, транспорт, социальные и общественные объекты еще очень слабо приспособлены для людей с ограниченными возможностями здоровья. Об этом говорят инвалиды всех городов России.

Я внимательно слежу, как руководители страны поднимают вопросы жизни инвалидов в России, принимают в Белом доме лидеров общественных организаций, представляющих интересы инвалидов, а предложение о разработке программы «Доступная среда» дает надежду на лучшее будущее.

В городе Лобня Московской области, где я проживаю, власти города еще не начинали создавать безбарьерную среду – нет очередной «указивки» сверху. А надо прежде всего под нужды инвалидов переписать сами правила работы социальных служб. Ненормально, когда к руководителям власти обращаются как к последней инстанции по вопросам, которые должны решаться на уровне социальных служб или муниципалитета.

Я не понимаю, почему в Управлении защиты населения не работают инвалиды, а бывает проявлено равнодушие к чужим бедам. Однажды мне пришлось обратиться с заявлением в наше Управление соцзащиты, так вместо решения моего вопроса и поддержки я получила подлог документов и отказ. Предложили подать на них в суд, но у меня нет ни здоровья, ни физической возможности (я даже в здание суда не могу войти) бороться с бюрократическими препонами. Но я верю в Бога и знаю, что каждому воздается по его делам.

В единственный в городе Лобня рынок «Надежда», где я могла бы купить промышленные товары, не могу въехать на инвалидной коляске, так как с дороги путь преграждает высокий бордюр, а входные двери не приспособлены для проезда инвалидов.

У моего дома летом был построен продовольственный магазин. Посетить его нет возможности – нет пандуса. Я пыталась поговорить с руководителем магазина, но понимания не нашла. Так-

же на скоростную электричку Лобня-Москва инвалиды не могут подняться, так как построенные металлические пандусы не приспособлены для инвалидных колясок. Из-за отсутствия пандуса невозможно посетить Художественную галерею. А как может инвалид на коляске попасть в помещение даже городского общества инвалидов? Никак! Пандуса нет вообще! У меня вопрос: кто и как принимает в городе Лобня в эксплуатацию объекты общественного назначения?

По закону, если на инвалидной коляске нельзя посетить здание, оно не принимается в эксплуатацию. Если такой объект уже эксплуатируется, то можно только предположить, что он принят администрацией города за взятку. Я бы посоветовала в комиссию по приемке объекта включить инвалида - колясочника. Проедет он – можно принимать, не проедет – не принимать. Но самая большая, казалось, проблема для меня сейчас, это выти из дома.

Я живу на втором этаже в доме без лифта. И не могу самостоятельно выехать на улицу. А родители по возрасту уже не в силах меня поднимать и спускать по лестнице. Сейчас я фактически заперта в четырех стенах.

Я обратилась за помощью в администрацию г. Лобня, но ответа пока нет. Очень надеюсь на помощь! Для моей нормальной жизни нужен колесный ступенькоход на электроходу или специальный подъемник.

Но, слава Богу, есть в городе Лобня и «особенные» люди. Несмотря на свои собственные физические недостатки, болезни, природа наградила их добрым сердцем, умом, отзывчивостью, горячим желанием помочь инвалидам.

К таким людям я отношу председателя Лобненской городской организации МООО ВОИ Наталью Михайловну Золотареву. Она сумела сплотить вокруг себя таких же энтузиастов, как

и она. Организация всевозможных мероприятий, поездки в музеи, в храмы к чудотворным иконам, приобретение подарков к праздникам, помощь и посещение одиноких больных инвалидов, и многое другое.

Я хочу пожелать Наталье Михайловне, да и всем инвалидам, здоровья, личного счастья, благополучия и уверенности в завтрашнем дне. Чтобы на их жизненном пути встречались лишь понимающие, сочувствующие, отзывчивые, умные и прекрасные люди. Про Наталью Михайловну можно только сказать: «Быть хорошим человеком – это самое лучшее человеческое качество».

А всем, кто обделен здоровьем по различным причинам, я желаю не поддаваться страху и обстоятельствам, «бороться и искать, найти и не сдаваться», не замыкаться в своей болезни, никогда не унывать, а продолжать жить нормальной, полноценной жизнью, справляясь со всеми превратностями судьбы и вступит в общество инвалидов. Ведь вместе легче переживать трудности, бороться с местными бюрократами.

Народная мудрость гласит: «Не то пропал, кто в беду попал, а тот, кто духом пал». Нам всем нужно объединяться, спланировать и вместе бороться за свои права, помогать друг другу.

Я как-то спросила своего хорошего знакомого, зачем он при всей своей занятости находит время для меня. И вот, что он мне ответил: «Когда тебе трудно, приди на помощь к тому, кому еще труднее. И тогда ты поймешь, что у тебя самого не все так плохо».

Я уважаю таких людей и преклоняюсь перед ними. Вот на этой жизнеутверждающей ноте я и хочу закончить свое повествование.

**Жаннет Александровна
МОРОЗОВА
г. Лобня**



ОБРАТИМСЯ ДУШОЙ К ДОБРУ

Недавно корреспондент нашей районной газеты спросили меня: «Вы счастливы?» И я ответила утвердительно. Да, я счастлива, так как усматриваю счастье в силе духа. Мне немало досталось в жизни: в два с небольшим года я лишилась отца и матери, воспитывалась в детском доме, рано начала зарабатывать на хлеб тяжелым трудом на производстве... Но никогда отчаяние не охватывало меня настолько чтобы упасть духом.

Правильно говорят, что дух силен радостью. Познавая эту истину на протяжении долгих лет своей жизни, стараюсь поделиться ею с окружающими, с теми, кто состоит в нашей общественной организации, особенно с детьми. Их у нас 55 в возрасте от одного годика до 18 лет. Мне очень хочется, чтобы болезни, которым они подвержены, не сломали их. Известно, что худший из недугов – быть привязанным к своим недугам, и тот, кто хочет быть здоровым, отчасти уже выздоравливает. Путь к здоровью обязательно пролегает через радость. Если человек в течение дня услышит хотя бы одно доброе слово, увидит хотя бы один добрый поступок и сам сделает хотя бы одно доброе дело, – душа его наполнится радостью.

Какое счастье – видеть моих маленьких подопечных счастливыми! Недавно мы организовали новогодний праздник с красиво наряженной елкой, Дедушкой Морозом, Матушкой Зимой. Дети кружились в хороводе, который неслучайно так любим русским народом: держась за руки, друг за друга, люди в хороводе чувствуют себя сильнее, увереннее. Наши дети радовались празднику, особенно подаркам. Их было так много, что у родителей не хватало больших пакетов, чтобы собрать подарки! Некоторые уходили с праздника с наполненными картонными коробками, а в них: энциклопедия, яркий электронный чайник, средства гигиены, разнообразные игрушки, сладости, фрукты.

Подарки подготовили администрация и Совет депутатов Ленинского района, Министерство социальной защиты населения правительства Московской области, ЗАО «Совхоз имени Ленина», ООО «Газпром ВНИИГАЗ», ОАО «Оргэнергогаз», предприниматели нашего района А.А.Белякова, Т.Ю.Ершова, А.П.Карпов, М.Н.Садр-Амели. Многие из них пришли на наш

праздник, чтобы разделить с детьми новогоднюю радость.

С добрыми словами обратились к детям председатель Совета депутатов Ленинского района В.Н.Венцаль, наш постоянный помощник в течение многих лет, директор ЗАО «Совхоз имени Ленина» П.Н.Грудинин. А в ответ они услышали такие слова, от которых с трудом сдержали слезы. В их честь, а также в честь всех добрых людей прозвучали стихи, написанные нашим Васей Ильковым из поселка Володарского:

ОБРАТИМСЯ ДУШОЙ К ДОБРУ

Люди добрые на свете встречаются
И частичку себя отдают
Тем, кто в помощи очень нуждается
Тем, кто верят, надеются, ждут.

Вот и мне на жизненной тропочке
Повстречались люди ДОБРА.
Подарили мне радость общения
И опять же частичку себя.

Поклонюсь я люди вам добрые,
Поклонюсь до самой земли.
 Попрошу я Боженьку Доброго
Для Вас счастья, здоровья, любви.

В этих строчках 12-летнего подростка выражена такая любовь к добру, что только диву даешься, откуда в мальчишке жизненная мудрость? Он уже понял, что душа человека радуется не только тогда, когда он получает, но и тогда, когда отдает.

Почему мы стараемся почаще собирать вместе детей, состоящих в нашей общественной организации? Они обязательно должны усвоить: у кого друзья – у того настоящее богатство; только добрый человек находит рай на земле, злой же уже здесь предвкушает свой ад. Путь к этим прописным истинам у каждого свой, но я чувствую свою обязанность помочь детям стать на этот путь. Поэтому наша общественная организация уже несколько лет дружит с настоятелем храма Илии Пророка в селе Дыдылдино Ленинского района, священником Николаем Третьяковым. Он – частый гость на наших праздниках, которые начинаем с общей молитвы.

Отец Николай берет наших детей в многодневные летние походы с проживанием в палатках. Он приглашает детвору и на Крещенский

праздник в свой храм. После молитв и бесед с батюшкой дети катаются со снежных гор, а возвратившись, пьют душистый чай со сладостями. Самые смелые дети, поборов страх перед холодной водой, погружаются в крещенскую купель. Общение со священнослужителем бесценно, дети находят у него ответы на многие вопросы, в том числе – о добре и зле.

Главным событием 2011 года для многих наших детей и их родителей стала паломническая поездка в Храм Христа Спасителя в один из ноябрьских дней, когда они смогли поклониться Поясу Пресвятой Богородицы, привезенной из священного Афона. Известно, какие очереди отставали люди, чтобы прикоснуться к святыне. А нашим детям повезло: они приехали к храму на комфортабельном автобусе и уже через несколько минут смогли подойти к заветному ковчегу с Поясом Пресвятой Богородицы. Это позаботились о них сотрудники Фонда Андрея Первозванного и администрация Ленинского района.

После паломнической поездки в Храм Христа Спасителя, у детей и взрослых укрепились вера в исцеление недугов.

Где только не побывали наши маленькие подопечные! Ездили в Кенигсберг, видели, как добывается янтарь, посетили столичную студию мультипликации и даже попробовали себя в качестве создателей «мультяшек», осмотрели достопримечательности музея-усадьбы «Царицыно», кормили с рук зверюшек на Лосином острове. В их памяти останется гала-концерт Всероссийского фестиваля художественного творчества детей-инвалидов, проходившей осенью этого года в концертном зале «Измайлово». Наши подопечные, увидев, какими талантами блещут их сверстники и сами воспряли духом. Детей постарше мы пригласили на концерт певцы Анжелики Агурбаш в Кремлевский дворец съездов (некоторые впервые побывали в этом великолепном здании).

Меня очень радует, что наши дети тянутся к спорту. Пусть не у всех получается гонять мяч или бегать, прыгать, но мы гордимся, что есть среди наших детей самые настоящие чемпионы. В ноябре нынешнего года губернатор Московской области Б.В.Громов в г.Троицке вручил гранты в размере

24 тысяч рублей 150 детям с ограниченными возможностями здоровья, в том числе и нашим пятерым детям – Дарье Венчиковой, Георгию Джигоеву, Полине Клименко, Вадиму Тюрину, Валентину Цыганову. Они стали победителями и призерами всероссийских соревнований по плаванию в 2010 и 2011 годах, первенства Московской области, чемпионата Ленинского района, Спартакиады городских и сельских поселений, матчевых встреч с воспитанниками подмосковных центров и клубов.

Эти дети уже хорошо поняли, что движение – кладовая здоровья. Меня радует, что есть среди наших подопечных любители шахмат и шашек, некоторые из них участвовали в турнире, проходившем в этом году в Домодедове. Горжусь, что наши дети попробовали себя в роли знатоков в интеллектуальной игре «Что? Где? Когда?», которая состоялась в Коломне.

Правильно говорят: жизнь – это не те дни, что прошли, а те, что запомнились. Хочется надеяться, что нашим детям многое запомнится из всего того, что мы для них организуем и проводим; что они сделают правильные выводы из уроков добра, которые преподают им взрослые.



Р. Ф. Шлыкова с товарищами

Мне хочется, чтобы дети осознали: самый счастливый человек – тот, кто дает счастье другим людям, и для этого не обязательно быть абсолютно здоровым.

Наша общественная организация на протяжении ряда лет занимает призовые места во всероссийских смотрах-конкурсах аналогичных организаций, а наша работа с детьми-инвалидами не раз признавалась лучшей не только в Московской области,

но и в стране. Не скрою, приятно быть в передовых рядах, ощущать достаточный потенциал для дальнейшей эффективной работы. Но еще приятнее каждый раз чувствовать: добро, которое ты делаешь другим от всего сердца, ты делаешь всегда и себе.

Раиса Фроловна ШЛЫКОВА,
председатель
Ленинской районной
организации МООО ВОИ

БЛАГОДАРНОСТЬ

Я хочу сказать СПАСИБО
Всем, всем, всем
Кто мне помог.
Слог и рифма не красивы,
Но от сердца и души.

Я счастливей всех на свете,
У меня сбылась мечта!
И теперь я на коляске
Фирмы Майра .
Красота!

У неё есть кресло мягкое
И четыре колеса.
Пульт и столик для занятий,
Фары, лифт и тормоза.

В моей жизни появилось
Много радостных минут.
Я теперь могу без просьбы
Полежать и отдохнуть.

В магазине до прилавка
Сам могу подняться я.
С полки я могу взять книгу
Я мобильный .
Красота!

Я хочу сказать СПАСИБО
Всем, кто силы не жалея,
Помогал мне словом, делом
И молитвой ко Христу!

Вася Ильков



**Вася Ильков очень добрый,
отзывчивый и ласковый мальчик!
Трудолюбивый, любознательный.
Изучил все детские энциклопедии
дома и может ответить на многие
вопросы.
Школьные преподаватели, видя его
усердие, приходят к Васе бесплатно и
занимаются с ним.**

АНГЕЛОЧКИ

Высоко, в голубых небесах
Ангелочки сидят в золотых облаках
Помогают нам в жизни
И ведут по судьбе
Защищают и плачут,
Когда грустно тебе.
Чтоб ошибок земных
Мы поменьше свершали
Чтоб душа не чернела
И была бы легка
И в последний путь
Они провожали
С земли грешной
На небо тебя.



ЧТОБЫ В НАШИХ ДУШАХ ЖИЛИ ВЕРА, НАДЕЖДА, ЛЮБОВЬ

Конец сентября – начало октября... В природе обычно царит «бабье лето» с его прохладой по утрам и последними теплыми, солнечными деньками. Именно в эту пору, в последний день сентября, Подольская городская организация МООО ВОИ в пятый раз при поддержке администрации г. Подольска провела День милосердия, посвященный Вере, Надежде, Любви.

Накануне почти всю неделю погода была пасмурной – того и гляди пойдет дождь. Но именно в день праздника, как по заказу, небо с утра очистилось, заискрилось солнышко, и организаторы вздохнули с облегчением – праздник состоится! И на самом деле – пришли около 1000 человек. Как всегда, гостей встречал духовой оркестр, задававший тон празднику всем знакомыми и любимыми маршами. Слыша энергичную, задорную музыку, многие подтягивались, приободрялись, становясь на несколько лет моложе. Приехали представители организаций инвалидов из Климовска, Рузы, Серпухова, Можайска, Наро-Фоминска, Щербинки, Протвино и Подольского района.

Собравшихся приветствовали заместитель главы администрации г. Подольска по здравоохранению и социальному развитию Г.Ю. Соловьев, начальник управления по обеспечению социальных гарантий и охране труда администрации г. Подольска Т.Ю. Ропот, депутат Подольского городского Совета И.В. Винокуров. Председатель ПГО МООО ВОИ Н.А. Липатова поздравила гостей с праздником и поблагодарила всех, кто принял участие в его подготовке и организации. В небо по традиции взлетели воздушные шары – символ Дня милосердия.

Гостям была предложена насыщенная культурно-развлекательная программа, подготовленная комитетом по культуре, туризму и рекламно-издательской деятельности и комитетом по образованию и делам молодежи.

Наш праздник вела Наталья Арбекова – неизменная ведущая самых ярких представлений в городе. Большую подготовительную работу к празднику провело управление по обеспечению социальных гарантий и охране труда администрации г. Подольска.

На игровых площадках, которые разместились прямо на дорожках парка, массовики-затейники и студенты

проводили конкурсы на лучшую песню, пляску, частушку, «Угадай мелодию», «Прилепи нос» и другие. Каждое выступление непрерывно сменявшихся участников вызывало громкое одобрение слушателей. По всему парку ходили ростовые куклы, поддерживая веселье и вовлекая окружающих в танцы и хороводы. Детишки с огромным удовольствием фотографировались с ними.

На концертной площадке в течение полутора часов, сменяя друг друга, выступали фольклорный ансамбль «Истоки», московский казачий ансамбль «Русская воля», участник подольской художественной самодеятельности Валентина Заика. Театр-студия молодых инвалидов «Любо» (руководитель В.Трофимова) подготовил интересную программу: танцы, песни, инсценировки.

В заключение свою программу показал популярный вокальный ансамбль «Подолье». Слушатели с удовольствием подпевали, а некоторые даже не смогли усидеть на месте и пустились в пляс. Вкусная каша из полевой кухни отлично подкрепила силы!

Все желающие размять тело и взбодрить ум собрались на площадке, которую вместе со спортивным таром подготовил директор парка В.А. Теличко в сотрудничестве с физкультурно-спортивным клубом инвалидов «Корсар-Спорт» (директор П.Ю. Брагин). Квалифицированную судейскую команду из членов клуба возглавил А.В. Безделин.

В спортивную программу Дня милосердия в этом году, помимо традиционных дартса, толкания мяча, кольца броска и шахмат, впервые вошла бочча – довольно молодой вид спорта, активно развивающийся в Подольске.

Благодаря поддержке Московской областной организации ВОИ (председатель Н.И. Зеликов) и администрации города было подготовлено столько

сувениров, что хватило всем выступавшим на культурно-массовых и спортивных площадках.

Большую помощь в этот день оказали ребята из молодежных организаций города, с которыми Подольская городская организация МООО ВОИ сотрудничает не первый год. Молодежь была задействована на всех участках праздника: помогали на спортплощадке, следили за порядком, помогали всем в случае необходимости, и многое другое.

У волонтеров все получалось легко и быстро. Ребята помогли провести раздачу книг, журналов, видеодисков, кассет с фильмами. Было приятно видеть, с какой любовью и неподдельным интересом люди перебирали книги, надеясь найти произведения, которые давно хотели прочитать.

Управление здравоохранения (начальник Г.А. Унгурян) вновь организовало работу «полевого госпиталя»: пришедшие на праздник могли проверить свое здоровье у терапевта, эндокринолога, стоматолога и отоларинголога. Врачей посетили около 200 человек. У двух палаток, в которых велся прием, почти все время стояли люди. Врачи признались, что «безработными» они оставались только на время торжественного открытия.

Инвалиды были очень довольны возможностью проверить свое здоровье, многие из обратившихся получили полезные рекомендации.

Популярностью пользовались и палатки печатных СМИ: всероссийской газеты для инвалидов «Надежда» и «Подольского рабочего». Желающие могли узнать о материалах «Надежды», ее подписной индекс, цены.

Редакция «Подольского рабочего» (главный редактор Л.С. Толстухина) организовала льготную подписку, которой воспользовались более 250 человек.

Все заинтересованные могли познакомиться с изделиями участников мастер – классов, которые проводятся в культурно – досуговом реабилитационном центре ПГО МООО ВОИ «Вектор» (Октябрьский пр-т, д.17).

В этом году кроме изготовления кукол-оберегов, желающие могли попробовать свои силы в лоскутном шитье, бисероплетении, росписи разделочных досок.

ПГО МООО ВОИ впервые провела фотовыставку «Моя Россия, мой город», посвященную 230-летию

г.Подольска. Свои работы представили шесть человек.

Постоянную поддержку в организации такого замечательного праздника оказывают Московская областная организация ВОИ, администрация города, глава Н.И.Пестов. Активно поработал оргкомитет ПГО МООО ВОИ: Н.Липатова, Т.Быкова, Т.Завьялова, Ю.Завьялов, В.Кожан, В.Швиденко, В.Штрекер.

Расходились участники Дня милосердия, довольные увиденным и услышанным. Нелегко им приходится в будничной жизни, а такие торжества

поддерживают их, напоминают о том, что они не одиноки, дают чувство защищенности и заряжают бодростью и хорошим настроением. Об этом свидетельствуют записи, оставленные гостями праздника в «Книге отзывов»:

«Большое спасибо устроителям этого праздника! Как здорово, что есть люди, которые думают и заботятся о нас... Нам очень все понравилось, все замечательно организовано: много живой музыки, аттракционов, много отличных призов».

Г.Якимова, Рузский район.

«Огромное спасибо ВСЕМ, кто подарил нам такой праздничный день! Пусть благодарность тех, ради кого вы трудитесь, согревает вас: дает силы, желание работать и дарить радость людям! С праздником Веры, Надежды, Любви!»

*О.Чепурная,
председатель
Протвинской ГО МООО ВОИ*

«Отличная организация, интересно, красиво и желательно так держать! Очень благодарен за общение и дружельюбность организаторов».

*С уважением,
Н.Соловов, г.Подольск*

«Всем устроителям этого замечательного праздника – низкий поклон!»

*Е. Фролова
А. Валентинова*

Пусть всегда в нашей жизни будет больше добрых дел, а в душах живут ВЕРА, НАДЕЖДА, ЛЮБОВЬ!

**Ю.ЗАВЬЯЛОВ,
Член президиума
ПГО МООО ВОИ**

**Представители
районных
и городских
подразделений
МООО ВОИ**



Конкурс "Хозяюшка" прошел в Климовской городской организации Всероссийского общества инвалидов

В рамках Декады инвалидов климовская городская организация Всероссийского общества инвалидов провела конкурс «Хозяюшка».

Открыл мероприятие Председатель городского общества инвалидов Алексей Сомников. В качестве почетного гостя на мероприятии присутствовал Глава города Климовска Евгений Патрушев.

Обращаясь к собравшимся Евгений Викторович отметил особую теплоту и по-домашнему уютную атмосферу конкурса и пояснил, что праздник кулинарного творчества удался, потому что все блюда были приготовлены участниками конкурса с душой.

Конкурсной комиссии, состоящей из преподавателей и учащихся Климовского профессионального училища №24 были представлены

«фирменные блюда», приготовленные сорока пятью участниками конкурса, в числе которых были не только женщины, но и мужчины.

Шедевры кулинарного искусства оценивались по 10 номинациям.

Победителей конкурса Евгений Викторович поздравил персонально и вручил им памятные подарки. Всем остальным участникам были вручены поощрительные призы за участие.

НАША ГОРДОСТЬ



Военно-исторический мемориал на Богородицком поле в г. Вязьма

В память о трагических страницах русской военной истории в Королевской городской организации МООО ВОИ решили устроить поездку для инвалидов и ветеранов ракетно-космической отрасли по местам воинской славы Смоленщины. Во всем мире отметили пятидесятилетие первого полета человека в космос, который совершил уроженец Смоленской земли Юрий Гагарин. И для членов нашей делегации первым пунктом поездки стал город Гагарин. Нас сердечно встретила заведующая музеем Та-

мара Дмитриевна Филатова, племянница Гагарина. Она призналась, что много лет хочет навестить наш наукоград. Ведь Гагарин и Королев зовутся городами-побратимами. Руководитель нашей делегации был принят главой администрации муниципального образования «Гагаринский район» В. Г. Ивановым. В качестве подарка от города Королева мы вручили ему книги «Семьдесят витков вокруг солнца» и «Недавно это было секретом», а в ответ нам были подарены памятные сувениры с щепотками гжатской земли.



У памятника Юрию Гагарину в городе Гагарине (Гжатск)

Поездка по местам воинской славы Смоленщины завершилась в центре области – городе Смоленске. Возвращались мы из Смоленска в Королев по той же дороге, но ощущения были совсем другие. Смоленская дорога – это путь стойкости, долга и мужества.

Пользуясь предоставленной возможностью, ветераны и инвалиды города Королева хотели бы выразить благодарность Александру Петровичу Маслову, руководителю местного отделения партии «Единая Россия», за помощь в организации поездки; Андрею Анатольевичу Агапову, генеральному директору ООО «Автотрэвэл», за предоставление комфортабельного автобуса; Владимиру Алексеевичу Парфенову, руководителю



У монумента генералу Ефремову – один из первых памятников ВОВ в стране

Союза журналистов Смоленской области, главному редактору газеты «Смоленский вестник» за экскурсионную поддержку.

А.А.ПЬЯНКОВ,
председатель
Королевской
городской
организации
МООО ВОИ

ПОЗДРАВЛЯЕМ!



Раиса Фроловна ШЛЫКОВА



Александр Валерьевич НИКИТИН

**Председателя Ленинской
районной организации
МООО ВОИ
Раису Фроловну
ШЛЫКОВУ, награжденную
Дипломом участника
конкурса на лучшую
постановку работы
в организациях ВОИ
по защите прав и
интересов детей с
инвалидностью и семей,
воспитывающих детей с
инвалидностью,
и поощрительной премией
30000 рублей
в этом конкурсе,
а также председателя
Егорьевской районной
организации МООО ВОИ
Александра Валерьевича
НИКИТИНА,
получившего
благодарность
за участие в конкурсе
и поощрение премией
в размере 20000 рублей.**

**Желаем вам дальнейших
успехов в вашей
благородной работе!**



ДВА ПАРАДА

Надо мной снегопад,
бушевала погода,
а мы шли на парад
сорок первого года.

Враг Москву окружал,
содрогалась округа.
Мне парад силы дал
и хорошего друга.

И в открытый с ним бой
мы на фронт уходили,
и с отвагой, собой
мы страну заслонили.

Курск, Орел, Сталинград.
дни кромешного ада.
И не пал Ленинград,
не сломила блокада.

Так росла, как в горах,
наша мощь, что лавина.
Мы мужали в боях
и дошли до Берлина.

Перед нами Рейхстаг,
Враг стянул к нему силы.
Был разбит. И свой стяг
Мы на шпиль водрузили!

Солнце радует взгляд,
и улыбки на лицах.
Свой военный парад
открывала столица.

Ликовала страна,
позабыв свои беды.
Отмечала она
День Великой Победы!

Н.Ф. ПИЛИПЕНКО

ФОТОФАКТ

**В «Лобненском Центре
социального обслуживания
граждан пожилого возраста и
инвалидов» всегда интересно –
есть чем заниматься.**

*Наш Центр, подобно маяку,
Прогонит прочь унынье,
Поможет курс определить
В бурлящем море жизни.*

З.А. Орлушина



«ВИКТОРИЯ»

Благотворительная организация была создана в октябре 2009 года. Её основной целью стала помощь детям-инвалидам, живущим в Пушкинском районе. Сейчас в «Виктории» работает четыре человека, которые занимаются всей организационной работой, консультируют семьи и объединяют людей, желающих помочь тем, кто борется за нормальную жизнь особых детей.

О работе МООО «Социально-правовая защита детей-инвалидов «Виктория» portalу «Пушкино сегодня» рассказали заместитель директора Эльвира Юрьевна Вишневская и психолог Ольга Юрьевна Третьякова.

"Пушкино Сегодня" (ПС): Расскажите, пожалуйста, для чего создаются фонды и благотворительные организации в поддержку детей-инвалидов?

Ольга Третьякова (О.Т.): Как правило, если государство и помогает детям-инвалидам, то минимально. Ну что такое пособие? Это 2,5-3 тысячи рублей в месяц. Детям, находящимся под опекой положено больше, около 10 тысяч. Но даже с такой пенсией родителям зачастую приходится отказывать себе во всем, чтобы накопить на специальную коляску, которая стоит больше 90 тысяч. То же самое можно сказать и о лечении. В случаях, когда дети находятся не под опекой, их воспитанием, как правило, занимается один родитель: мама должна и работать, и заниматься ребенком. Это очень сложно.

Когда детям помогает фонд, у них появляется больше возможностей. Причем не только материальных. В начале апреля у нас прошел мастер-класс: дети-инвалиды наравне с другими шили мягкие игрушки. Центр «Виктория» создала для них возможность заниматься общественной работой, почувствовать себя в коллективе.

ПС: Какие преимущества у общественной организации перед стихийной благотворительностью? Почему лучше обратиться к вам, а не напрямую в детский дом, например?

Эльвира Вишневская (Э.В.): В первых, при работе с организацией хорошо видно, на что пошли средства. Проследить денежные потоки в детских домах практически невозможно. Например, предприниматель перечислил 15 тысяч. Он не знает, какому ребенку и на что конкретно они пошли. Вы правильно сказали – благотворительность стихийная. Это значит, что сегодня у человека было настроение, он пожертво-

вал, а завтра настроения нет, и может не появиться ещё лет десять, а ребёнок останется без помощи. Мы же можем рассчитывать на определенную сумму каждый месяц, что дает определенную стабильность и возможность планировать помощь конкретной семье. А предприятие, пересылающее деньги, может увидеть реальные результаты своей благотворительности.

Собственно, учредители организации «Виктория» решили создать свою организацию, в которой могли бы сами определять размер и адресата помощи.

Есть много людей, которые хотели бы помочь, но они не знают, как это сделать. Мы стараемся объединять усилия всех желающих.

ПС: Расскажите, кто работает в общественной организации «Виктория»?

Э.В.: Сейчас в организации работает несколько человек: исполнительный директор, его заместитель, психолог и курьер. Контактируем с попечительским советом, который в свою очередь привлекает тех, кто хочет помочь, и распределяет средства.

ПС: Сколько семей на попечении у «Виктории»?

Э.В.: На данный момент – 27 семей, в каждой из которых есть ребенок-инвалид. В пяти случаях дети находятся под опекой родственников. Хотя организация является областной, денежных средств поступает не достаточно много, поэтому пока мы можем охватить только местные семьи. Чтобы получить помощь организации, нужно собрать документы: справки об инвалидности, о проживании в Пушкинском районе – и прийти к нам в офис, расположенный по адресу: улица Горького, дом 2.

Кроме семей, мы помогаем детскому дому "Березка" в Сергиево-Посадском районе, Челюскинской школе, в которой 22 ребенка занимаются на домашнем обучении, и детскому саду "Снежинка", где есть группа неполного дня для детей с церебральным параличом.

ПС: Каким образом осуществляется помощь?

Э.В.: Мы занимаемся адресной помощью. Родители, которые подают заявки в нашу организацию, оставляют свои пожелания: что конкретно



Э. Ю. Вишневская и психолог О. Ю. Третьякова

необходимо ребенку. Это может быть инвалидная коляска, ходунки, оплата обучения, ортопедической обуви и т.д. «Виктория» уже приобрела шесть колясок, последняя из них стоила 92 тысячи рублей и предназначалась семилетнему Диме Кириченко. Вадим Обухов получил ортопедическое приспособление тройник за 71 тысячу рублей. Нескольким детям мы оплатили путевки в детские и оздоровительные лагеря. Например, Ксении Яснковой необходимо постоянное лечение в санатории, но семье не под силу его оплатить – один курс стоит 82 тысячи рублей. Также мы планируем помочь трем семьям с детьми-аутистами, которым необходимы занятия в дельфинарии. Один такой курс стоит около 70 тысяч рублей. «Виктория» приобретает необходимые медикаменты, иногда оплачивает долги по коммунальным платежам. Самариной Марине перед операцией были оплачены анализы.

Кроме того, наша организация регулярно передает семьям продуктовые наборы, подарки к праздникам.

В рамках культурной программы дети посещают храм Сретения Господня в Новой деревне, где прихожане устраивают для них концерты и накрывают праздничный стол. Уже дважды наши подопечные посещали московский цирк «Аквамарин».

За последнее время наша организация подарила детскому саду песочницу и игровой комплекс «Лучик», а Челюскинской школе — два компьютера и столы.

ПС: Откуда поступают средства?

Э.В.: Наша организация небольшая, но уже есть предприниматели, которые перечисляют деньги в наш фонд постоянно. Например, компания «ПР-Арт» и торговый комплекс «НБА» ежемесячно переводят по 15 тысяч рублей, есть и такие, кто отсылает по 100 тысяч. Все поступления складываются. Если что-то нужно купить экстренно, то покупаем, если нет, то откладываем. Сейчас мы собираем средства на ортопедический аппарат для Евдокимовой Валерии, который стоит более 257 тысяч рублей.

ПС: А рядовые граждане вам помогают?

Э.В.: Было два небольших перевода. Но в основном люди предпочитают оставлять деньги в ящиках для пожертвований с логотипом «Виктории», которые можно найти во многих торговых центрах.

ПС: Какие благотворительные акции проводятся для сбора средств?

Э.В.: Перед Новым годом директор Челюскинской школы собрала ребят, мы привезли им материал для творче-



ства, и они сделали открытки. Вырученные от их продажи средства вошли в оплату коляски для пятилетнего Славы Лабутина. К 1 июня «Виктория» готовит благотворительную ярмарку «Руками ангела».

ПС: Кто ещё помогает организации «Виктория»?

Э.В.: Мы работаем с производителем детского питания «НПП-Русь» и благотворительным фондом «Весна в сердце», которые поставляют продукты и косметику марки «НПП». За время существования нашей организации мы уже три раза отправляли продукты питания в детский дом «Березка», многодетным семьям в Сретенский храм и нашим подопечным.

Ещё я хотела бы сказать спасибо тем людям, которые нам помогают. Например, Инне, которая, к сожалению, не говорит свою фамилию. Это очень энергичный человек, который совершенно бесплатно привозит нам продукты. А семья Дворянковых – Галина и Михаил — помогли «Виктории» наладить контакт с компанией «НПП».

ПС: В вашей организации работает психолог. В каких случаях нужна его консультация?

О.Т.: Часто в подростковом возрасте начинается кризис, что является нормальным этапом развития любого ребенка. У детей-инвалидов он проходит сложнее, потому что они зачастую даже не осознают, что с ними происходит, а родители теряются в ситуации: вроде все было хорошо, и вдруг ребенок стал вспыльчивым, больше плачет. Они сразу начинают переживать, не знают, что делать. Вот тогда им нужна консультация психолога. Бывают ситуации, когда родители просто устают, у них опускаются руки. Мы помогаем им снять эмоциональную напряженность.

В будущем «Виктория» планирует проводить тренинги для родителей, чтобы объединить их. Осознание, что ты не одинок в своей проблеме, дает положительный эффект. В этой группе родитель отдыхает от предвзятого отношения окружающих, которые показывают пальцем: мол, у тебя ребёнок-инвалид, значит, ты сам не нормальный. Существует расхожее мнение, что дети-инвалиды рождаются

только в неблагополучных семьях. Это неправда. Такой ребенок может родиться в абсолютно любой семье. Совсем необязательно, что его родители – алкоголики или наркоманы.

ПС: Вы даете консультации приемным родителям?

О.Т.: У «Виктории» есть договор с Управлением опеки, по которому мы тестируем и консультируем пары, желающие взять ребенка из детского дома. Будущие родители должны знать, что они столкнутся с определенными трудностями. Бытует мнение, что главное – полюбить ребёнка, купить ему всевозможные игрушки, хотя часто таким они ему не нужны. Ребёнку необходимо ощущение, что он принят в семью, стал её полноценной частью, участвует в общих делах. Покупка игрушек может показаться попыткой откупиться.

Приемные дети старше четырех лет – это уже сформированные личности. В первые недели они ведут себя идеально, потому что боятся, что их вернут в детский дом. А потом поведение кардинально меняется: ребенок перестает чистить зубы, убирать игрушки и застилать постель. Таким образом он проверяет родителей, причем последней стадией проверки является воровство денег. В случае с приемным ребенком – это знак того, что он принял родителей, считает, что у них как у близких можно взять денежку.

ПС: Что бы вы хотели передать жителям Пушкинского района?

Э.В.: Каждый должен понять, что помощь детям – это не подвиг. Это должно быть внутренним состоянием человека, который увидел сложившуюся в стране ситуацию. Ведь наше государство не способно обеспечить детям нормальное проживание, не говоря уже о полноценном лечении. Хорошо, если у мамы есть возможность дополнительно заработать переводами или рукоделием, а если она обыкновенный продавец, это очень тяжело. Мне хочется, чтобы люди, видя нашу рекламу, отнеслись к нашему призыву по-доброму и не пожалели хотя бы 10 рублей. Потому что из таких десятков складывается сумма, позже потраченная на необходимый аппарат или коляску. Если у кого-то есть сомнения, приходите, мы покажем списки детей, все отчеты организации, чтобы было видно, что деньги не уходят кому-то в карман, а идут на адресную помощь. Наши двери всегда открыты.

О.Т.: Мне хочется добавить, что родители, опекуны хорошо отзывались о нашей работе.

Перепечатано с портала «Пушкино сегодня»

Адрес Центра «Виктория» :
г. Пушкино, ул. Горького, д. 2-2а

Разработано анатомическое сиденье для инвалидной коляски

Эргономические сиденья сегодня используются чрезвычайно широко: от автомобилей до офисов. Однако при этом почему-то забывают, что существует категория людей, для которых удобное и безопасное эргономическое сиденье не менее важно: инвалиды-колясочники. Это упущение решили исправить швейцарские специалисты, разработав специальное эргономическое сиденье для инвалидных колясок.

Идея создания такого сиденья пришла специалисту в области эрготерапии Роджеру Хохштрассеру, который был знаком с огромным количеством жалоб от инвалидов-колясочников, вынужденных проводить весь день в одном положении, что приводит не только к ощущению дискомфорта, но и может стать причиной возникновения болей, деформаций позвоночного столба, пролежней и т.п.

Хохштрассер решил не просто улучшить эргономику сиденья инвалидной коляски, а создать принципиально новую его конструкцию, минимизирующую возможность развития различных осложнений и которая была бы максимально удобной для инвалида-колясочника.

Практическую реализацию своих идей Хохштрассер осуществил в сотрудничестве со специалистами междисциплинарного исследовательского института EMPA, Института



энергетики и мобильности Бернского университета и швейцарской компании «r going», специализирующейся в области реабилитационных технологий.

Работа над созданием эргономичного сиденья для инвалидных колясок велась в течение полутора лет и финансировалась Комиссией Швейцарской конфедерации по технологиям и инновациям.

Спинка анатомического сиденья состоит из ребер и подвижных сочленений, которые имитируют структура человеческого торса. В зависимости от желания пользователя спинку можно наклонять до 22° вперед и 40° назад, а

также повернуть влево/вправо на 30° по горизонтали.

Изменение положения спинки позволяет не только регулировать положение верхней части тела, но и изменять нагрузку на бедра и ягодицы, тем самым устраняя длительную нагрузку на одни и те же их участки, препятствуя развитию пролежней. Разработчики сиденья считают, что его пользователям следует не только выбирать максимально удобное для них положение в инвалидной коляске, но и время от времени в течение дня изменять положение своего тела в коляске, чтобы предотвратить деформацию позвоночника и развитие пролежней.

Настройки сиденья изменяются пользователем самостоятельно, без посторонней помощи, это осуществляется с помощью электродвигателей, питание от которых подается от стандартных аккумуляторных батарей, приводящих инвалидную коляску в движение.

Анатомическое сиденье прошло испытание в различных условиях: от грунтовых и мощенных камнем дорог и пересеченной местности до такси и лифтов. Нареканий со стороны инвалидов-колясочников, участвовавших в испытаниях не было. В ближайшее время запланированы клинические испытания эргономичного сиденья и, будем надеяться, оно скоро появится в продаже.

У подмосковных инвалидов появятся "браслеты быстрого реагирования"

Инновационный проект начал действовать в нескольких районах Подмосковья. Одиноким инвалиды, большинству из которых трудно самостоятельно передвигаться, получили специальные браслеты. С их помощью медики контролируют состояние своих пациентов, а те в случае необходимости могут оперативно связаться с врачами.

20 одиноких пенсионеров города Ступино, которые по болезни не выходят из дома, уже получили браслеты быстрого реагирования. С виду они напоминают часы, но вместо циферблата у них так называемая тревожная кнопка фиолетового цвета. Если человек вдруг чувствует себя плохо, он нажимает на кнопку, и к нему по сигналу приезжают на помощь.

Пилотный проект внедряется в Реутове, в Ступинском, Клинском и Истринском районах, а со временем подобные системы должны появиться во всех районах области. Пока что специальная программа "Аркан", содержащая данные о пенсионерах и обрабатывающая сигналы с "тревожных кнопок", работает лишь с 9 до 18 часов. Но в Министерстве соцзащиты Московской области обещают, что с будущего года оперативная система реагирования будет работать гораздо дольше, а у пенсионеров появится возможность обратной связи. Кроме того, будут закуплены устройства, позволяющие наблюдать за передвижениями инвалидов.



Напомним, что аналогичную службу при московском Доме ветеранов столичный мэр пообещал создать в мае этого года.

MV-1 – первый серийный автомобиль для инвалидов

Для человека с ограниченными возможностями автомобиль вовсе не роскошь, а исключительно средство передвижения (причем, зачастую чуть ли не единственный возможный его вариант). Для этой категории людей адаптируются серийные модели, однако далеко не всегда это можно сделать, полностью удовлетворив все потребности и запросы пользователя. Похоже, решение этой проблемы найдено: в США начат выпуск первой в мире серийной модели автомобиля, изначально предназначенной для людей с инвалидностью.

Как показала практика, серийные модели можно усовершенствовать и «подогнать» их для человека с ограниченными возможностями, однако все зависит от параметров, комплектации и технических характеристик базовой модели. Чтобы автомобиль стал максимально комфортным для людей с поражением опорно-двигательного аппарата, компания Vehicle Production Group разработала модель автомобиля, специально предназначенного для инвалидов-колясочников – MV-1.

В настоящее время начат ее серийный выпуск.

MV-1 представляет собой полно-размерный рамный однообъемник с выдвигающейся рампой по правому борту (она складывается и «прячется» под днищем). В салоне одно полноценное место для водителя, сзади него – откидывающееся сиденье для сопровождающего, задние места предназначены для пассажиров с ограниченными



возможностями, они будут удобны и для обычных людей. Дверной проем, предназначенный для въезда на инвалидной коляске очень широкий и высокий. Учитывая значительные габариты автомобиля (длина 5,2 м и высота почти 2 м), можно быть уверенным, что в салоне будет удобно даже пользователям самых больших инвалидных колясок с электроприводом.

В салон можно попасть с помощью автоматически выдвигающейся рампы.



Телескопическая конструкция позволяет без проблем убирать ее под днище автомобиля, при этом рампа выдерживает серьезные нагрузки – до 600 кг. Рампа покрыта противоскользящим покрытием (как и весь пол в салоне) и оборудована автономной системой освещения.

Не смотря на то, что автомобиль предназначен для людей с ограниченными возможностями, назвать его представителем эконо-класса просто язык не поворачивается. Судите сами: двигатель – 4,6 литровая фордовская «восьмерка», автоматическая коробка передач, круиз-контроль, система курсовой устойчивости, антиблокировочная тормозная система, электропривод стеклоподъемников и боковых зеркал, 17-дюймовые стальные диски, все-сезонные шины (плюс система контроля давления в них), центральный замок, противоугонная система и еще множество «мелочей», делающих эксплуатацию автомобиля максимально комфортной.

Этот автомобиль еще очень дорогое удовольствие, хотя для потребителя в США за счет различных грантов и субсидий окончательная цена может быть снижена почти вдвое. Надеемся, в будущем и наши люди смогут пользоваться таким авто.

Бесплатная рыбалка — для кого?

По новой версии законопроекта о бесплатной рыбалке, она все же останется бесплатной. Но — только для инвалидов, пенсионеров и тех, кто живет рядом с водоемами.

При этом не платить деньги за право посидеть с удочкой смогут отнюдь не все инвалиды, а лишь первой и второй группы.

Кое-что изменилось и для остальных рыбаков. Те, кто рыбачит не возле родного дома, а вдали от него, например, в другом регионе, будут платить. Но не 500 руб. в год, как планировалось ранее, а 365. Другими словами, по рублю в день. Деньги, взимаемые с рыбаков за их увлечение, пойдут только на три направления: мониторинг пресноводных водоемов, воспроизводство рыбы и мелиорацию.

Если законопроект будет одобрен, на рыбалку придется брать не только удочки и червей, но и документы. А как иначе рыбинспекторы поймут, платили вы или нет? Впрочем, эта норма предусматривалась и в более ранних редакциях закона.

Напомним, что обсуждение законопроекта продолжалось два месяца и закончилось 19 сентября. В нем приняли участие более 5 тыс. человек, в результате были отредактированы 67 норм закона. Подавляющее большинство опрошенных граждан (71%) высказались за введение рыболовных карт, тогда как 35% выступили за единую федеральную карту рыбака. Также большинство участников обсуждения поддержали введение норм вылова рыбы.

Как отмечает «Российская газета», в течение трех последних месяцев руководство Росрыболовства проводит переговоры о прохождении нового законопроекта в Госдуме.

МОЛОЧНАЯ ДИЕТА

Молочные продукты не только очень вкусные, но и полезные. Недаром диетологи рекомендуют ежедневно есть творог и пить молоко или кефир. Ведь нежирные молочные продукты, как и само молоко, могут помочь сбросить вес. Так называемая молочная диета рассчитана на тех, кто хочет не только сбросить вес, но также улучшить работу системы пищеварения.

Эффективные диеты для похудения обязательно должны быть строгими. Каждый человек, который хочет похудеть, должен ограничивать себя в потреблении сладкого, жирной и кислой пищи и алкоголя. Но после окончания диеты все снова начинают есть любимую еду в больших количествах, что непременно приводит к плачевным результатам. Да и морить себя блюдами из сельдерея или тыквы может не каждый. Но молочные продукты питания подходят практически всем, к тому же, они достаточно вкусные. Именно поэтому молочная диета полюбилась уже многим женщинам.

Перед тем как сесть на молочную диету, следует учесть, что она подходит не всем. Тем, у кого есть непереносимость молока организмом (а это встречается очень часто), не стоит даже пытаться соблюдать эту диету. Пользы вам от нее не будет никакой.

На данный момент есть несколько вариантов молочной диеты. Первоначальная диета на молоке заключалась в том, что в течение 2 – 3 дней человек ничего не ест. Чувство голода можно утолить только половиной стакана

молока. Продержаться на такой диете очень трудно, да и не всем это дано. Если у вас есть силы выдержать такую строжайшую молочную диету до 3 дней, то вы сможете не только убрать живот, но также и сбрасывать по паре килограмм в день. Сидеть на такой диете нельзя более 5 дней. В идеале молочная диета длится 3 дня.

Во время диеты можно пить только свежее молоко. Отдайте предпочтение козьему молоку вместо коровьего. Также не забудьте после каждой выпитой порции молока прополоскать рот водой. В молоке содержатся бактерии, которые очень плохо влияют на состояние зубов. Но современная молочная диета для похудения разработана более щадящей. В принципе вы не отказываетесь от своей любимой еды, просто сокращаете количество ее потребления и обязательно вводите в рацион молочные продукты питания. Предлагаем вам следующее меню молочной диеты:

завтрак: стакан нежирного йогурта или кефира;

второй завтрак: 100 – 150 обезжиренного творога;

обед: 1 стакан кефира и творожная запеканка;

полдник: 1 стакан молока;

ужин: 1 тост из ржаного хлеба и стакан молока или йогурта.

Вы можете самостоятельно разнообразить меню этой диеты, вместо кефира употребляя йогурт или ряженку. Но молоко должно присутствовать в каждом приеме пищи.

Если вы не уверены, что вышеописанная молочная диета является оптимальной для вас, вы можете попробовать другой вариант питания. В этом случае в рацион молочной диеты добавлены фрукты, что делает ее более легко переносимой. Рацион молочной диеты с фруктами такой:

завтрак: кофе или чай с молоком (обязательно без сахара);

второй завтрак: 200 г нежирного творога;

обед: 200 г любых фруктов, которые вам нравятся больше всего;

полдник: 1 стакан ряженки, кефира, йогурта или простокваши на ваш выбор;

ужин: 200 г фруктов.

В течение всего дня пейте как можно больше минеральной воды без газа, чая или кофе без сахара.

Также вы можете посвящать один день в неделю молочным продуктам и вашей системе пищеварения такая диета пойдет только на пользу.

Соблюдайте раз в неделю такой рацион:

завтрак: чай с медом, 1 печеное яблоко и 1 сливочный йогурт. Вместо яблока можно запечь банан, кислую грушу, абрикосы или дыню;

обед: 100 г манной каши, 200 г нежирного творога, 1 стакан молока;

ужин: 1 сваренное вкрутую яйцо, 1 ломтик батона, 100 г овощного салата, 100 г сырников, 1 стакан ряженки;

поздний ужин: 100 г несладкого йогурта и 100 г фруктов.

Следует учесть, что перед каждым приемом пищи требуется выпивать 200 мл негазированной минеральной воды.

Чтобы готовить на пару, не обязательно приобретать специальную посуду. Используйте для этой цели любую высокую кастрюлю, на четверть заполненную водой или бульоном, вставьте туда небольшую решетку на высоких ножках (так, чтобы решетка была выше уровня налитой жидкости) и закройте плотной крышкой.

Цвет не меняется, а вкус становится еще лучше

Готовя с помощью пароварки, мы можем сохранить не только цвет и консистенцию продуктов, но и содержащиеся в них витамины. Если во время обычной варки овощи теряют витамин С в пропорции 70%, то при приготовлении на пару – всего 40%. Еще одно огромное преимущество – не требуется никакого жира. Даже в случае приготовления пищи на гриле (еще одна полезная альтернатива) случается так, что продукты прилипают, и тогда приходится использовать растительное масло.

ГОТОВИМ НА ПАРУ

Еда не пригорает

Во время приготовления продуктов на пару они не подвергаются воздействию высокой температуры. Поэтому, благодаря оптимальной влажности, еда не сгорает и не пересушивается. Разница варки и пароварения в том, что во втором случае продукты не соприкасаются с водой, а лишь подвергаются воздействию горячего пара.

Как лучше приготовить пищу на пару

Крышка посуды должна очень плотно прилегать, так, чтобы она не пропускала пар и время приготовления было оптимальным. Если крышка пропускает пар, то время готовки затянется.

Следите, чтобы продукты не соприкасались с водой, так как еда просто

сварится, и паровой эффект будет равен нулю.

Уложите продукты в пароварке таким образом, чтобы они не соприкасались между собой, что позволит пару свободно циркулировать. Куски мяса должны быть примерно одинаковыми, чтобы они успели приготовиться за равное количество времени.

Если вы готовите на пару несколько видов пищи одновременно, то наиболее сочные продукты положите на нижний уровень. Запахи могут взаимопроникать.

Продукты, расположенные снизу, готовятся быстрее, поэтому продуктам, помещенным в верхней части, нужно дать немного больше времени, чтобы они смогли нормально провариться.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

ПРИ РАЗЛИЧНЫХ РАССТРОЙСТВАХ ЗДОРОВЬЯ ПРИНИМАЙТЕ СМЕСИ ОВОЩНЫХ И ФРУКТОВЫХ СОКОВ:

ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СОСУДОВ И СЕРДЦА:

Смесь соков моркови и шпината или моркови, свеклы и сельдерея, или моркови, свеклы, огурцов.

ПРИ АРТРИТЕ:

Сок грейпфрута, моркови и сельдерея.

ПРИ БОЛЕЗНИ ПОЧЕК И МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ:

Соки моркови, свеклы, огурцов, арбуза, дыни.

ПРИ БЕССОНИЦЕ:

На ночь выпивать рюмку сока тыквы с медом

ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ:

Соки томатов, капусты, сельдерея или ананаса и сельдерея.

ДЛЯ ХОРОШЕГО ПИЩЕВАРЕНИЯ:

Соки моркови, огурцов и свеклы с ботвой, или соки томатов, капусты и сельдерея.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

ПОЛЕЗНЫ МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

Кефир, простокваша, ацидофилин.

Не увлекаться жирными молочными продуктами.

СЛАДОСТИ:

Компоты из свежих фруктов и сухофруктов, варенье, мармелад, зефир, пастила.

Воздерживайтесь от шоколада, жирных пирожных, тортов.

НАПИТКИ:

Любые соки с мякотью, минеральная вода, сухие белые вина (не более одного бокала в день).

ВСТРЕЧАЙТЕ КАЖДОЕ УТРО С ДОБРОЙ УЛЫБКОЙ!

Психологи утверждают, что мы сами способны создавать себе хорошее настроение. Для этого надо всего на всего больше улыбаться, даже если вам и не очень весело. Доброжелательное выражение лица возбуждает центры положительных эмоций, приводит человека в тонус, помогает ему сохранить позитивный настрой. Улыбающийся человек обретает бодрость сам и дарит ее другим. Говорят также, что и стареют веселые и оптимистичные люди медленнее.

Очень полезно начинать день так: утром перед зеркалом вспомните что-нибудь приятное, настройтесь на добрые взаимоотношения с близкими и коллегами по работе. И тогда день наверняка наладится!

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

С ЮБИЛЕЕМ!

Председателей:

Раменской РО – Рыбачек Наталью Дмитриевну
Луховицкой РО – Виноградову Татьяну Васильевну
Электростальской ГО – Монахову Нину Николаевну

С ДНЕМ РОЖДЕНИЯ!

Председателей:

Мытищинской РО – Михалину Зою Михайловну
Можайской РО – Рябкова Сергея Михайловича
Звенигородской ГО – Валиулину Зухру Фатыховну
Дмитровской РО – Зыкову Нину Ивановну
Озерской РО – Архипову Александру Антоновну

Председателя КРК МОО ВОИ – Волкова Максима Валентиновича

Членов КРК МООО ВОИ:

Бурцеву Татьяну Михайловну
Дибирову Наталью Анатольевну
Шляхову Елену Михайловну

Директора ООО «Забота»:
Михайлову Людмилу Анатольевну

**Желаем всем вам доброго здоровья,
семейного счастья
и дальнейшей благородной работы
на благо
нашего Общества!**



**Мы от души Вас поздравляем
С Международным женским днем,
Свои стихи Вам посвящаем,
Статьи в газетах помещаем
И песни о любви поем.
Желаем правды, счастья, доброты
Желаем здоровья и сбывшейся мечты**



Учредитель газеты
МООО ВОИ
Председатель МООО ВОИ
Н.И. ЗЕЛИКОВ

127006, Москва
ул. Садовая-Триумфальная,
д. 10/13, стр. 1
Тел./факс: 699-91-03,
Тел.: 699-47-63
moovoi@mosobl.ru

Отпечатано
Заказ №
Тираж 500 экз.
Типография
«Алвиан»

луч надежды

Главный редактор
И. И. ЗЕЛЕНый