



**РОЖДЁННЫЙ  
ЛЕТАТЬ**  
стр. 3



**ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ**  
стр. 8



**БУРАТА, МОЦАРЕЛЛА,  
СТРАЧАТЕЛЛА...**  
стр. 10

№ 01 (145) Январь 2024

12+

Оренбургская областная газета объединений инвалидов

**ВОИ**

ВСЕРОССИЙСКОЕ  
ОБЩЕСТВО  
ИНВАЛИДОВ

ОРЕНБУРГСКАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ

**Вместе мы сможем больше!**

# РАВЕНСТВО

С НОВЫМ ГОДОМ!



КОНКУРС

**Знания  
и опыт  
побеждают**



стр. 4

*Прошёл 9-й областной конкурс «Правила, доступные для всех» среди водителей, имеющих инвалидность.*

ФЕСТИВАЛЬ

**Твоя добро,  
мы согре-  
ваем душу**



стр. 7

*В ДК «Машиностроитель» состоялось праздничное мероприятие, чтобы подарить людям с ограниченными возможностями здоровья тепло и хорошее настроение.*

## Частный сектор приводят в порядок

В конце года депутат Оренбургского городского Совета Максим Захаров подвёл итоги работы и собрал наказы избирателей на следующие 12 месяцев.

В 2023 году на улице 23-я Линия появилась новая дорога. На протяжении многих лет здесь были рытвины, ухабы и огромные лужи, а в сухую погоду — пыль. Проведён частичный ремонт дороги. Его завершат в 2024 году.

— Вместе с инициативными жителями округа мы включились в работу по дорожному ремонту в частном секторе. Продолжим создавать и детские площадки в частном секторе. Так, в 2023 году появилась детская площадка на 1-м Сенном проезде. Это был наказ избирателей. Но работа идёт и в многоэтажной застройке, например, во дворе жилого дома по адресу Алтайская, 12 А появилась новая детская площадка. При финансовом участии оренбуржцев можно привлечь муниципальные средства на проект. Из любого двора можно сделать сказку. Такой проект был реализован по адресу 75-я Линия, 2 Д. Жители на собрании поддержали идею. Территорию около жилого дома привели в порядок. Подняли тротуары, заасфальтировали двор. Теперь жители хотят облагородить территорию и у соседнего дома, — делится депутат.

## Поздравление юбилярше

Оренбурженка Газзиназ Вильданова отмечает 95-летний юбилей. Газзиназ Ганиевна родилась 6 января 1929 года в селе Озерки Илекского района. С раннего детства работала в колхозе, затем почтальоном, трудилась на маслозаводе.

Несмотря на трудности, что встречались на жизненном пути, юбилярша сохранила энергию, оптимизм, жизнелюбие и великодушное чувство юмора. Тепло родных прибавляет ей силы и желание радоваться каждому мгновению жизни. Газзиназ Вильданова воспитала троих детей, имеет семь внуков и восемь правнуков.

Сейчас она с удовольствием вяжет, смотрит концерты, летом ездит на дачу. Секрет долголетия, со слов именинницы, заключается в труде, любви к чтению и пешим прогулкам на свежем воздухе.

Труженица тыла награждена многочисленными юбилейными медалями Победы в Великой Отечественной войне, медалью «Дети войны». В юбилей оренбурженке вручили поздравительные телеграммы Президента РФ Владимира Путина, губернатора Оренбуржья Дениса Паслера и главы города Сергея Салмина.



## Бюджет увеличен

Бюджет Оренбурга на 2024 год составит почти 26 миллиардов рублей, он будет бездефицитным. Более 60% из них — это социальные расходы. Параметры бюджета могут быть увеличены уже в этом году.

— Как и в прошлом году, сегодня городской Совет принял бюджет роста. Напомню, что при принятии главный финансовый документ на 2023 год составлял чуть более 23 миллиардов рублей. А сегодня мы утвердили бюджет, который уже почти на 3 миллиарда рублей больше, — отметила председатель Оренбургского городского Совета Ольга Березнева.

Депутатами учтены все первоочередные обязательства: заработная плата работников бюджетной сферы с учетом индексации, социальные выплаты, обязательные платежи, содержание муниципальных учреждений. Также на 2024 год в полном объеме учтены дополнительные меры социальной поддержки семей участников СВО.

## Активисты навестили ветерана

Ребята из партии «Единая Россия» побывали в гостях у ветерана Великой Отечественной войны, активистки горВОИ Анастасии Гориной.

Анастасия Алексеевна в прошлом году отметила 100-летний юбилей, но продолжает сама справляться с домашними делами. Не обращая внимания на протесты родных, может и попытаться почистить дорожку от снега. Активисты «Единой России» почистили снег во дворе и со стороны улицы, смели с крыши сарая, где его уже много накопилось.

Недавно Анастасию Алексеевну навесил секретарь регионального отделения «Единой России», член генсовета партии, депутат Государственной Думы ФС РФ Олег Димов и дал поручение смонтировать антискольз-

ящие накладки на крыльце дома. Ребята задание выполнили. Теперь передвигаться по ступеням стало безопаснее.

Член общества инвалидов Оренбурга Анастасия Горина угостила гостей чаем и попросила передать Олегу Димову слова благодарности



## Помочь поверить в чудо

В регионе проходит партийная акция «Сундучок храбрости». Депутат фракции «Единая Россия» в Законодательном Собрании области Олег Лактионов и секретарь местного отделения партии, глава Красногвардейского района Юрий Классен навесили ребят, которые проходят лечение в стационаре Красногвардейской участковой больницы.



— Дед Мороз передал детям сладкие подарки, а мы поздравили их с праздником и пожелали скорейшего выздоровления и быстрее оказаться в кругу родных и близких! — сказал Олег Лактионов.

Гости поздравили и медицинских работников детского отделения.

Затем Олег Лактионов и Юрий Классен встретились с педиатрами, осмотрели обновлённые после ремонта кабинеты детской поликлиники. Депутат подарил жалюзи на окна в игровую комнату и регистратуру.

Дед Мороз и Снегурочка поздравили детей, находящихся на стационарном лечении в Илекской районной больнице, с Новым годом. Пожелали им скорейшего выздоровления и вручили подарки от депутата фракции «Единая Россия» в Законодательном Собрании области Юрия Цымбалюка.

Пациенты детского отделения Бузулукской больницы скорой медицинской помощи имени академика Н.А. Семашко также встречали гостей, а подарки стали неожиданным сюрпризом. Ребятишки с восторгом рассказывали стихи Дедушке Морозу, пели песни и даже танцевали.

— Мы не могли оставить в стороне детей, которые сегодня проходят лечение в стационарах Бузулукской больницы, — подчеркнул председатель городского Совета Бузулука единоросс Александр Шубин. — Уже четвёртый раз мы проводим эту акцию. Мы очень хотим подарить детям частичку теплоты, добра, заботы и новогоднего праздника.

Пациенты и их родители поблагодарили гостей за добрые пожелания и подарки. К словам благодарности присоединилась и заведующий педиатрическим отделением больницы Нина Попова.

Она отметила, что добрые эмоции от подобных мероприятий помогают детям быстрее выздоравливать.

## Сопровождаемое проживание

Два года в нашем регионе в рамках нацпроекта «Демография» применяются новые технологии в сфере социального обслуживания населения. Одна из них — проект «Сопровождаемое проживание», реализация которого способствует приобретению инвалидом навыков, обеспечивающих максимально возможную самостоятельную жизнь.

Сопровождаемое проживание предусматривает предоставление инвалиду в при-

вычной, благоприятной для него обстановке социальных и образовательных услуг, а также услуг по реабилитации. Участники проекта живут в сопровождении одного или нескольких помощников.

В настоящее время в Оренбургской области новая технология реализуется на базе семи учреждений социального обслуживания: здесь установлены учебно-тренировочные модули, проведено обучение персонала.

В 2023 году сопровождаемое проживание организо-

вано для 38 оренбуржцев с ограниченными возможностями здоровья. Благодаря данной работе три участника проекта обучаются профессии в специальных профессиональных заведениях, три человека получают общее образование, ещё два — официально трудоустроены. В ближайшее время четверо молодых людей будут переведены на сопровождаемое проживание на постоянной основе в собственное жильё. Сейчас там заканчиваются ремонтные работы.

Семён Картузов родился без левой стопы. Он ещё в детстве понял, что жизнь – борьба, и только сильнейший добьётся победы. Сегодня он призёр, рекордсмен Чемпионата России, а с недавних пор ещё и тренер.

#### УЧЕНИК НЕ ПОДВЁЛ

Родители Семёна никогда не считали его «не таким», воспитывали, как обычного ребёнка. Впервые свою непохожесть на других Семён почувствовал, когда его отказались брать в спортивные секции.

– Я хотел тренироваться. Мама звонила в одну спортивную школу, в другую, третью и везде слышала отказ: не было тренеров, которые бы занимались с такими, как я. Голос её дрожал от боли, но вида не подавала, подбадривала меня, – вспоминает Семён.

Мальчик так уверенно ходил на протезе, что одноклассники не догадывались о том, что у Семёна нет стопы. После школы поступил в экономический колледж-интернат Оренбурга. В параллельной группе учился Дияс Избасаров – прославленный легкоатлет, с которым Семён сразу подружился.

– Меня впечатлила история Дияса. Он в детстве был практически прикован к больничной койке, к 16 годам перенёс восемь операций. Это не помешало ему в дальнейшем стать мастером спорта международного класса, участником Паралимпиады – 2016 в Рио-де-Жанейро. Он доказал, что всё в жизни возможно, главное – захотеть, – продолжает Семён.

Однокурсник спросил у Дияса, где тот занимается спортом. Дияс рассказал Семёну о тренере Геннадии Чеботарёве, предложил сходить на тренировку в манеж ОГПУ. Геннадий Викторович принял нового ученика радушно, увидел в его глазах упорство и стойкость. Семён не пропускал ни одной тренировки и показывал отличные результаты в прыжках в длину. Спустя неделю после первого занятия Семён принял «боевое крещение» на первенстве России.

– Почему Геннадий Викторович взял меня на крупный турнир? Наверняка, был уверен, что не подведу его. Ну, и, наверное, для того, чтобы я на других посмотрел, увидел, куда стремиться, – рассуждает молодой человек.

Семён не подвёл. Стал призёром первенства в прыжках в длину, и это на бытовом протезе, в то время как его опытные соперники прыгали на специальных, спортивных. Победа дала ему мощный стимул тренироваться дальше, постепенно «дошёл» до кандидата в мастера спорта.

Спорт для Семёна был увлечением, тогда он не планировал связываться с ним

# Рождённый летать

*Как живёт и к чему стремится обладатель спортивного протеза.*



Семён Картузов: «Каждая победа для меня – принятие себя. Да, бывает сложно, больно, и ноги гудят, и руки опускаются, но не пересилишь себя – не получится ничего».

свою профессию. Учился на менеджера по продажам, после колледжа хотел поступать в «плекхановку», даже отнёс документы в приёмную комиссию, но в последний момент передумал.

– Для меня спорт всегда был ближе экономики, поэтому принял решение идти в институт физкультуры и спорта ОГПУ. К моему ужасу, всем абитуриентам требовалось сдавать норматив по плаванию. Плавать я умел, но не привык это делать на глазах у всех. Вот разуюсь я, все увидят, что у меня нет стопы. Какая будет реакция? – вспоминает спортсмен.

Семён, на тот момент признанный чемпион, понимал, что здесь нужно бороться, в первую очередь, с самим собой, преодолевать психологические барьеры. Абитуриент удивил всех, но не отсутствием стопы, а одним из лучших результатов по плаванию. Четыре года он учился на преподавателя физкультуры, потом ещё два в магистратуре на управленца. Поблажек себе не делал, работал наравне со всеми.

#### УРОКИ ЧЕМПИОНСТВА

Всё чаще в голове у Семёна вертелся вопрос: где работать? Менеджер по продажам не вариант: там целый день надо проводить на ногах. Работать учителем физкультуры тоже не хотелось: вдруг школьники узнают о том, что у них физкультурник с протезом, засмеют же! Так рассуждал Семён, пока не увидел объявление, что в специальную (коррекционную) школу-интернат №1 Оренбурга требуется учитель физкультуры.

– Понял, что если пойду работать в школу для глухих и слабослышащих, смогу многому научить ребят и



многому у них научиться, – продолжает он.

Семён Валерьевич быстро влился в коллектив педагогов, с ребятами тоже оказался на одной волне. По видеоурокам изучил язык жестов, общение учителя с учениками с каждым днём становилось всё более доверительным. Сейчас у Семёна 5-6 уроков физкультуры в день, после обеда – тренерская работа в областной спортивной школе олимпийского резерва № 2, а вечером тренировки для себя.

В секции по лёгкой атлетике у Семёна Валерьевича 11 ребят разных возрастов, со 2-го по 10-й классы, все имеют проблемы со слухом. В тёплое время года тренировки проводились на стадионе «Оренбург», сейчас в спортзале.

Спортивные успехи не заставили себя ждать. На IV Всероссийской летней спартакиаде инвалидов в Башкирии бронзой отмечен воспитанник Картузова Ефим Наливайко. Юный спортсмен завоевал медаль в прыжках в длину с результатом в 516 сантиметров, всего на два миллиметра уступив сопернику. В шаге от медали остановился другой воспитанник Семёна – Алексей Золотых.

– Учусь в 10-м классе, больше года хожу на тренировки к Семёну Валерьевичу. Мы выезжали на соревнования в Салават, Сорочинск, Бузулук. Две недели находились на сборах в Ташле Тюльганского района, какая там красивая природа! Мой конёк – прыжки в длину с разбега и с места. Хочу учиться на технаря, но со спортом не расстанусь, – делится Алексей.

Впереди у спортсменов первенство России, которое пройдёт летом этого года. Наставник уверен, что без медалей его подопечные точно не останутся, ведь уже сейчас их показатели по прыжкам и бегу близки к всероссийским рекордам.

Рекорды ставит и сам Семён, во многом благодаря новому спортивному протезу. Его он получил в 2022 году. Протез изготовили по индивидуальному заказу, при поддержке областного Минспорта. Такой всего один в области.

– Спортивный протез более «прыгучий», чем обычный. Теперь я выступаю на равных условиях со спортсменами из других регионов. На чемпионате России прыгнул в длину на 5 метров 60 сантиметров, – отмечает чемпион.

#### ВЫБОР СДЕЛАН

В жизни каждого человека его величество случай играет важную роль. Как бы сложилась жизнь Семёна, если бы на его пути не встретился известный тренер? Да и то, что молодой человек преуспел именно в прыжках в длину, а не в настольном теннисе или шахматах – ирония судьбы, не иначе!

Волею случая Семён познакомился и со своей будущей супругой Валентиной. Ещё в студенчестве он подрабатывал таксистом, выполнял очередной заказ – подвозил девушку.

– Она села на заднее сиденье. Уже стемнело, я не видел её лица, но что-то меня подтолкнуло с ней заговорить, хотя никогда первый не начинал разговор с клиентами. Когда девушка выходила из машины, попросил её номер. Она убежала, ничего не ответив, – с улыбкой вспоминает Семён.

Дома Валя всё обдумала и решила узнать поближе молодого человека, который спросил её телефон. Позвонила знакомому диспетчеру такси, назвала номер машины незнакомца. Первой на встречу с молодым человеком на автостоянку поехала будущая теща. «Собеседование» прошло хорошо, Семён показался ей достойным кандидатом в женихи для дочери. Познакомились в соцсетях, начали встречаться.

Семён до последнего скрывал свою особенность, рассказал о стопе, только когда начали жить вместе. «Выбор твой, бросишь так бросишь», – добавил мужчина. «Я всё знаю. Свой выбор уже сделала», – ответила любимая.

Семён и Валентина вместе уже четыре года, в счастливом браке родилась дочь Юля. Отец пообещал дочери, что, когда она начнёт бегать, возьмёт её с собой на стадион и не забудет прихватить спортивный протез – на обычном за малышкой просто не поспеешь.

Отметим, Семён Картузов родился в Иркутской области, сейчас живёт в Оренбурге, в полтора года в Санкт-Петербурге ему установили первый протез.

В настоящее время он 13-кратный серебряный и 25-кратный бронзовый призёр Чемпионата России. В 2016 году оренбуржец допрыгнул до рекорда страны с результатом 155 сантиметров в высоту и 5,31 метра в длину.

Антон ПИЧУРИН  
г. Оренбург

## КОНКУРС

# Знания и опыт побеждают

Учебно-методический центр системы социальной защиты области совместно с Оренбургским государственным экономическим колледжем-интернатом провёл 9-й областной конкурс «Правила, доступные для всех» среди водителей, имеющих инвалидность.

На открытии участников приветствовала заместитель министра социального развития Оренбургской области Акбикеш Есина, которая напутствовала водителей добрыми словами:

– Главное – не победа, а участие! Мы придерживаемся этого олимпийского принципа. Каждый из вас уже победитель, потому что смог преодолеть себя, найти силы побороться за приз! Желаю вам спокойствия, уверенности в своих силах и хороших результатов!

В программу конкурса входили несколько этапов: знатоки ПДД, действия водителя при ДТП, фигурное вождение, вождение на тренажёре и автомобильная викторина. Приняли участие члены Оренбургской областной организации ВОИ из Оренбурга, Оренбургского, Беляевского, Саракташского районов, а также студенты ОГЭКИ. Всего 12 автомобилистов. Новички и конкурсанты со стажем пока-



зали достойные результаты в номинациях и были награждены дипломами и подарками.

Лучших результатов на этапе «Знатоки ПДД» добились Алексей Борисов, Олег Низамов и Валерий Черкасин. На этапе «Фигурное вождение» победителями стали Дамир Исламгулов, Николай Деревянкин, Владимир Марков-



ский. Лучшие результаты в «Автомобильной викторине» показали Марсель Муртазин, Даниил Елманов и Сергей Голубев.

В настоящее время обучение лиц с ограниченными возможностями здоровья управлению транспортным средством проводится за счёт средств областного бюджета. Контингент для обучения расширен, кроме инвалидов имеют право и члены семей, имеющие детей-инвалидов, опекуны совершеннолетних недееспособных граждан.

Учебно-методический центр имеет свою закрытую площадку для отработки первоначальных навыков вождения и восемь учебных автомобилей, оснащённых специальным и дублирующим оборудованием, в том числе с ручным управлением. Ежегодно здесь получают навыки вождения до 200 граждан льготных категорий.

Ольга СОЛОВЬЁВА  
г. Оренбург

## ПУТЬ В ПРОФЕССИЮ

## Образование... И особый подход

В посёлке Чебеньки есть необычное образовательное учреждение – филиал Оренбургского аграрного колледжа. Интересно оно тем, что вместе с обычными студентами профессию здесь получают дети особой заботы.

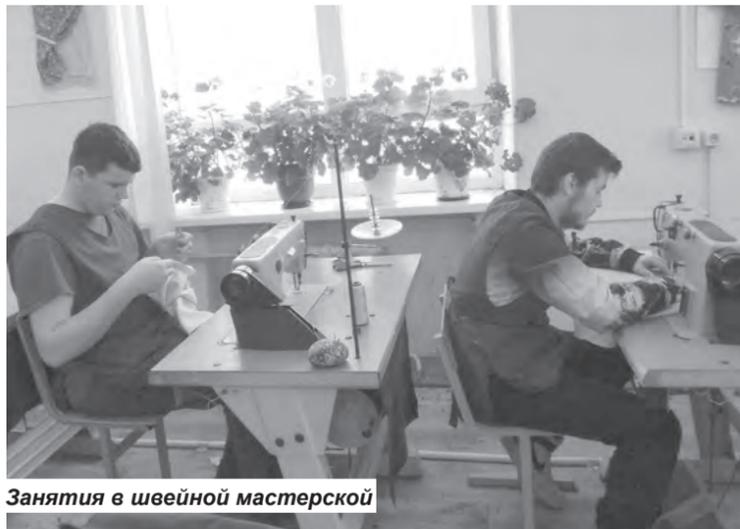
– Президент России Владимир Путин не раз подчёркивал, что сегодня важно возрождать средне-специальное образование. В нашем колледже студенты могут получить профессии повара, электромонтёра, маляра и швеи, – рассказывает заведующий филиалом Оренбургского аграрного колледжа Яков Данилов.

По его словам, главный капитал образовательной организации – крепкий и профессиональный педагогический коллектив. Некоторые преподаватели трудятся здесь без малого полвека.

Кроме того, это одно из немногих учреждений, в котором обучают инвалидов.

– 60 процентов наших студентов – дети-сироты из разных уголков Оренбургской области. У большинства из них есть серьёзные заболевания, в том числе ментальные, – отмечает Яков Данилов.

Светлана Чехлань шестой год преподаёт студентам с инвалидностью основы пор-



Занятия в швейной мастерской

тяжного дела.

Педагог подчёркивает, что несмотря на сложности со здоровьем, её подопечные – добрые, трудолюбивые и талантливые. Так, седьмой год подряд студенты колледжа участвуют в региональном чемпионате «Абилимпикс» (конкурсы профмастерства для людей с ограниченными возможностями здоровья). Задания там непростые, например, всего за два часа шить

платье-бохо.

И её студенты справляются отлично, ежегодно занимают призовые места.

Студенты с инвалидностью очень отзывчивые. Они охотно откликнулись на сбор гуманитарной помощи для военнослужащих, находящихся в зоне специальной военной операции на Украине. Ребята сами сшили для солдат нижнее бельё и варежки.

Олеся – сирота с инвалид-



Светлана Чехлань показывает дипломы своих особых студентов

одобряют. Это увеличивает её шансы найти хорошую работу.

Заведующий филиалом Оренбургского аграрного колледжа в посёлке Чебеньки Яков Данилов говорит, что основная проблема в образовательной организации – недостаток финансирования. Здание колледжа построено ещё в 70-е годы. Сейчас стандарты изменились, многим требованиям постройка не отвечает.

Тем не менее, коллектив живёт насыщенной жизнью. Педагоги своими силами делают ремонт. В образовательной организации набрали среди студентов волейбольную команду, а все календарные праздники отмечают дружно и весело. Главным же достижением педагоги считают многочисленные счастливые истории выпускников, которые успешно устраиваются на работу.

Кристина НЕЧАЕВА  
Оренбургский район

ностью из Новосергиевского района. В колледже девушка получает уже второе образование.

– Отучилась на швею. Участвовала в конкурсах и получила призовые места. Благодаря полученным знаниям сама сшила платье себе на выпускной. Мне нравится учиться, поэтому решила получить ещё одну профессию – маляра, – говорит Олеся.

Педагоги выбор девушки

# ТВОРЧЕСТВО КАК СТИМУЛ К ЖИЗНИ

*В нашей организации ВОИ немало талантливых людей, умеющих создавать настоящее волшебство и неповторимые произведения. Обладает творческим даром и Надежда Нуждина из Северного района.*

Она создаёт своими руками оригинальные сувенирные изделия, изящные поделки, которые радуют взор и вызывают добрые чувства. Природа благоволяет ей, даря возможность творить за умение переносить удары и трудности судьбы. Сама же Надежда по своей скромности считает это преувеличением. По её словам, это просто увлечение, хобби, которое в её возрасте очень полезно.

Толчком для проявления своих возможностей стало знакомство с работами районных умельцев, представленными на различных выставках. Надежда Александровна тоже продемонстрировала свои поделки на выставках, которые организовывались в Комплексном центре социального обслуживания населения, в районной библиотеке, в местном обществе инвалидов. Делала декоративные корзинки, шкатулки и панно из природного материала, алмазные вышивки и нитками мулине, немного рисует.

Последнее увлечение – сувенирные мыльца, подаренные родным и близким к праздничным датам. Остатки Надежда Александровна реализовала знакомым, а деньги перечислила на приобретение материала, из которого женщины-северянки плетут сети для бойцов СВО. Недавно мастерица представляла свои работы на областном фестивале «Вместе мы сможем больше!», в котором она стала призёром в номинации «Умелые руки творят чудеса».

Детство своё Надежда Александровна считает счастливым. Росла она в селе Каменногорское, окружённая заботой и любовью родителей и старших сестёр. Подростком она со сверстниками в лесу



собирала душистую, сладко пахнущую на языке сочную землянику в высокой траве ложбинок и в открытых свету, солнцу полянках, вдыхала горьковатый аромат грибов под опавшей листвой в лесу. Как не любить скромную красоту родных мест, когда солнышко, словно расшавившийся ребёнок, прыгает по верхушкам и кронам деревьев. Не оторвать глаз от незабудок и ландышей, холодный, влажный аромат которых ни с чем не спутаешь. Возможность видеть эту пер-

возданную красоту оставила в душе неизгладимые впечатления, которые не могут не проявляться в творчестве! По профессии Надежда Нуждина медицинский работник. 27 лет отработала медсестрой сначала в поликлинике, затем в детском отделении районной больницы. Посменная ночная работа дежурной медсестрой в стационаре чередовалась уходом за дочерью, инвалидом детства. Чрезмерная нагрузка и недосыпание сказались на здоровье женщины. Она пере-



несла сложную операцию. Работать по специальности уже не смогла – оформлена на группу инвалидности. Однако осталось много хороших воспоминаний о коллективе. Со многими бывшими коллегами она до сих пор поддерживает добрые отношения. Надежда Александровна никогда не жалуется на судьбу, личность сильная и волевая. Но с каким бы волевым характером ни был бы человек, без поддержки близких и родных не обойтись. Надежда и опора для неё трудолюбивый и

заботливый муж, Владимир Борисович, а также сын с семьёй. Моральную поддержку черпает в активном участии в мероприятиях, проводимых районным обществом инвалидов совместно с работниками Центра социального обслуживания населения, культработниками и библиотекарями.

Особую роль играют в жизни Надежды Александровны увлечения. Творческий процесс не даёт скучать, впадать в уныние, помогает преодолевать трудные обстоятельства. Своим увлечениям она посвящает вечера в осенне-зимний период, а летом некогда скучать – уход за цветами в клумбах, вазонах, высаженных в палисаднике. Среди них розы, флоксы, гортензии. Много времени отнимают огородные дела, соленья, варенья. С удовольствием делает пастилу из яблок, сушёные цукаты из тыквы. Может побаловать близких блинами, пирожками, имбирными пряниками. Одним словом, мастерица на все руки.

Исследования показали, что люди, совершающие добрые поступки, проявляющие заботу о других, чувствуют себя счастливее.

**Ольга ДЕМИДОВА**  
Северный район

## АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

# Возраст – это не года, а душа

*Возраст определяется не количеством прожитых лет, а состоянием души. Когда видишь активных, не уставших от жизни пожилых людей, то понимаешь, как это здорово!*

В нашем посёлке Кировск много пожилых людей, которые участвуют в общественной жизни. Особенно сейчас, когда страна переживает непростое время, они активные участники патриотических акций: «Носки солдату», «Тепло родного дома». Ведь тыл – это надёжное плечо для наших солдат на фронте.

В рамках региональной программы «Старшее поколение» совместно с Кировской библиотекой провели фольклорный час «На Ивана, на Купала». Организована доставка лиц старше 65 лет и инвалидов на специальном



Лилия Гайдукова и Любовь Логинова

приобретённом автотранспортном средстве КЦСОН в кинотеатр «Маяк» и на концерт в РДК «Колос».

Среди граждан есть особые активистки – Лилия Гайдукова и Любовь Логинова. Любовь Леонидовна, невзирая на возраст, принимает активное участие в районных и областных соревнованиях по лыжному спорту, в художественной самодеятельности. Она увлекается рукоделием, мастерит прекрасных кукол, и шьёт национальные костюмы. В 2023 году участвовала в областном фестивале ГТО, все нормы выполнила с превосходными результатами.

Её мечта – принять участие в областных соревнованиях «Кросс Нации» и «Лыжня России».

Лилия Петровна Гайдукова в свои 82 чувствует себя молодой! Занимается спортом, выступает на соревнованиях, участник художественной самодеятельности, любит печь пироги и угощать гостей, выращивает богатый урожай на своём огороде.

Весёлые и отзывчивые – они знают, как жить с радостью в любом возрасте.

**Дина НУРТАЕВА**  
Кваркенский район

## Северный район

В январе два члена нашей организации отмечают юбилеи. Это активные и творческие люди. Ольга Демидова встречает 70-летний юбилей. Она работала директором школы, инспектором горОНО. Член Союза журналистов России, призёр литературного конкурса «СТИХИЯ Пегаса», издала книгу «Повесть о настоящей любви», роман «Горький дым родных очагов», часто публикуется на страницах «Равенства». С 75-летием поздравляем Махияна Шагеева. Он работал заведующим хирургическим отделением, был главным врачом, много оперировал. Награждён знаком «Отличник здравоохранения», «Заслуженный врач России». Врачебная династия Шагеевых удостоена премии «Золотой фонд Здравоохранения».

**Людмила МЕЛЬНИКОВА**

## Беляевский район

Новогодние и рождественские посиделки организовали члены МО ВОИ 12 января в местном музее. Председатель местной организации Вера Сверчкова поведала: «Весь декабрь был насыщен мероприятиями: торжество ко Дню инвалида, соревнования по настольным играм, бенефис в честь 85-летнего юбилея нашей поэтессы Любви Багайдиной. А теперь отдохнули душой, веселились. Призы за верные ответы на загадки и чаепитие настроили на весёлый лад».

**Леонид ЛЕТОВ**

## Грачёвский район

В канун Нового года глава Грачёвского района Денис Филатов вручил ключи от новой квартиры члену нашей организации ВОИ Валентине Мамедовой. Теперь Валентина вместе со своей дочкой – малышкой Анечкой будут жить в своей квартире. Это огромное счастье для молодой мамочки. Наша местная организация выражает благодарность Денису Викторовичу за прекрасный новогодний подарок и за исполненную мечту.

**Галина ИВАНОВА**

## Илекский район

Местная организация ВОИ для своих членов общества провела новогоднюю встречу «Голубой огонёк». Конечно, были Дед Мороз и Снегурочка, активные игры, веселье. Звучали знаменитые песни, стихи, ставили сценки. Каждый проявил себя весёлым и находчивым. Главное, взрослые смогли хоть на вечер забыть свои проблемы, заботы, болезни, окунуться в детские воспоминания, коснуться волшебства и зарядиться весёлым настроением.

**Вера СМОЛЁНОВА**

## г. Абудулино

На спортивной базе «Восточная» прошли соревнования по стрельбе из пневматической винтовки среди членов ВОИ, посвящённые Декаде спорта и здоровья. Мороз и погодные условия не помешали добиться хороших результатов участникам, количество которых растёт с каждым годом. Первое место завоевал Александр Конышев, второе – Александр Данилов, третье – Сергей Алексеев. Победители и призёры награждены грамотами и медалями.

**Александр НИКОЛАЕВ**

## г. Бузулук

23 декабря в дружественной атмосфере прошла «Новогодняя гостиная для золотых людей – 2024». В программе – чаепитие, весёлые игры, забавные конкурсы и зажигательные танцы. Праздничное убранство и тихое звучание любимых мелодий создавали особую атмосферу. Гости с удовольствием играли, угадывали песни, зажигали в танцевальном марафоне. Не обошлось и без сказочных персонажей, выступлений талантливых артистов. Вечер отдыха подарил всем положительный заряд бодрости и хорошее настроение.

**Сергей ГРИДНЕВ**



## Сакмарский район

В местной организации ВОИ декабрь был насыщенным и плодотворным. Вера Романова, председатель МО ВОИ, рассказывает: «Очередную группу инвалидов возили на экскурсию в музей В.С. Черномырдина в посёлок Чёрный Отрог. Интересно провели шахматный турнир. На заседании клуба ЗОЖ обсудили текущие вопросы и планировали темы для будущих встреч. Участники клуба «Мастерица», которым я руковожу, сшили очаровательного дракончика и в преддверии Нового года подарили в день рождения члену нашей организации, рождённой в год Дракона. И это только часть наших дел за прошедший месяц».

**Любовь ЛАХТИНА**

## Саракташский район

15 декабря члены МО ВОИ вновь собрались в литературной гостиной, чтобы проверить свои знания по истории Оренбуржья. Встречу назвали «Мой край – Оренбуржье». Поговорили о природе родного края, его достопримечательностях, о знаменитых пуховых платках. Вспомнили мастериц-вязальщиц из родного района. Доброе общение наполнило гармонией и уютом.

**Иван МАЛОВ**

## Октябрьский район

Спортивный праздник по пяти видам спорта провела местная организация ВОИ в декабре. Шашки, шахматы, дартс, теннис, гири покоряли и демонстрировали своё мастерство 25 участников. Александр Муравцев, председатель МО ВОИ, рассказал: «Второй год мы проводим состязания на своей базе, а раньше надо было договариваться с ФОКом». Соревнования, как отметил Олег Попов, заместитель главы района по социальным вопросам, прошли на высоком уровне. Участники получили заряд бодрости».

**Любовь ЛАХТИНА**

## Курманаевский район

Наталья Захарова, председатель местной организации ВОИ, поделилась: «В ноябрьской акции «Бабушкины пироги» взяли на заметку безрадостную картину в доме одинокого пенсионера-инвалида. Стали думать, чем помочь. Елена Ростовцева предложила сделать в его доме генеральную уборку. И вот семеро серебряных волонтеров в обозначенный день взялись за дело: помыли потолки и окна, постирали шторы, установили и украсили красавицу-ёлку. Это стало нашим новогодним подарком земляку».

**Леонид ЛЕТОВ**

## Кваркенский район

Встреча в ДК «Колос», на которой присутствовало 35 человек, была завершающим аккордом для местной организации ВОИ в ушедшем году. Шестеро активистов МО получили Благодарственные письма и подарки. Познавательная и весёлая викторина подняла всем настроение. Душевный концерт и дружеское чаепитие сплотили присутствующих. Валентина Агапова, председатель МО ВОИ, подвела итог: «Эта встреча была долгожданная, присутствующие выражали желание собираться чаще. Я благодарна сотрудникам ДК, библиотеки, собеса, которые помогли в организации и проведении праздника. Была метель, но собес организовал доставку на автотранспорте».

**Любовь ЛАХТИНА**

Иван в своё время учился игре на баяне и на гитаре, Виктор занимался хореографией. Первый погиб в 23 года, второй – 37 лет. Яркие, талантливые ребята, их помнят преподаватели школы, ими гордятся воспитанники.

Концерт прошёл при полном зале. Почти сорок участников. Струнный оркестр, баянисты и гитаристы, саксофонистка и пианисты, чтецы... и, конечно же, хор девочек с их прозрачными голосами. Спасибо всем преподавателям за подготовку концерта. Спасибо ребятам за искреннее и трепетное отношение к памяти. Спасибо Ивану Евгеньевичу Крачковскому за новогодние подарки всем участникам.

Тема СВО неожиданно всплыла 22 декабря, когда мы с Л. Казаковой и В. Жу-

# Моление о мире

*В детской школе искусств в конце декабря состоялся необычный концерт «Родина, Память и Честь», посвящённый выпускникам школы Ивану Крачковскому и Виктору Лукинскому, погибшим на Украине в ходе СВО.*

ковым совершали традиционный поздравительный обход долгожителей северной ячейки ВОИ. 87-летний Владимир Иванович Дорошенко – самый активный участник группы «Волонтёры Новосергиевки». Два года он помогает нашим бойцам ежемесячно – с пенсии выделяет на нужды защитников 1000 рублей. Владимир Иванович недавно перенёс операцию на сердце, в больнице прихватил инфекцию, поэтому чувствует себя



неважно. Но его поэтическая душа не знает усталости. Вот и сегодня он принёс черновики нового стихотворения – своеобразное «Моление о мире». Стихотворение ещё не окончено, и дай бог Вам, Владимир Иванович, здоровья и сил.

День зимнего солнцестояния миновал, зима повернула к лету, а война – к миру!

**Валентина ЗЕЛЕНКОВА**  
Новосергиевский район

## ДОСУГ

# Творя добро, мы согреваем душу

*В ДК «Машиностроитель» 18 декабря состоялось праздничное мероприятие, чтобы подарить людям с ограниченными возможностями здоровья тепло и хорошее настроение. От имени главы города Бузулук Владимира Пескова всех присутствующих поздравил его заместитель по социальной политике Николай Севрюков.*

Среди нас живут люди, которым тяжело даётся каждый шаг в жизни. Но они не сломались и знают, какова цена даже очень маленькой победы. В этот день самых активных Николай Севрюков награждал Благодарственными письмами, а руководителям первичных организаций ВОИ вручил сертификаты.

– Главная задача нашего Общества – не дать человеку с ограниченными возможностями замкнуться в себе, помочь ему развиваться в спорте, творчестве, различных социальных проектах. Эта встреча – ещё одна возможность обратить внимание на проблемы людей, волею судьбы имеющих слабое здоровье и нуждающихся в помощи, – отметил председатель местного отделения ВОИ Сергей Гриднев.

Сейчас общество насчитывает более 1000 человек. Только в этом году бузулучане с ОВЗ принимали участие в фестивале «Вместе мы сможем больше!», в зональном фестивале настольных игр «На спортивной волне», в интеллектуальном турнире «Хотим всё знать!» и многих других мероприятиях, члены общества постоянно

становятся победителями конкурсов и соревнований различных уровней. По словам Сергея Александровича, большую роль в этом играют и городские учреждения культуры, которые создают доступную среду и проводят множество мероприятий.

Примером взаимодействия стала концертная программа «Творя добро, мы умножаем душу», в которой на одной сцене в едином творческом союзе выступили артисты ДК «Машиностроитель» и члены общества инвалидов города.

**Сергей ГРИДНЕВ**  
г. Бузулук



*Вот и закончился юбилейный для ВОИшников год, насыщенный событиями и встречами. Вся наша дружная команда активистов в полной готовности собралась встретить Новый год.*

## Делу время и потехе

Подготовка шла основательная: репетиции, составление меню, разнообразные шутки и конкурсы. Спектакль-концерт «Новый год по-соседски» подготовили вокалисты и артисты театра кукол. Каждый участник спел невыдуманные истории про то, какой может быть жизнь. Конечно, были подобраны ироничные песни «Человек и кошка», «Рыбалка», «Делу время», «Настоящий полковник», «Тюбик», «Брутальный мужчина», именно они и создали хорошее настроение. Финальная песня «Новый год» стала красивым многоточием нашего спектакля. Главным гостем стал Дракон, пожелавший всем успехов и здоровья на весь год. Не обошлось без шуточных конкурсов и игр. Все пришедшие получили небольшие сувениры, сделанные руками участниц клуба «Берегини».

Ежегодным спонсором для нашей организации стал Фарит Азнабаев, а также его сестра и друзья. На эти средства были приобретены продукты, и 29 декабря их развезли инвалидам-колясочникам, ведь такое внимание им необходимо.

Пусть исполняются мечты и желания, а мы говорим спасибо всем, кто принимает участие в жизни нашей организации.

**Татьяна АНОСОВА**  
г. Бузулук

## МНЕНИЯ

Начиная с августа прошлого года, дважды, а то и трижды в неделю мы собирались в ДК «Молодёжный» для организации помощи бойцам СВО.

Мы и раньше вязали, шили, упаковывали и отправляли на линию фронта посылки, но теперь у нас есть клуб «Узелки». Одно из основных направлений – маскировочные сети. В декабре мы закончили двенадцатую. Приходят не только пенсионеры, но и дети, и молодые женщины – работы хватает всем! Сети уходят практически сразу – ребята, пришедшие в отпуск, приезжающие по делам, нас не забывают, обратная связь есть всегда. Делаем «сухой армейский душ», вяжем носки и перчатки, расфасовываем лекарственный травяной чай. Упаковываем посылки для госпиталей – помогаем, чем можем. Работаем в содружестве с волонтерскими центрами Новосергиевки.

Исполнилось 20 лет группе «Здоровье». Созданная Раисой Сайфутдиновой, группа продолжает жить, наполненная радостью движения. Конечно, состав очень сильно изменился, старожилками считаются пришедшие в группу 7-12 лет назад, но здоровый дух сохранился! Изменилось и место дислокации: из спорткомплекса «Урожай» мы переехали в зеркальный зал ФОК «Дельфин». Немного тесновато, всё-таки 25 женщин с гимнастическими палками в опасной близости с зеркалами... но мы привыкаем к своим отражениям. И у нас теперь есть инструктор по оздоровительной гимнастике, очаровательная Катенька

# Расставляя акценты

*Вот и наступил новый год. Размещая в Интернете фотографии с очередного мероприятия декабря, подумала, а что в 2023 году оказалось наиболее значимым и актуальным по времени? Благодаря чему мы чувствуем себя в этом мире душевно спокойными и защищёнными – востребованными? Семья – не обсуждается, она всегда в приоритете, а что ещё...*

Абусева, чья точёная фигура заставляет нас стремиться к совершенству и запоминать замысловатые сочетания рук-ног-туловища.

Нашему любимому клубу «Вдохновение» исполнилось семь лет. Я даже не представляю, что бы мы делали без всех этих феерических встреч, организованных для нас КЦСОН, всех этих тренингов, акций и обучений. Здесь радость бытия для нас не только в самом действии: творческое общение, вот та суть, за которую мы держимся изо всех сил.

Не могу не похвалиться последним подарком: при ДК «Салют» для пенсионеров организована театральная студия! Состоялись уже три занятия. Главный режиссёр – Елена Попова, молодая, красивая, весёлая, радующаяся каждому нашему успеху, будь то угаданный персонаж из фильма, спетая строчка или собранный из пазлов рисунок. Что уж говорить о театральных этюдах! И совсем неважно, что состав будущей театральной труппы пока не сформирован, фанаты уже есть!



Замечательно то, что продолжается деятельность всех наших обычных «точек притяжения». Социальное волонтерство всех уровней. Настольные спортивные игры при ВОИ. Репетиции наших вокальных групп. Тематические встречи в библиотеке и музее. Всем нашим организаторам – огромное спасибо!

**Валентина ЗЕЛЕНКОВА**  
Новосергиевский район

## ПРАЗДНИК

Гостеприимно встречали детей и их родителей-опекунов директор, она же и преподаватель школы Елена Сидельникова, помощник благочинного по социальному служению Наталья Королева. Все было готово к началу праздника.

– Мы с вами собрались в такой прекрасный зимний вечер. На Руси всегда любили зиму и ей посвящали песни, – такими словами открыла мероприятие Дарья Сергеевна.

Зазвучала песня «Здравствуй, гостья-зима!» Дети – кто-то подпевал, другой – улыбался, третий – хмурился. Эмоции были

# Зимние забавы

*Председатель общественного совета, созданного при Переволоцкой местной организации ВОИ, Дарья Браун предложила провести праздник для детей с ограниченными возможностями в воскресной школе при храме Богоявления в посёлке Переволоцкий.*

разные. Дети играли, бросали в ящик импровизированные снежки, радовались, если удачно попадали.

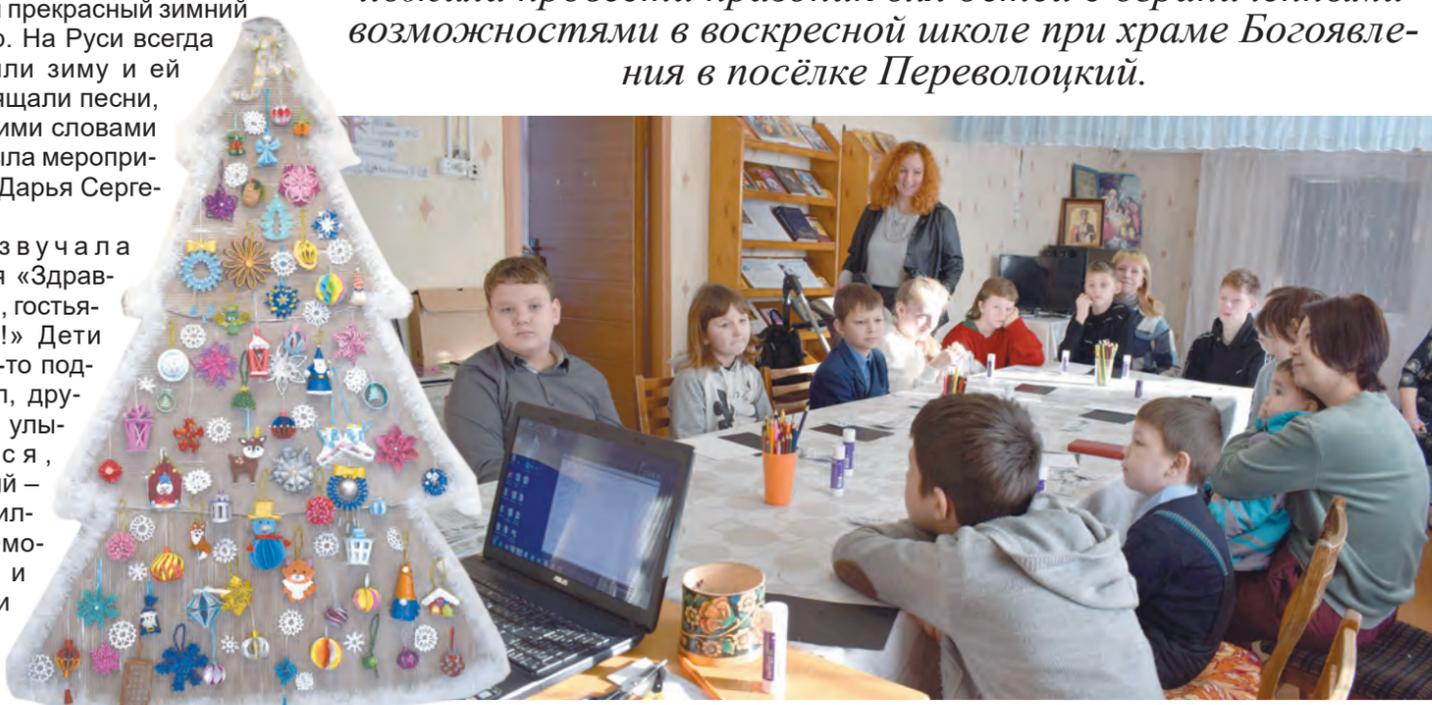
Затем каждому участнику были вручены карточки с качествами, которыми обладает человек (хорошие и плохие) и два листа.

На белом нужно было клеивать хорошие качества, на черном – плохие. Увлечённо клеили дети листочки. С громкими возгласами удовольствия играли в игру «Что полезно для здоровья?»

На заготовленные заранее открытки дети наклеивали картинки и писали пожелания для солдат, которые находятся сейчас на Украине: «Храни Вас Бог! Вернитесь живыми с победой!».

Наша местная организация инвалидов приготовила для детей новогодние сладкие подарки. Приятным моментом стало чаепитие с пирогами, сладостями и мандаринами.

**Лидия НИКИТИНА**  
п. Переволоцкий



Подготовка к празднику шла на позитиве. В начале декабря мой телефон звонил постоянно, члены нашей организации предлагали помощь. Разве не чудно это!

Решили советом правления провести ёлку для детей и взрослых вместе. Старейшие члены Анна Раскатова, Лидия Хубиева просто помолодели на празднике. Они водили хоровод с детишками, глаза их сияли радостью. Новогодняя сказка с Дедом Морозом и Снегурочкой, Бабой-Ягой, Лешим, Каем и Гердой окружила и закружила нас. Дети старательно рассказывали стихи и счастливые получали подарки из рук самого Деда Мороза. Я была удивлена и обрадовалась, когда Лидия Хубиева и Евгения Веккер вышли рассказать стих Деду Морозу. Разве не чудно это!

На улице шёл дождь, а мы не испугались, собрались и провели сказочно день 28 декабря. После хороводов поехали в наш офис и пили вкус-

# Чудо чудное

*Дождя на Новый год не помнят даже наши самые взрослые члены Соль-Илецкой МО ВОИ. В разные эпохи началом Нового года считались разные даты. Отмечали праздник весной, зимой и осенью. Вот, наверное, и вспомнил Новый год свою молодость!*



ный чай, душевно говорили о делах домашних. Поздравили с Новым годом друг друга и решили: «Вместе мы сила».

А 4 января провели онлайн-конкурс в нашей группе «Новогоднее пожелание на 2024 год». Результат конкурса таков: самое краткое – Альбек Карабегов, самое искреннее – Гуля Кинжалеева, самое серьёзное – Лариса Хомич, самое позитивное – Раиса Дирина, самое весёлое – Лидия Хубиева, волшебное пожелание – Евгения Веккер, самое смелое – Саня Жанзакова, самое оригинальное – Антонина Филатова.

Новогоднее чудо мне помогли создавать администрация Соль-Илецкого городского округа, работники отдела культуры, наши добрые волшебники: Гуля Кинжалеева, Замир Мамашев, Любов Шилова, Андрей Резаков и Ольга Толокина, Татьяна и Евгений Балабанова, Анатолий Талышев.

**Анна ВЕККЕР**  
г. Соль-Илецк

# Снова окунулись в детство

*Впервые членам МО ВОИ пришлось звать Дедушку Мороза, и он появился вместе с совсем юной Снегурочкой. Так начался праздник «Елочка, зажгись!».*

Сказочные волонтеры поздравили с наступающим Новым годом, а главный специалист администрации Абдулино Лидия Кондрашова пожелала дальнейшего процветания организации и вручила благодарственные письма самым активным.

Под нескончаемые аплодисменты награду получили Мария Незнамова за активную жизненную позицию и участие во всех делах организации ВОИ, Михаил Надеждин, Надежда Леонтьева – за большие спортивные достижения. Успехи Михаила вдохновляют спортсменов с ограниченными возможностями, но с безграничным желанием никогда не сдаваться и добиваться успеха. Галина Моисеенко увлекает всех своим оптимизмом, издала сборник стихов. Председатель МО Александр Данилов поощрён за успешное руководство организацией.

Праздничная программа была в руках разработчика сценария, а именно Гали-

ны Моисеенко. Ей для этого был вручен игрушечный молоток, чтобы руководить процессом, прекращать шум в зале. Музыкальная часть на этот раз передана участнице конкурса «Вместе мы сможем больше!» Любви Русяевой. Её творчество покоряет слушателей, а репертуар состоял из всеми любимых и знакомых песен. Все с удовольствием подпевали.

Не обошлось без сюрпризов. Среди новых членов ВОИ выделяется своим владением гармошки председатель Чувашской культурной автономии городского округа Анатолий Михайлов. Под его аккомпанемент песни звучали ещё ярче, с ним в диалог вступал баянист Владимир Кузьмин.

Празднование Нового года и 35-летия ВОИ можно назвать настоящим объединяющим событием, подарившим хорошее настроение на многие дни.

**Александр НИКОЛАЕВ**  
г. Абдулино



# Рождественская свеча

В районной библиотеке 6 января для членов местной организации ВОИ серебряные волонтеры Светлана Тупикова и Валентина Асминкина совместно со специалистом Центра социального обслуживания населения Людмилой Солодиловой организовали и провели рождественский вечер «Зажги свечу на Рождество».

с ним традиции и обряды Рождества, делились, как отмечают праздник в своих семьях. В тёплой атмосфере участники с удовольствием общались, играли.

Такие мероприятия несут в себе добро и теплоту, а встречи являются отличным поводом для душевного и веселого общения, помогают разнообразить жизнь и поднять всем настроение.

Дружно вспоминали историю появления праздника, связанные

**Вера СМОЛЁНОВА**  
Илекский район



## БУДНИ ВОИ

## Жить, а не проживать

В Асекеевском районе сегодня 1325 человек с ОВЗ. Местной организацией ВОИ руководит Масхут Закиров.

Он рассказал, что в составе местной организации района 21 первичная организация. Многие председатели первичек руководят ими уже не первый год. Например, Гульфия Шаймуратова из Старомукменево, Закария Калимуллин из Старосултангулово, Александр Захарченко со станции Заглядино, Нургали Мусифуллин из Кислы.

В прошедшем году Общество большое внимание уделяло патриотической тематике. Состоялись встречи ветеранов боевых действий с учащимися старших классов. Яхья Махмутов, Сергей Василевский, Руслан Мукменкулов рассказывали о том, как исполняли свой воинский долг. В преддверии Дня Победы прошла встреча представителей категории «Дети войны» с учащимися 10-го класса. Пётр Никитин и Амир Сулейманов из Асекеево, Лидия и Анатолий Немцевы, Мария Пантелеева со станции Заглядино и другие их ровесники рассказывали юным землякам о своём детстве, выпавшем на военные годы.

Отдельное внимание уделяется тому, что связано со специальной военной операцией. Собирают посылки с гуманитарной помощью. Сами изготавливали окопные свечи.

В течение года проводили встречи с ветеранами труда из различных сфер деятельности, приуроченные к профессиональным датам: Дню муниципальных служащих, Дню медицинского работника, Дню учителя.

В последнее время в спортивное направление вовлекается всё больше людей с ОВЗ. Создаются для этого условия. Сегодня есть возможность заниматься четырьмя видами настольных спортивных игр: шаффлбордом, шашками, шахматами и бильярдом. Бильярд установили в выделенном при содействии главы района помещении. Своими силами провели там косметический ремонт, и в будние дни проводятся тренировки.

Налажено тесное взаимодействие с Бугурусланским городским ВОИ. Ездили на соревнования на их территории, затем с ответным визитом принимали гостей у себя.

Масхут Хусаинович продолжает:

— Ежегодно участвуем в областном чемпионате по настольным спортивным играм. Подобные встречи дают очень хороший опыт и служат стимулом для развития. Например, в этом году мы попробовали свои силы в корнхолле и новусе, теперь хотим найти возможность приобрести оборудование для этих игр, чтобы приобщить к ним людей с инвалидностью из нашего района. Тем более соревнования по этим дисциплинам включены в областной чемпионат.

Помогаем людям с ОВЗ раскрыть и развить свои таланты. И многим удаётся доказать, что границ для творчества не существует. Например, в ноябре в центральной районной библиотеке в литературном конкурсе «Проба пера» участвовали и ребята из нашей организации. В частности, Сергей Лебедев из Мартыновки стал победителем конкурса. Как видите, проблемы со здоровьем не лишают людей возможности сделать жизнь интереснее.

Гульнара ГУБАРЕВА  
Асекеевский район

## МАСТЕРИЦА

## Бурата, моцарелла, страчателла...

Диля Касимова из Старосултангулово готовит десятки сортов сыра из молока со своего подворья

На подворье семьи Касимовых из села Старосултангулово раньше всегда была кормилица бурёнка. Однако занятость на работе заставила хозяйку дома Дилю распрощаться с ней. Но как только женщина вышла на пенсию, нашлись и время, и возможность снова завести корову.

— Это было в 2019 году, — рассказывает Диля Ахмадиевна. — А недавно мы в компанию к нашей Милке приобрели Чайку. Им вдвоём веселее. У нас забот, конечно, прибавилось, но вместе с этим и молока от своего хозяйства стали получать больше.

Надо сказать, Диля — человек творческий. И эта сторона её натуры проявляется даже в домашних делах. К примеру, ей хотелось научиться готовить, помимо сливок, творога, катыка и прочей привычной «молочки», ещё и сыры. От мечты до её успешной реализации прошло около двух лет. Теперь Касимовы не покупают сыр. А зачем? У них на столе всегда есть этот продукт собственного приготовления. И твёрдые сорта, и вытяжные — на выбор, кому какой захочется.

— Мой опыт начался с твёрдых сыров, типа популярного «Российского», — рассказывает сырордел-самоучка. — Сначала осваивала теорию. Потом в интернете нашла мастер-класс популярного блогера, занимающегося изготовлением сыров, изучила его и только потом взялась за дело. Сыр получился с первой же попытки. Дегустировали его всей семьёй, угостили родственников, и всем понравилось. Это, конечно, вдохновило меня на новые эксперименты.

Захотелось сделать итальянский полумягкий столовый сыр, который называется качотта. Он интересен тем, что для его приготовления подходит не только коровье, но и козье, овечье молоко. А ещё его можно разнообразить добавками. Вот где поле для «съедобных» экспериментов. Так, своих домашних гурманов Диля побаловала качоттой с сушёными томатами, паприкой, прованскими травами и другими приправами, семенами кунжута, тыквенными семечками и даже с грецкими орехами. Все эти разновидности были оценены на «отлично». Но и на этом сыродел не остановилась.

— Я хотела добиться безотходного производства. Для этого оставалось найти применение сыворотке, — говорит Диля. — Интернет опять пришёл в помощь. Благодаря ему узнала, что сыворотку можно пустить на рикотту. Вкус этого нежного сыра также можно менять, добавляя туда специи, приправы. Кстати, рикотта — отличный вариант для

бутербродов. Домочадцам этот сыр тоже пришёлся по вкусу.

Вскоре Диля загорелась идеей приготовления вытяжного сыра. Поясню, в процессе его производства применяется особая техника вытягивания и разминания творожной массы в горячей воде, что придаёт продукту характерную волокнистую структуру и эластичность. К группе вытяжных сыров относятся моцарелла, сулугуни, качокавалло, проволоне, чечил, тенили, руло и другие. Впрочем, эту информацию любой из нас может найти в свободном доступе в интернете. А вот Диля записалась ещё и на мастер-класс всё к тому же блогеру и опять выучила все его уроки на «пять». Рассказывает:

— Я сделала выбор в пользу четырёх видов вытяжных сыров: буррата, моцарелла, страчателла и чечил, известный как «косичка». Все они изготавливаются в технике «паста филата», что в переводе с итальянского означает «прядильная паста». Купила закваску и приступила к работе. Основа заготовки этих сыров одна. Отличаются время выдержки, форма, размер. А ещё для бурато нужна начинка из сыра страчателла с добавлением сливок.

В октябре пришло время очередной дегустации. Мама нашей героини Ризеда Султановна оказалась самым строгим судьёй. Диля в шутку называет её «отдел ОТК». По вкусу ей понравились все сыры. Но без замечания не обошлось. «Косичку заплела не очень аккуратно», — сказала она дочери. На что та ответила: «Буду стараться».

Рассказала нам Диля и о сложностях, с которыми сопряжена работа в домашней сыроварне. Оказывается, «вытягивать» заготовку вытяжного сыра нужно в воде, температура которой 75 градусов по Цельсию.

Так, она приспособилась повернуть хлопчатобумажных перчаток надевать резиновые, правда, говорит, рукам всё равно горячо.

— Старшие дети участвуют только в дегу-

станции сыра, — рассказывает Диля, — сам процесс приготовления их не затронул. А вот младший сын Вильдан проявляет живой интерес. И он не только выступает в роли моего маленького помощника в деле, но ещё и самостоятельно использует сыры в приготовлении различных блюд. Получается вкусно!

Мастерица подсчитала цену своего домашнего продукта. Сумма вышла довольно большой. Первостепенная основа для сыра — качественное молоко. Плюс к этому специальные закваски, формы, весы, термометры и прочее. Сейчас она мечтает приобрести специальный шкаф для выдержки сыра. Но все эти затраты, говорит, оправдываются качеством сыра и высшей степенью самоудовлетворения, которое Диля испытывает от результата своего труда.

Гульнара ГУБАРЕВА  
Асекеевский район



# Танюшкины самолёты

*...Внучка Александра Яковлевича, маленькая Танюша, как-то сказала ему: «Деда, хочу летать, сделай мне самолёт!».*

Улица Мира в райцентре – особенная. Она берёт своё начало с квартала, где сосредоточены административные здания всевозможных учреждений, магазины различных форм собственности, филиалы банков, Дом культуры, несколько парков, а также то, что осталось от былой почты – отделение Сорочинского почтамта, пенсионного фонда и соцстраха – клиентский пункт соответствующей организации, находящейся в соседнем Сорочинске.

В этом квартале, лишь четыре жилых дома. Они изначально были построены для первых лиц Красногвардейского района более 50 лет назад. Сейчас здесь живут люди преклонного возраста. Однако, в первую очередь, место расположения этих домов обязывает содержать свои дома и приусадебные участки в примерном для всех сельчан состоянии. Несмотря на свой возраст и давно устаревшую конструкцию домов, они сборно-щитовые, облицованные и покрытые современными материалами, выглядят очень даже пристойно.

...Прошлая зима выдалась на редкость снежной. У первого из упомянутых домов всегда, даже после небольшой пороши, можно было увидеть хозяина дома со снежной лопатой в руках, занятого расчисткой тротуара

и подъезда к воротам. Это Александр Мережко, пенсионер, человек, хорошо известный многим красногвардейцам. До последнего времени он работал в администрации района заведующим отделом ГО и МЧС.

В летнее время его тоже часто можно было увидеть около дома, ловко правящего тримером прилегающий газон.

Но вот нынешней осенью Александр Яковлевич уже не в силах помочь своей супруге Нине Васильевне в уборке опавшей листвы на своём приусадебном участке и прилегающей территории. Резко пошатнулось здоровье. Болезнь, прежде лишь изредка дававшая знать о себе, стала прогрессировать неожиданно и ускоренно. Возможно, сказалось и то, что в участковой больнице района, да и прежде, когда была здесь полноценная больница, нет и не было специалиста-невролога. А пока многочисленные поездки к врачам в областной центр, а также Петербург оставляют лишь надежду на то, что болезнь отступит.

Не это ли яркий пример того, что здоровью может помочь не только статус инвалида, а медицина – своевременная, квалифицированная?! Отсутствие этого – частая причина отъезда в места, где всё это в широкой доступности. Именно об этом всё чаще задумывает-



ся и семья Мережко.

Но всё же Александр Яковлевич не теряет оптимизма. У него надёжный тыл – семья. Мог бы он иметь эту черту без супруги Нины Васильевны?

Думается, что это сомнительно. Она долгое время успешно ведала в районе народным образованием. И сейчас живёт в ногу со временем, с завидной активностью. Она Почётный гражданин района, член Совета старейшин при губернаторе области.

Такая черта характера, как оптимизм, была заложена в нашем герое ещё в юности. Она была ещё присуща ком-

сомольцам 70-х. Именно в это время Александр Мережко возглавлял райком ВЛКСМ Тоцкого района. А до этого были служба в Погранвойсках, учёба в пединституте, работа в школе, где преподавал историю и географию. Комсомольская деятельность завершилась учёбой в высшей партшколе, а затем работой в партийных органах.

Все эти сферы и требовали не только оптимизма, но и разумного и взвешенного максимализма. Последнее характерно для него и по сей день.

...Внучка Александра Яковлевича, маленькая Танюша,

как-то сказала ему: «Деда, хочу летать, сделай мне самолёт!». Эту просьбу внучки дедушка выполнил с присущим ему максимализмом. Сделал он объёмный макет самолёта, затем второй, третий... Незаметно он так увлёкся этим, теперь счёт идёт уже на десятки макетов различных самолётов! Продукты его хобби сейчас не только игрушки для любимой внучки, но и украшения интерьера дома, приусадебного участка и, конечно же, подарки друзьям, знакомым.

**Ахмет КАЛМАНТАЕВ**

## СОЦИАЛЬНЫЙ АСПЕКТ

# Помощь в любой ситуации

*В обществе бытует мнение, что психологи нужны только слабым личностям, тем, кто не может сам справиться со своими проблемами. Сильные якобы могут помочь себе сами. На самом деле это большое заблуждение, считает Эльвира Анварова, психолог комплексного центра социального обслуживания населения Асекеевского района.*

**В процессе своей профессиональной деятельности она имеет дело с представителями разных категорий и хорошо знает, что в жизни порой случаются такие ситуации, в которых без помощи специалиста не обойтись.**

Помощь нужна людям с ограниченными возможностями здоровья и многим из тех, чьи близкие участвуют в специальной военной операции.

Но психолог оказывает не только так называемую скорую помощь. Проводит и профилактическую работу. В том числе и в своём коллективе.

Тренинги регулярно прово-

дятся и с детьми как школьного, так и дошкольного возраста. Психолог отмечает, что современные дети не умеют откликаться на чувства и состояния других людей. Причина всему – то, что их лучшими друзьями являются телевизор, компьютер, смартфон и планшет. Как следствие, дети меньше общаются. Всё это выливается в проблему – недостаточно развитую эмоциональную сферу.

На развитие эмоционально-личностной сферы было нацелено и занятие, которое организовала недавно команда КЦСОН с воспитанниками группы сокращённого дня Юдинской школы. Эльвира

Анварова вместе со специалистом по работе с семьёй Альбиной Газизовой провела тренинг на тему «Мир эмоций». Всё проходило в игровой форме.

Выполняя тематические задания и упражнения, дети смогли закрепить умение узнавать и выражать эмоции мимикой, развить саморегуляцию.

Одно из направлений в работе КЦСОН – оказание помощи семьям, чьи близкие выполняют воинский долг в СВО. За последние три месяца было организовано 10 выездов по адресам, где живут такие семьи.

Эльвира Анварова расска-

зывает:

– Мы встречались с родными военнослужащих, информировали их о мерах социальной поддержки, в частности, о возможности бесплатноправить здоровье в санаториях области. На сегодняшний день четверо детей из таких семей воспользовались этой государственной помощью. Оказывали содействие в уборке снега, доставке дров.

Представителям этой категории оказывается содействие по обращениям в центр занятости населения, филиал ЦСПН, районную больницу. Есть возможность заключения социального контракта. Так, материальную помощь

в связи с тяжёлой жизненной ситуацией, а также помощь на развитие ЛПХ в рамках соцконтракта получили мама погибшего в СВО Руслана Шамсутдинова из Золотого Родника, супруга мобилизованного Мурата Мирзаева из Новосултангулово, жена погибшего Максима Хундякова из Петровки.

Министерство социального развития закупает для них билеты на посещение театра и кино. Получают эти люди и психологическую помощь, с которой легче пережить сложную ситуацию.

**Гульнара ГУБАРЕВА**  
Асекеевский район

Поддерживали участников их родные и близкие, волонтеры и первые лица города: глава Орска Василий Козупица, заместитель главы города по социальной политике Лариса Хальченко и депутат горСовета Александр Чернышов.

Первое испытание – забросить мяч в баскетбольное кольцо. Задание вроде бы простое, однако спортивный снаряд «слушался» не всех. Попадания сами участники приветствовали овациями. Сбивать кегли оказалось чуть проще, но не менее азартно. Ещё был дартс, который проверил умение спортсменов сосредотачиваться, силовой же конкурс мотивировал собрать волю в кулак. Герои дня из всех сил старались поднять гирию как можно больше за минуту. Последние секунды считали хором. Фигурное вождение колясок в тот день сравнили с чем-то виртуозным – и с этим не поспоришь. Участники выложились по полной. Разница в итоговом счёте составила несколько очков, но ведущая подчеркнула, что победила дружба. Это главное, что объединяет собравшихся.

– Спорт для меня значит многое. Почаще бы приглашали нас на состязания. Можно ещё добавить другие виды спорта, например, армспорт. Мне очень понравилось, – поделился Алексей Романенко, участник спартакиады.

Кандидат в мастера спорта по классической борьбе Андрей Горин впервые участвовал в таких состязаниях. Боевым искусством занимался в детстве и юности. После армии играл в баскетбол и волейбол. Пару лет назад он лишился ног из-за тромбоза, что в корне изменило его жизнь.

# И саморазвитие, И СМЫСЛ ЖИЗНИ

*Спартакиаду среди инвалидов-колясочников города организовали в преддверии Международного дня людей с ОВЗ. Участники играли в баскетбол, дартс, боулинг, поднимали гирию на время и передавали эстафету. Соревновались две команды: комплексного центра социального обслуживания населения и Орской местной организации ВОИ.*



Участников объединяет интерес к спорту и общению. Для нас это важно.

– Спорт – это саморазвитие и смысл жизни. Я уже третий раз принимаю участие в соревнованиях среди колясочников. Мне очень нравится атмосфера, люди. У меня здесь много друзей, поэтому каждая встреча для меня – прилив сил, – подчеркнул Евгений Балугев.

Виновникам спортивного торжества вручили грамоты горспорттуркомитета, медали и подарки. Председатель местного отделения ВОИ Александр Чернышов отметил, что такие соревнования обязательно нужны, потому что участники заряжаются энергией для больших побед. Именно на городском уровне зажигаются звезды. В числе успехов наших земляков – первое место во Всероссийском фестивале по спортивному туризму среди инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата «Туриада – Юрюзань – 2023» в составе команды Оренбуржья.

**Нина БРЕЖНЕВА**  
г. Орск

– Мне не раз доводилось видеть мужчин, которые в тяжёлых ситуациях сникали и искали утешения в алкоголе, – говорит Андрей. – Спортсмены же могут взять себя в руки и продолжать жить. Последние несколько месяцев я нахожусь в кризисном отделении КЦСОН, где мне здорово помогают. Помещения там оборудованы для колясочников, сотрудники приветливые. Регулярно занимаюсь с гантелями. Спартакиадой доволен. Четыре раза из пяти попал в кольцо. Гирия – это моё, поднял её раз 80. В вождении коляски тоже не подкачал.



## Зимняя спартакиада

*В физкультурно-оздоровительном комплексе «Старт» в завершение ушедшего года прошла Спартакиада среди ветеранов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Приняли участие 35 человек. В программе состязаний были дартс и шашки, а желающие сдали нормативы ГТО.*



В соревнованиях по дартсу среди женщин первое место заняла Наталья Поленова, второе место – Любовь Минакова, третье – Надежда Леонтьева.

Среди мужчин победителем стал Юнир Яруллин, второе место занял Николай Миннибаев, третье – Сергей Ляпин.

В шашечном турнире среди женщин победила Евгения Буйлова, второе место завоевала Надежда Григорьева, третье место заняла Надежда Леонтьева.

Среди мужчин сильнейшим был Игорь Ягодкин Игорь, второе место занял Юнир Яруллин, третье – Виктор Ляпин.

В завершение желающие сдавали нормативы – тесты ВФСК ГТО. Успешно прошедшим испытания будут вручены знаки ГТО.

Победители и призёры Спартакиады были награждены грамотами и медалями.

**Александр ДАНИЛОВ**  
г. Абдулино

# Бабушка рядышком с дедушкой

*Осенью прошлого года двум семьям из посёлка Красногорский Асекеевского района исполнилось 65 лет. В ходе разговора выяснилось, что эти семьи к тому же дружат с молодости. Точнее с момента рождения первенцев. Любопытен и тот факт, что все четверо юбиляров родились и выросли в других сёлах и деревнях, а торжественное бракосочетание прошло в Красногорском.*

– Я из Софьевки, – рассказывает глава семьи Соловьёвых Николай Фёдорович. – А супруга моя, Ираида Ивановна, из Самарской области. В июле 1958 года после окончания медицинского техникума её направили в нашу Софьевку, вот тогда-то мы и познакомились. Ираиде моей на тот момент было 19 лет.

Дальше события у молодых развивались стремительно. Уже через три месяца Николай Фёдорович сделал предложение. И в ноябре, когда Ираиде исполнилось 20, их брак был торжественно зарегистрирован в Красногорском сельсовете.

– Я в те годы работал в совхозе «Красногорский» водителем, – продолжает глава семьи. – Почти сразу мы сюда и переехали. Как молодой семье, нам выдали дом. Ираида устроилась работать в местную больницу. А уже в 1959 году у нас родилась дочь – Валюша.

В октябре 1958 года в Красногорском сельсовете прошла регистрация бракосочетания супругов Аллы Леонтьевны и Николая Михайловича Тимошенки.

– Коля мой из Сорочинского района, – рассказывает Алла Леонтьевна. – Я сама из Калуги. В посёлок Красногорский направили на работу моего отчима, вот так наша семья сюда и попала. А с Колей познакомились в 1955 году, когда учились в Погроменском техникуме. У нас и специальность одна на двоих, мы оба

техники-механики.

Николай Михайлович сразу запретил Аллу. В февралю 1958 года Алла устроилась на работу в посёлке Красногорский, в августе вслед за ней в посёлок приехал ещё один новоиспечённый специалист – Николай Тимошенко, а в октябре сыграли пышную деревенскую свадьбу.

Все четверо молодых людей оказались востребованными в совхозе. Здесь они так и работали вплоть до выхода на трудовую пенсию.

У Соловьёвых две дочери, обе живут и работают в Самарской области. На двоих сестёр пятеро детей, а сейчас уже и трое внуков.

– Нашей старшей правнучке 21 год, – говорит Николай Фёдорович.

И с гордостью добавляет:

– Дети, внуки, и вот уже и правнуки заботливые, внимательные. Дочки уже сколько лет уговаривают нас переехать к ним, а мы с Ираидой так привыкли к своему посёлку, к родному дому, даже представить себе не можем, как жить в другом месте. Тут же всё своё, родное.

Несмотря на возраст, а на днях у Ираиды, которая младше своего супруга на год, 85-летний юбилей, супруги стараются вести активный образ жизни. На подворье куры, а в саду четыре

пчелиных домика. Всё это требует внимания, к тому же регулярного и своевременного.

– Мы благодарны судьбе, что так сложилась наша жизнь, – говорит Николай Фёдорович. – Сейчас нет да здоровье подводит. То один, то другой уезжаем к детям, они нас по больницам водят. Вот как уедет моя Ираида, тоска такая, белый свет не мил. А как приедет, так сразу тоску разгонит. Столько новостей привезёт: где была, что видела, а я слушаю и не наслушаюсь.

В семье Тимошенко – трое детей. Старший сын Александр и младшая Марина живут и работают в Красногорском. Марина Николаевна более 10 лет возглавляет местную школу и живёт с родителями в одном доме, окружив их заботой. Средний Анатолий, окончив Самарский политехнический институт, решил обосноваться в Оренбурге.

– Мы богатые, – радуется Алла Леонтьевна. – У нас пятеро внуков и уже семь правнуков. А самый счастливый день в нашей жизни, когда первенец Сашка родился. Кстати, Коля Соловьёв – крёстный Маринки. Как у них

Валюшка родилась, а у нас Саша, так мы и сдружились семьями. На природу любил выезжать, то по грибы то по ягоды, а то на рыбалку. Помню, соберём детишек, с Ираидой наготовим чего-нибудь, с огорода зеленушки нарвём и поехали. Всё было просто, по-доброму. Обязательно курицу с собой брали и на костре суп варили. Всё шутили, что наша уха из петуха. Рыбу пока наши мужчины наловят, а тут вот она, уха, пусть хоть и из петуха, уже готова.

Когда появляется возможность поговорить с супругами, много лет прожившими вместе и сохранившими чувства друг к другу, возникает вопрос: «А в чём секрет долгой и главное счастливой семейной жизни?». Обе супружеские пары ответили одинаково, и даже почти одними и теми же словами: в уважении, заботе, умении промолчать, уступить.

– Давать советы и просто, и сложно, – говорили они. – Но знаем одно: никакие материальные блага не заменят душевность. Главное – уметь и желать сохранить любовь. И ценить то, во что она перерастает с годами. Тогда и будет, как в песне «...Бабушка рядышком с дедушкой, столько лет, столько лет вместе, бабушка рядышком с дедушкой дружно поют эту песню...».

**Гульнара ГУБАРЕВА**  
Асекеевский район



Семья Тимошевых



Семья Соловьёвых

# Вылечить и вернуть в строй

*В Оренбурге в рамках реализации социального проекта «Вместе За жизнь» областной организации Всероссийского общества инвалидов на средства Президентского гранта проходят реабилитацию воины, получившие ранения на украинских фронтах.*

## ТУЧИ НАД ГОРОДОМ

Зимняя метель и мороз нависли над городом. Погода не добавляет оптимизма, но парни, раненные в боях на Украине, терпеливо переносят все нагрузки, которые выпадают им во время реабилитации.

Конечно, новая кисть или ступня не отрастут, но ту замену, которую предлагают в протезно-ортопедическом реабилитационном центре, необходимо освоить. Ведь та же кисть руки или ступня дают шанс на новую, другую, жизнь.

## РАНА ОСТАВЛЯЕТ СЛЕД В ХАРАКТЕРЕ

Курс реабилитации в санатории «Строитель» в рамках проекта прошли уже 43 участника специальной военной операции. Истории у всех разные, но причина находится здесь общая: жизнь продолжается, даже после ранений и травм. У одного бойца ампутированы обе ноги выше колена, у второго – ступня, у третьего повреждена кисть руки. Ранения были тяжёлые, и они оставили свой след в мужском характере. Редко на лицах мелькает улыбка, да и биография у троих героев материала непростая. Но от неё ведь не избавиться, она была и есть. Хотя потом закрыли её участие в боевых действиях, ранения.

Вот только одна судьба участника СВО. Был ранен в разгар боёв под Угледаром ещё летом. Упал, однако сознание не потерял. Был в каске, бронжилете, а ранение пришлось в ногу.

Жгутом перетянул, остановил кровотечение, сделал укол промедола, несколько утихомирил боль. Всё это

происходило на дне окопа, непосредственно на боевой позиции. Два бойца помогли добраться до медиков, то есть тащили его около двух с половиной километров. Там уже были санитары. Они доставили бойца в госпиталь в Волновоху. Следом была Еленовка, там и ампутировали ступню. Потом были палаты в Донецке, где время от времени стреляли. Потом Ростов-на-Дону, Ейск. Всё, как положено: уход и контроль. Стало ясно, что в окопы уже не вернётся, воевать не сможет. В начале ноября приехал в Оренбург, где живёт его семья.

Был определён в санаторий «Строитель», в дневной стационар.

Утро начинается с разминки, нога похудела, мышцы подсохли. Нужно вернуть их в рабочее состояние. Одно из упражнений – подъём вверх груза травмированной ногой. Одновременно идёт подбор протеза, примерка «стакана», куда будет погружена культя. Главное же – эластичное, механическое крепление, которое позволит ступне совершать движения, необходимые при ходьбе.

У остальных ребят свои занятия. Один развивает мышцы плеча травмированной руки, причём это не три-четыре сгиба-разгиба или поворота. Это десятки и сотни однообразных упражнений под наблюдением специалиста. Другой проходит подготовительный массаж. На культях нужно набить мозоли, чтобы не столь болезненно ощущать протез. Это не сделаешь мгновенно, за несколько часов и даже дней.

Необходимы соответствующий настрой, огромное терпе-

ние – и результат обязательно придёт. Будет работать рука, и ноги уверенно шагать.

Нужно тесное сотрудничество и обязательно терпение с обеих сторон: пациент – инструктор.

## ЗА ШАГОМ ШАГ

В небольшом тренажёрном зале занятия ведёт Вячеслав Егоров. Он опытный специалист, через его руки прошёл не один человек, которому судьба нанесла тяжёлый удар. Воины СВО составляют в его послужном списке лишь малую часть. Вячеслав Егоров – реабилитолог, инструктор-методист физической культуры. Он оглядывает небольшое помещение и заключает, что для троих бойцов такой объём вполне подходит. Хотя, конечно, хотелось бы иметь брусью подлиннее. Между этими жёрдочками первые шаги, а затем тысячи шагов делают те, кому предстоит встать на «новые ноги». Именно в количестве этих шагов и заключается возможность научиться ходить самостоятельно, активно работать большой пока рукой.

У Назима Валиева – техника-протезиста протезно-ортопедического центра реабилитации, работающего на базе санатория «Строитель», своё хозяйство. Здесь же необходимые материалы: мел, гипс, марля, бинты, пластик и прочее. Под воздействием тепла, пара, электроэнергии всё это превращается во временные протезы. Идут примерки, опробование протезов, новые примерки. Ведь очень важно, чтобы тот не жал, не отзывался лишними страданиями для человека, один раз уже принявшего на себя удар судьбы.

За тем, чтобы пациенты не испытывали неудобств, вовремя питались, принимали витамины, водные процедуры в бассейне, занимались в тренажёрном зале, проходили примерку в цехе, где изготавливаются протезы, внимательно следят Ольга Демянчук – она представляет отдел технических средств реабилитации, и Юлия Гусарова – кроме других забот отвечает за связь с общественностью.

## 20-ЛЕТНИЙ СТАЖ

Александр Гайдуков возглавляет ООО «Протезно-ортопедический реабилитационный центр». Александр Львович, пожалуй, один из самых опытных реабилитологов. Много лет подряд он курировал изготовление протезов. Хорошо знаком с ситуацией на рынке зарубежных стран: Германии, Японии, Южной Кореи и других государств. Выступил вместе со своим центром партнёром акционерного общества «Санаторий «Строитель» в реализации грантового проекта «Вместе За жизнь», который был сформирован Оренбургской областной общественной организацией ВОИ. Проект ориентирован на участников специальной военной операции. Прежде всего тех, кто был ранен и получил увечья.

– За год курс реабилитации прошли более 40 раненых, около половины из них вернулись на фронт. Ещё пять человек получают лечение в январе-феврале 2024 года, – подводит некоторые итоги Александр Гайдуков. – Вообще, специалисты готовы оказать и оказывают помощь круглосуточно и ежедневно, то есть 24/7. Хорошую базу

для отдыха представляет АО «Санаторий «Строитель», есть прекрасная возможность отдохнуть, набраться сил.

Представители СВО дружно отмечают высокий уровень обслуживания, вкусное и калорийное питание.

– Процесс реабилитации, – отмечает директор реабилитационного центра Александр Гайдуков, – может занимать от одного месяца до полугода. Нужно иметь чёткую программу восстановления подвижности конечностей. Следует отметить, что такие программы и возможности у специалистов центра имеются. Разумеется, это зависит от сложности ранения и возможностей организма в восстановлении. Естественно, в арсенале специалистов центра умение профессионально оказывать моральную и психологическую поддержку. Это составляющие части реабилитации.

Тот же Вячеслав Егоров отмечает необходимость введения в процедуру лечения реабилитационных упражнений уже с того момента, как раненый оказался в госпитале в руках врачей. У коллектива накоплен значительный опыт работы с больными, теперь с ранеными.

Опыт реабилитологов переплетается с опытом врачей и всего медперсонала АО «Санаторий «Строитель». Ведь когда взрослый человек осваивает ходьбу на протезах, он невольно испытывает страх. В этом и состоит искусство партнёров. И тех, кто помогает получить удобный протез и освоить его, а также сделать эту процедуру комфортной.

Николай МЕЛЬНИКОВ

## ДОСТУПНАЯ СРЕДА

**Автономная некоммерческая организация «Экспертный центр паспортизации и сертификации «Доступная среда» образована в 2017 году, по н/вр оказывает услуги по проведению обследования, паспортизации доступности для людей с инвалидностью и маломобильных групп населения объектов социальной и транспортной инфраструктуры. Учредителем является Оренбургская областная общественная организация ВОИ.**

**Экспертный центр каждый год получает аккредитацию в Системе добровольной сертификации ВОИ (г. Москва). В штате ЭЦ работают квалифицированные и сертифицированные эксперты СДС ВОИ.**

Паспорт доступности объекта – это унифицированный учётный документ, содержащий информацию о состоянии доступности объекта, сформированный по результатам экспертной оценки состояния доступности, проводимой при обследовании объекта, поэтому провести обследование в соответствии с действующими в настоящее время СП, СНиП, ГОСТами и составить паспорт доступности, не экспертам и необученным сотрудникам объекта будет невозможно. Наш ЭЦ всё это берёт на себя, в том числе и согласование паспорта доступности с обществом инвалидов, что является обязательным условием. На руки заказчика предоставляется полный объективной информации паспорт доступности.

Отсутствие паспорта доступности или несоответствие его действующим нормативным документам, при проверке надзорных органов, может привести к административной ответственности в виде штрафа.

**Желающие воспользоваться нашими услугами или получить дополнительную информацию могут позвонить по телефонам: 89128467877, 89501891116.**





# СЕРЕБРО ФЁДОРА

Участник команды Endolite стал серебряным призёром на Чемпионате России по Кибатлетике 2023

В прошлом году завершился Чемпионат России по Кибатлетике 2023, который проходил в Москве на ВДНХ. Соревнования проходили по четырём дисциплинам: «Протезы бедра», «Протезы голени», «Протезы рук» и «Электрические коляски». Для каждой категории была трасса с заданиями. Оценивались не только скорость прохождения, но и точность выполнения каждого этапа.

Участник команды Endolite Фёдор Дорожкин – пользователь бионической кисти Vincent Systems. Он занял почётное второе место в категории «Протезы рук» и стал серебряным призёром!

Чемпионат России по Кибатлетике – это чудесная возможность обрести новых друзей и увидеть современные средства реабилитации в действии.

Участниками соревнований стали люди из разных регионов России. Они были готовы показать свои навыки и силу в соревнованиях, где каждое задание было связано с простыми движениями, которые мы делаем с легкостью. Например, подняться по лестнице, сложить пирамидку из стаканов или поставить на стол бутылки с водой – для них все эти задачи становились настоящим испытанием и победой над собственными ограничениями.

Стремление к победе каждого участника соревнований завораживает и вдохновляет.

От души поздравляем Фёдора и всех ребят, принявших участие в Кибатлетике.

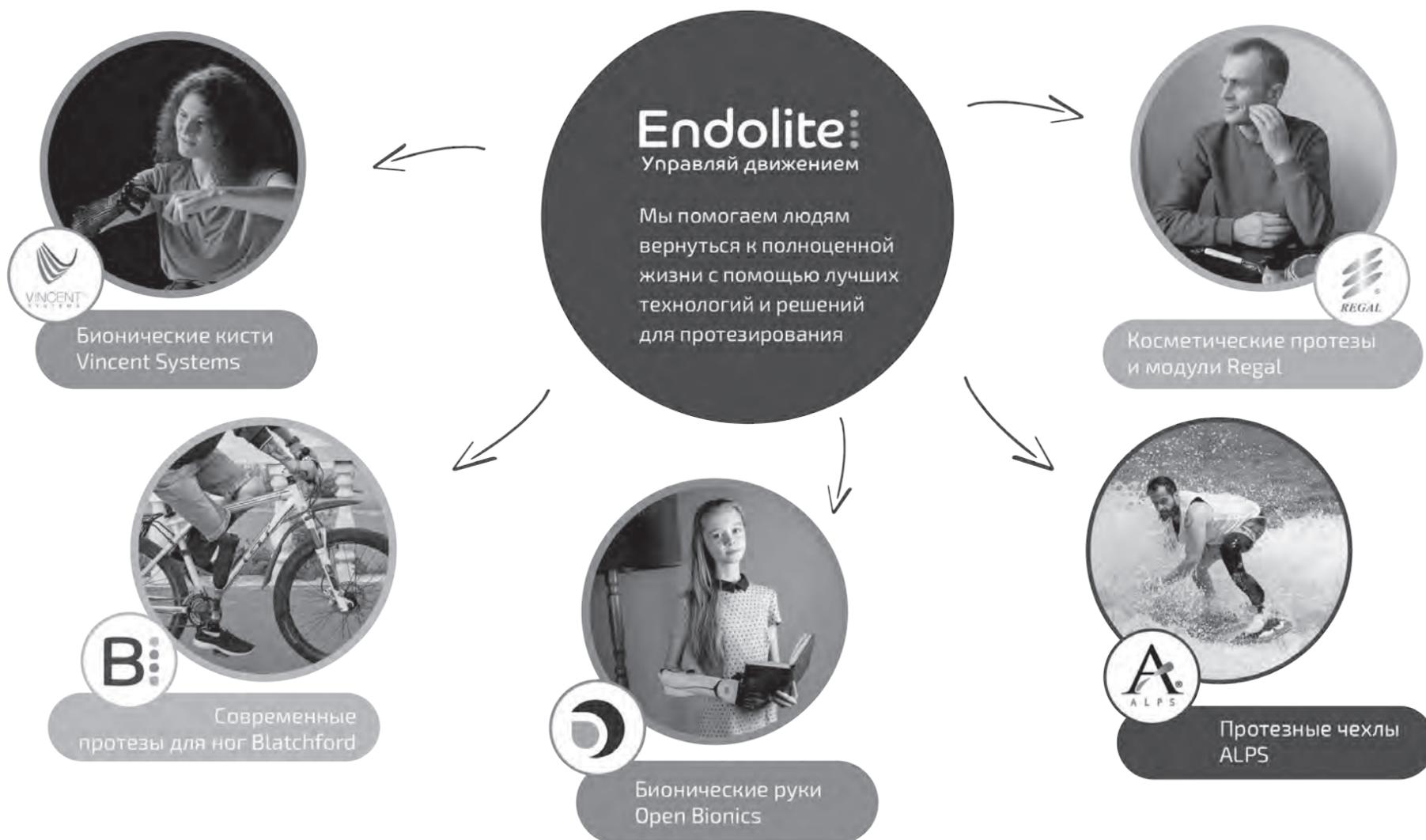
Желаем не останавливаться на достигнутом и с уверенностью идти дальше!

Вы все большие молодцы!



**Узнайте больше о продукции Blatchford, записывайтесь на консультацию по номеру 8-800-770-73-46 или на сайте [www.endolite.ru](http://www.endolite.ru), а для жителей Оренбурга: 8-932-536-57-00 или 8-3532-99-11-33.**

**Специалисты проконсультируют вас, и расскажут, как можно получить современный протез бесплатно по государственной программе.**



# Благодарность за чуткое отношение

В рамках ежегодного мероприятия «Рождественские встречи» в кафе «Светлана» Ташлы состоялось чествование активных членов и лидеров общества инвалидов и Совета ветеранов Ташлинского района.

Собравшихся на мероприятии тепло приветствовали глава района Владимир Иванович Сусликов, замглавы по социальным вопросам Татьяна Николаевна Чепрасова и председатель общества инвалидов и Совета ветеранов Зинаида Александровна Скрынникова. Глава района наградил Благодарностями членов – активистов общества за многолетний труд. Среди них Кузбакова Тамара Васильевна 17

лет и Калюжная Галина Жумашевна 16 лет возглавляют первичные организации в сёлах Бородинск и Трудовое. Они отмечены за чуткое отношение к порученному делу, вклад и развитие общества инвалидов и

Совета ветеранов, активную деятельность в спортивной жизни среди лиц старшего поколения и активное участие в волонтерской деятельности.

Красочным украшением торжества стало

выступление артистов районного Дома культуры, которые подарили гостям лучшие песни и праздничное настроение.

**Нина БРЕЖНЕВА**  
Ташлинский район



## Уважаемые читатели!

28 февраля с 16 до 17 часов на ваши вопросы по социальному обслуживанию и мерам поддержки ответит министр социального развития Оренбургской области Елена Анатольевна Сладкова.

Предварительно задать вопросы можно по телефону 89228836888 Любови Викторовне Сурковой. Или прислать на почту редакции [gazeta.kontingent@mail.ru](mailto:gazeta.kontingent@mail.ru)

## ОБЪЯВЛЕНИЕ

В Оренбуржье активно работает **Следж-хоккейный клуб «Ястребы»**

СЛЕДЖ-ХОККЕИСТОМ МОЖЕТ СТАТЬ КАЖДЫЙ ЖЕЛАЮЩИЙ.  
НАБОР В КОМАНДУ «ЯСТРЕБЫ» ПРОДОЛЖАЕТСЯ.

Обращаться в 0000 ВОИ по адресу: г. Оренбург, ул. Мало-Луговая, 1/1, тел. 70-76-57

или к руководителю клуба «Ястребы» Михаилу Юрьевичу Чекмарёву тел. 89873444678

## Поздравляем с юбилеем членов ВОИ!

### ОРЕНБУРГСКАЯ ГОРОДСКАЯ МО

Кольцова Валентина Анатольевна (85 лет), Шиндина Лидия Петровна (80 лет), Дегтярёва Валентина Николаевна (80 лет), Комар Нина Иванова (80 лет), Алексеева Валентина Николаевна (75 лет), Власова Лидия Фёдоровна (70 лет), Казакова Наталья Борисовна (65 лет), Симакина Валентина Николаевна (65 лет), Синицина Варвара Петровна (65 лет), Снадина Ольга Яковлевна (65 лет), Усманова Рафия Ингиловна (65 лет), Федосова Ирина Петровна (65 лет), Щербакова Людмила Викторовна (65 лет), Кожевникова Павлина Александровна (65 лет), Мичетбаев Сабиржан Тильмурзович (60 лет), Алябьева Любовь Ивановна (45 лет), Бармянцев Игорь Валерьевич (45 лет), Кангин Олег Александрович (40 лет), Камалиева Юлия Наилловна (35 лет)

### АБДУЛИНСКАЯ МО

Шафигуллин Фаиль Сагидуллинович (75 лет)

### АКБУЛАКСКАЯ МО

Лось Вера Михайловна (95 лет), Романов Владимир Павлович (80 лет), Андреев Владимир Семёнович (70 лет)

### БУЗУЛУКСКАЯ МО

Шестернина Мария Петровна (85 лет), Анисимов Николай Алексеевич (80 лет), Гуляева Валентина Сергеевна (75 лет), Истомин Николай Васильевич (75 лет), Анисимов Алексей Николаевич (55 лет)

### БУГУРУСЛАНСКАЯ МО

Ахмадеева Мухатделя Сахабовна (85 лет), Ронжин Фёдор Васильевич (75 лет), Перцев Сергей Яковлевич (70 лет)

### ГРАЧЁВСКАЯ МО

Кулдашев Юлдаш (85 лет), Дорофеев Николай Дмитриевич (85 лет), Попов Павел Иванович (75 лет), Макогон Любовь Владимировна (75 лет), Крюков Владимир Михайлович (70 лет), Вашечкина Лидия Михайловна (65 лет), Тряхова Зульфья Сулеймановна (55 лет), Мадалиева Лилия Юлдашевна (50 лет),

### ИЛЕКСКАЯ МО

Мальфанова Мария Александровна (75 лет), Секретева Татьяна Алексеевна (75 лет), Радаева Любовь Викторовна (65 лет), Самойлова Татьяна Владимировна (65 лет)

### КУРМАНАЕВСКАЯ МО

Акимова Анна Александровна (85 лет), Гранкина Таиса Сергеевна (75 лет), Кононенко Валентина Терентьевна (75 лет), Кузьмина Раиса Гавриловна (70 лет), Марченко Любовь Александровна (65 лет), Дягилев Сергей Николаевич (60 лет), Мазанкин Владимир Викторович (60 лет), Дягилев Александр Николаевич (50 лет)

### МЕДНОГОРСКАЯ МО

Фёдорова Лариса Ивановна (85 лет), Тимофеева Зоя Григорьевна (80 лет), Горбулина Надежда Ивановна (70 лет), Чернавин Виктор Тимофеевич (60 лет)

### НОВОСЕРГИЕВСКАЯ МО

Бородина Галина Николаевна (75 лет), Самойлова Лидия Дмитриевна (70 лет)

### ОРСКАЯ МО

Неровная Зоя Ивановна (95 лет), Грибоедова Людмила Николаевна (80 лет), Дубинский Давид Борисович (80 лет), Шилова Агрепина Николаевна (80 лет), Хоршанюк Зоя Васильевна (70 лет), Радченко Людмила Ивановна (65 лет), Кротова Вера Николаевна (65 лет), Кузнецов Василий Иванович (65 лет), Леонов Геннадий Владимирович (65 лет), Петров Егор Николаевич (25 лет)

### СВЕТЛИНСКАЯ МО

Ефременко Зинаида Ивановна (70 лет)

### СОЛЬ-ИЛЕЦКАЯ МО

Мордвинцев Дмитрий Фёдорович (90 лет), Евстифеев Владимир Васильевич (80 лет), Опарин Василий Петрович (75 лет), Азарова Валентина Борисовна (55 лет)

### СЕВЕРНАЯ МО

Шагеев Махиян Кашифович (75 лет), Демидова Ольга Васильевна (70 лет)

### ТАШЛИНСКАЯ МО

Панькин Василий Гурьянович (95 лет), Данилова Анна Васильевна (95 лет), Солтус Анна Романовна (90 лет), Биккинина Роза Сулеймановна (85 лет), Мордвинцева Татьяна Владимировна (85 лет)

ВЫПУСК ИЗДАНИЯ ОСУЩЕСТВЛЕН ПРИ ФИНАНСОВОЙ ПОДДЕРЖКЕ МИНИСТЕРСТВА ЦИФРОВОГО РАЗВИТИЯ, СВЯЗИ И МАССОВЫХ КОММУНИКАЦИЙ РФ

Учредитель: Оренбургская областная организация общероссийской общественной организации «Все-российское общество инвалидов». Сайт [www.voi-orenburg.ru](http://www.voi-orenburg.ru)  
Издатель: АНО «Редакция газеты «Контингент»

Газета зарегистрирована в управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Оренбургской области. Свидетельство от 17.11.2011 г. ПИ № ТУ56-00295

Адрес редакции и издателя: 460044, Оренбург, ул. Театральная, д. 11. Тел./ факс : 64-61-15 E-mail: [gazeta.kontingent@mail.ru](mailto:gazeta.kontingent@mail.ru)

Подписной индекс: П4971

Главный редактор Л.В. Суркова

Редакция публикует материал, не всегда разделяя точку зрения автора. Рукописи не рецензируются и не возвращаются.

Номер отпечатан ООО «ОрскПресс», РФ, 460024, г. Оренбург, ул. Пороховая, д. 2. Объем 4 п.л. Тираж 3000 экз. Заказ №15 Цена свободная. Время подписания в печать по графику – 17.01.2024 г. 17 часов. Фактическое время – 17 часов. Дата выхода в свет – 18.01.2024 г.