

# Активное поколение:

истории успеха проектов,  
направленных  
на улучшение качества  
жизни людей  
пожилого возраста

Республика Карелия  
2012-2013 гг.



ФОНДЛАДОГА



гарант

## *О Благотворительном фонде «Ладога»*

Благотворительный фонд «Ладога» ([www.fondladoga.ru](http://www.fondladoga.ru)) основан Еленой и Геннадием Тимченко в 2010 году. Фонд реализует благотворительные программы по поддержке старшего поколения, развитию ледового спорта, восстановлению памятников духовного наследия, поддерживает культурные и научные проекты. Свыше 20 лет семья Г.Н.Тимченко занимается благотворительностью, как в России, так и за рубежом. С 2007 года семья поддерживает Благотворительный фонд «Ключ», деятельность которого направлена на помощь семьям с приемными детьми. В 2008 году в Женеве был учрежден фонд «Нева» для поддержки проектов научного и культурного сотрудничества между Россией и Западной Европой. Создание в конце 2010 года благотворительного фонда «Ладога» стало естественным шагом к достижению долгосрочных и устойчивых результатов в сфере благотворительности.

## *О конкурсе «Активное поколение»*

Конкурс социальных проектов «Активное поколение» проводился при финансовой поддержке фонда «Ладога» в 2012 году в четырех регионах РФ: г. Санкт-Петербург, Республика Карелия, Ленинградская, Архангельская и Ивановская области.

**Цель конкурса** – поддержка гражданских инициатив, направленных на улучшение качества жизни людей пожилого возраста.

Конкурс «Активное поколение» реализовывался профессиональными некоммерческими организациями, в задачи которых, помимо распределения грантов и мониторинга проектов, входило широкое продвижение темы старшего поколения в своих регионах.

### **Организаторы конкурса «Активное поколение» в регионах:**

- в Архангельске: Архангельский Центр социальных технологий «Гарант»
- в Ивановской области: Партнерство фондов местных сообществ
- в Республике Карелия: Некоммерческий фонд «Новое образование»
- в г. Санкт-Петербурге и Ленинградской области: Фонд «Добрый город Петербург»

Всего в рамках конкурса в этих регионах было поддержано 67 проектов на общую сумму около 5 миллионов рублей.

## Активное поколение Севера

**Марина Михайлова,**

директор Архангельского центра социальных технологий «Гарант»

Конкурс «Активное поколение» стал важным событием для наших регионов, т.к. до этого у нас практически не проводилось подобных программ, направленных на старшее поколение. Вообще пожилыми людьми мало кто занимается – всем интересны дети и молодежь. Однако сейчас ситуация сильно меняется – общество «стареет». Пенсионный возраст сейчас вполне можно называть «молодым», когда люди продолжают активно участвовать в жизни общества и самореализовываться. Сейчас важно говорить не о «заслуженном отдыхе», а о необходимости новых технологий вовлечения пожилых людей и выстраивания связей между поколениями, которые могут в наибольшей степени раскрыть потенциал людей старшего возраста.

Этот конкурс дал импульс для поиска новых идей и технологий, и мы уверены, что тема старшего поколения становится все более популярной. Например, в Архангельской области дополнительные средства на поддержку интересных проектов были выделены из именного благотворительного фонда «Люди Севера», созданного нашей землячкой Ольгой Епифановой. Из фонда «Люди Севера» в 2012 году поддержано 4 проекта на общую сумму более 300 тысяч рублей

В этом году Центр «Гарант» администрировал конкурс не только в Архангельской области, но помогал выстраивать конкурсные механизмы и в Республике Карелия. Мы благодарны нашему Карельскому партнеру Некоммерческому фонду «Новое образование» и его директору Галине Степановой, которые успешно и качественно выполнили программу.

В итоге в двух регионах были отобраны и профинансированы 33 проекта. Эта работа получила высокую оценку как основного донора программы – Благотворительного фонда «Ладога», который будет дальше поддерживать конкурсы «Активное поколение» в наших регионах, так и руководителей регионов, которые смогли увидеть активность и инициативу жителей. На конкурс были представлены разные идеи. Авторы проектов думали не только о себе, но и о том, как они могут быть полезны обществу, окружающим людям. Выражаем благодарность некоммерческим организациям, социальным учреждениям, библиотекам, некоммерческим организациям, инициативным группам – всем, кто решился принять участие в конкурсе, и реализовал проекты, в соответствии с высокими стандартами работы и отчетности, предъявляемыми в рамках этого конкурса.

В этом сборнике вы сможете познакомиться с результатами проектов из республики Карелия. Возможно, эти истории помогут вам разработать свой проект, важный и нужный людям, живущим рядом с вами.

# ЖИЗНЬ ПРОДОЛЖАЕТСЯ

## За здоровый образ жизни

Об активной деятельности директора Видлицкого дома-интерната Ирине Ильичне Аудио известно далеко за пределами Олонецкого района. Образованная, активная, деловая, все у нее в руках горит. А проблем в доме-интернате хватает, и на первом месте, конечно, ремонт помещений. Но директора волнуют не только проблемы интерьера, которые создадут определенный комфорт для проживающих здесь инвалидов и людей пожилого возраста. Ирина Ильична задумала создать спортивную площадку со специальными тренажерами.

### КРАТКАЯ СПРАВКА

**Исполнитель:** ГБУ СО РК «Видлицкий дом-интернат для престарелых и инвалидов».

**Цель проекта:** привлечение проживающих в доме-интернате (ориентировочно 250 человек), работников учреждения (221 штатная единица), молодежи села к активному и здоровому образу жизни посредством занятий на уличных тренажерах.

**Сумма гранта:** 100 000 рублей.



«Мне так хотелось, чтобы жители нашего дома-интерната с помощью тренажеров могли улучшать свои физические данные, укреплять здоровье, – рассказывает Ирина Ильична. – Сотрудники тоже могли бы заниматься здесь в свободное время, почему нет? Да и для ребят из села такая площадка была бы в радость». И в самом деле в доме-интернате проживают в настоящее время 400 человек и работают 238 сотрудников, и поэтому попытка сделать такую площадку – дело замечательное. Следует добавить, что борьба за здоровый образ жизни основана не на пустом месте – около 130 человек из проживающих в доме-интернате страдают хроническим алкоголизмом. Многие из них попали сюда после домов ночного пребывания или мест не столь отдаленных. И хотя в доме-интернате работают замечательные специалисты, сильные медики, которые буквально поднимают многих больных на ноги, все же очень важно, чтобы люди самостоятельно занимались физкультурой. К тому же и здесь есть любители посидеть у телевизора и ноутбука, одним словом, наблюдается современная тенденция, способствующая гиподинамии.

**Проект** Спортивная площадка с уличными тренажерами Видлицкого дома-интерната для престарелых и инвалидов

## ЖИЗНЬ ПРОДОЛЖАЕТСЯ



### Мини-площадка

Прекрасную идею создания площадки невозможно было осуществить только своими силами, слишком дорого стоят сами тренажеры, да и их установка недешева. В настоящий момент дело наполовину уже сделано благодаря поддержке идеи благотворительного фонда «Ладога». В конце прошлого лета перед домом-интернатом со стороны леса на месте бывшего пожарного водоема соорудили специальную площадку. Это уютный уголок, защищенный от ветра. Затем заказали в Санкт-Петербурге тренажеры, среди них два специализированных для инвалидов-колясочников. Человек с ограниченными возможностями может заехать на инвалидной коляске на платформу тренажера – в этом ее ценность. Дело в том, что «колясочников» в доме-интернате около 60 человек. «Мы выбрали самую маленькую тренажерную площадку, на которой одновременно могут заниматься 12 человек», – поясняет директор. – Она стоит около трехсот тысяч рублей, из них сто тысяч – деньги фонда». Сейчас зима, и тренажеры засыпаны снегом, не работают, что сначала показалось странным. Что может помешать их использованию? «Но мы побаиваемся за технику безопасности, ведь занятия в зимнее время могут привести к дополнительным травмам, контингент у нас немолодой, да и морозы стояли сильные», – объясняет инструктор ЛФК Надежда Михайловна Ходуева. Соглашаюсь, что для инвалидов, людей с ограниченными возможностями это и в самом деле опасно. Зимой можно заниматься в небольшом, но светлом и уютном помещении ЛФК, где расставлены тренажеры, которые пользуются популярностью у многих жителей интерната. Правда, некоторые из этих тренажеров уже на ладан дышат, но подлатанные, они продолжают служить людям.

**Проект** Спортивная площадка с уличными тренажерами Видлицкого дома-интерната для престарелых и инвалидов

## ЖИЗНЬ ПРОДОЛЖАЕТСЯ

### Местный герой

И все-таки мне нравится идея Ирины Ильиничны о создании площадки на улице. Рядом лес, а значит, будет возможность заниматься спортом прямо на свежем воздухе. Да и зал лечебной физкультуры слишком мал для такого количества проживающих здесь людей. Мы сидим у компьютера, и директор показывает мне фотографии, сделанные сразу после установки тренажеров. Это было торжественное открытие. Приятно, что на снимках не только пожилые люди, но и юные лица школьников. А потом мы посмотрели целую серию снимков с местных олимпийских игр. Каждую осень в доме-интернате проходят спортивные соревнования под названием «Осенний марафон». В прошлом году на соревнования приезжали гости из Питкяранты, Лахденпохья и Парталы. В программу обычно входит эстафета, дартс, армреслинг, заезд на колясках. Есть и местный олимпийский герой – Евгений Меньшиков, с которым удалось познакомиться. В доме-интернате он живет уже восемь лет. Два года назад неожиданно для себя попал на соревнования среди инвалидов в Сочи, где показал неплохие результаты. «Я участвовал в гонках на коляске и дартсе, – вспоминает Меньшиков, – там был еще настольный теннис, но можно было принимать участие только в двух видах спорта. В соревнованиях участвовали люди со всей России, впечатления незабываемые!». Он считает, что появление спортивной площадки просто необходимо: «Здесь нужно чем-то активно заниматься. Хотелось бы, чтобы для нашего брата появилось побольше уличных тренажеров».

**Продолжительность проекта:** 8 месяцев.  
Для реализации проекта была подготовлена и оборудована специальная мини-площадка и установлены уличные тренажеры, в том числе два тренажера для инвалидов-колясочников, что позволяет проводить занятия по сохранению и улучшению здоровья проживающих в интернате.

### Новые планы и мечты

Мы заходим в зал лечебной физкультуры, который занимает две небольшие, очень светлые комнаты с видом на лес. Надежда Михайловна с удовольствием показывает нам особые бытовые приспособления, созданные местными умельцами для разработки мелкой моторной пластики. «Если бы у нас было больше тренажеров, – говорит инструктор, – мы бы поставили их в коридоры и холлы. Помощь от их использования просто неоценима!» В качестве примера она рассказала о пациентке А.К., которая поступила после инсульта. Благодаря постоянным и системным занятиям с тренажерами женщина полностью реабилитировалась. Она сейчас самостоятельно ездит в гости в Петрозаводск, а ведь еще недавно едва могла сама дойти до туалета. Надежда Михайловна поддерживает директора в ее проектах и с удовлетворением отмечает появление новых тренажеров и спортивной площадки, в том числе и для инвалидов-колясочников. Здесь занимаются несколько человек, среди них Александр Владимирович Барчук, недавно перенесший второй инсульт, но он борется за свое здоровье и каждый день приходит в тренажерный зал. Летом планирует перейти к занятиям на свежем воздухе.

Есть у директора еще одна задумка. Дело в том, что два отделения в интернате занимают лежащие больные. Мы прошли по первому этажу, где находятся эти отделения милосердия, и заглянули в палаты. Около 140 лежащих больных и еще столько же тех, кто нуждается в постоянной помощи. «Часто ли навещают их родственники?» – спрашиваю директора на ходу. «Не очень, – отвечает она. – Обычно приезжают за сберкнижкой после смерти». «Хочу построить рядом со спортивной площадкой что-то вроде крытой веранды или беседки с пандусом, – мечтает Ирина Ильинична. – Тогда летом лежащих больных

**Проект** Спортивная площадка с уличными тренажерами Видлицкого дома-интерната для престарелых и инвалидов

## ЖИЗНЬ ПРОДОЛЖАЕТСЯ



можно будет вывозить на свежий воздух! Под открытым небом их не оставишь: или яркое солнце, или дождь. А еще думаем поставить на спортивной площадке теннисный стол».

Хочется верить, что все задуманное свершится, и у людей, проживающих в Видлицком доме-интернате, жизнь станет ярче, разнообразнее и насыщеннее.



**Проект** Спортивная площадка с уличными тренажерами Видлицкого дома-интерната для престарелых и инвалидов

# НАДО МЕНЯТЬСЯ!

## Проект «Школа активного долголетия» как эффективная технология работы с пожилыми людьми

Когда после новогодних праздников я шла на лекцию в центр социального обслуживания населения «Истоки», думала, что соберется немного народу. Но я ошиблась. «Нас метель не испугает!» – говорили пришедшие за знаниями.

### КРАТКАЯ СПРАВКА

**Исполнитель:** Представительство межрегионального общественного благотворительного фонда поддержки здравоохранения «Здоровье» в Республике Карелия (МОБФПЗ «Здоровье» в РК).

**Цель проекта:** внедрение модели профилактической и оздоровительной работы среди пожилых на базе пилотного учреждения (центра социального обслуживания населения «Истоки»), подготовка данного учреждения в качестве методической базы для последующего тиражирования этой модели работы в другие учреждения (лечебно-профилактические и социальные) Республики Карелия.

**Сумма гранта:** 100 000 рублей.



*Тамара Михайловна Цымбал –  
руководитель проекта*

Дело в том, что пожилые люди, задействованные в проекте «Школа активного долголетия», прослушали, начиная с октября, уже десять лекций на самые разнообразные волнующие их темы. Программа лектория была настолько интересной, что никого насильно приглашать на лекции не пришлось. Тематика лектория по здоровому образу жизни – о здоровом питании, бессоннице, опасности холестерина, предупреждение диабета, профилактика травматизма и многое другое – определена самими представителями золотого возраста – так называют период мудрости организаторы.

Проект осуществляется представительством межрегионального общественного благотворительного фонда «Здоровье» в РК, который активно и плодотворно работает уже в течение 12 лет. Последние пять лет приоритетным направлением деятельности стала работа по сохранению здоровья пожилых людей.

**Проект:** Школа  
активного долголетия

Во главе с ярким и талантливым руководителем Тамарой Михайловной Цымбал фонд выиграл грант благотворительного фонда «Ладога» и осуществляет проект «Школа активного

## НАДО МЕНЯТЬСЯ!



*Занятие по ситти-дансу ведет Анна Скотти, специалист Поликлиники №1*

долголетия» как эффективная технология работы с пожилыми людьми». Начавшись в августе, он завершится в марте. Вся деятельность осуществляется на базе центра социального обслуживания населения «Истоки». Заместитель директора этого учреждения Татьяна Анатольевна Шибанова убеждена в огромной пользе участия в этом важном деле: «Благодаря проекту и поддержке благотворительного фонда «Ладога» мы получили спортивное оборудование для занятий гимнастикой в отделении социальной реабилитации инвалидов, которое мы недавно открыли, – мячи, гимнастические палки, коврики, массажеры.

22 наших специалиста приняли участие в семи обучающих семинарах, нам удалось оснастить кабинет «Здоровый образ жизни в золотом возрасте». Нам передано 3 тысячи информационных листовок для работы с клиентами. Но самое важное – мы планируем за время работы проекта создать методическую базу для того, чтобы потом передать наш опыт аналогичным социальным центрам и учреждениям здравоохранения республики».

И действительно, проблема сохранения здоровья и активизации деятельности людей предпенсионного и пенсионного возраста очень актуальна сегодня, ведь на пенсию в Карелии люди выходят раньше, чем в других регионах России. В республике в настоящий момент проживает около 23 процентов лиц старше 55 лет. Чаще всего за помощью в поликлиники обращаются именно пенсионеры, и чаще всего они нуждаются в консультативной помощи. К тому же врачи по характеру своей деятельности ориентированы на выявление и лечение болезней и меньше – на профилактику. У современного врача нет

**Проект Школа  
активного долголетия**

## НАДО МЕНЯТЬСЯ!



Лекцию ведет врач **Людмила Труфанова**

**Продолжительность проекта: 8 месяцев. Основная деятельность в проекте – обучение пожилых людей конкретным методикам сохранения здоровья, вовлечение их в процесс активизации и сохранения здоровья; повышение компетентности специалистов пилотного учреждения по вопросам ЗОЖ, особенностям работы с пожилыми.**

**В ходе проекта будут обучены около 500 клиентов (пожилых людей) и 10-15 специалистов пилотного учреждения.**

**Проект Школа  
активного долголетия**

на это времени. Поэтому комплексную систему обучения сохранения собственного здоровья, которую позволяет осуществить проект, трудно переоценить.

Мне посчастливилось побывать на лекции заведующей отделением реабилитации республиканского психоневрологического диспансера Людмилы Андреевны Труфановой «Психологические расстройства в пожилом возрасте». Аудитория была женская, в основном за 60 лет. Пять человек – за 70. Выступление врача вызвало большой интерес, ведь у каждого есть или друзья, или родственники, или соседи, испытывающие возрастную депрессию, отсутствие интереса к жизни, потерю памяти, снижение интеллекта.

Задавали много вопросов. И в целом лекция заставила каждого взглянуть критически и на себя самого со стороны. После занятия мы беседовали с женщинами-активистами. Некоторые из них узнали о лекционной программе прямо в центре «Истоки», другие – из рекламы по радио, часть из них живет рядом и услышала об этих удивительных лекциях от друзей.

«Мы узнали массу интересного и полезного для себя, – рассказывает Раиса Николаевна Мусиенко, которая является членом клуба женского ветеранского движения. – После всех занятий у меня возникло желание поделиться своими новыми знаниями и позитивными впечатлениями с другими членами нашего клуба, среди которого есть люди за 80 и 90. Кроме лектория нам была предложена программа практикума «Помоги себе сам». Впереди у нас занятия на такие темы: как оказать первую помощь при острых состояниях, гипертонический криз, сердечный приступ, помощь при травмах, ожогах, о том, как ухаживать за больными, о домашней физиотерапии, как ухаживать за ногами, что должно быть в домашней аптечке».

«Мы решили, что надо меняться! – поделилась своими впечатлениями Валентина Михайловна Демидова. – Мы пытаемся использовать данные нам советы. Например, с утра я теперь обязательно делаю гимнастику, пью воду натощак. Прослушав лекцию о правильном питании, я решила, что нужно что-то изменить в моем ежедневном рационе. Мы не только слушаем, здесь мы буквально преодолеваем свою косность и лень. Мы с удовольствием посещаем занятия оздоровительной гимнастики и танцев по скандинавской технологии для пожилых людей».

Галина Алексеевна Черноусова, член правления городского общества «Дети войны», рассказала, что пришла в центр провести свою коллегу по обществу. Узнав, что здесь в рамках проекта проходят занятия оздоровительной гимнастики, тут же записалась на них. «Мы ждем не дождемся этого понедельника!» – искренне говорит она. Ее дополняет известный в городе журналист Вера Сергеевна Хевсурашвили: «Мы все с активной жизненной позицией. Но я, например, обезьяна по гороскопу, и мне одной заниматься неинтересно. Мне нужна компания. А здесь подобралась отличная компания! Руководитель Тамара Михайловна нашла таких замечательных специалистов, что мы не перестаем удивляться! Я уже чувствую, что мои колени не хрустят, а ноги стали более резвыми».

## НАДО МЕНЯТЬСЯ!

По словам руководителя проекта Т.М.Цымбал, с самого начала желающих заниматься физкультурой и танцами пришлось разделить на несколько групп, так как зал вмещает не более 15 человек, а количество желающих заниматься превышало все возможности. Мне удалось побывать на занятии по программе ситти-данс, которые в рамках проекта проводит в центре Анна Матвеевна Скотти, медицинская сестра кабинета медико-социальной помощи поликлиники №1. Она обучилась технологии ситти-данс (скандинавского танца для пожилых и людей с ограниченными возможностями) в Норвегии. Эта форма танцев доступна всем и не требует никакой подготовки. «Все в нашем организме движется! – объясняет Анна Матвеевна. – Кровь движется по сосудам, пища по пищеварительному тракту и т.д. Так устроен наш организм. Если мы мало двигаемся, страдают все его системы. Даже такая необременительная (пассивная) физкультура дает свои результаты».

Мы сидим на стульях. Анна Матвеевна включает магнитофон, и мы начинаем раскачиваться в такт музыке, как лодочки на воде. Вот звучит энергичный джаз, мы включаем газ, едем на машинах и сигналим, а потом и вовсе танцуем танго. Надо сказать, что и в самом деле нагрузка получается неплохая, не зря первыми начали использовать эту технологию финны для лыжников, при стечении трагических обстоятельств оказавшихся в инвалидных креслах. А самое главное – настроение у людей поднимается. Смотрю, мои соседки по танцам – все уже бабушки – улыбаются. Куда и делось грустное зимнее настроение, когда за окном и света белого не видно! Возвращаемся с занятия с одной из женщин (она просила не называть своего имени). На мой вопрос, нравится ли ей заниматься, откровенно призналась: «Очень! Ведь у меня было такое состояние, хоть на стену лезь...»

Самое главное – это то, что множество пожилых людей, пройдя через обучение по программе лектория «Школа активного долголетия», занятия в рамках практикума «Помоги себе сам», занятия адаптивной гимнастикой, уже смогли отчасти поменять свою психологию в отношении собственного здоровья, у них появился устойчивый интерес к жизни, улучшилось душевное и физическое состояние.

Перед Новым годом многие из тех, кто участвует в проекте, захватив своих соседей и друзей, пришли в центр на День здоровья под названием «С хорошим здоровьем – в Новый год». Хорошее настроение было обеспечено всем. Тут были и конкурсы с призами, и оздоровительная программа, и даже спектакль «Норвежская сказка», которую показал театр «Перевальский». В нем все – режиссер, сценарист и артисты – пенсионеры, самой старшей из которых Руфине Федоровне Акуловой 83 года. Проект еще не окончен. Впереди еще один День здоровья, продолжение занятий по программе практикума, занятия оздоровительной гимнастикой и танцам, а значит, к весне и новому дачному сезону многие из тех, кто выбрал для себя активную жизнь и хорошее здоровье, будут готовы в полной мере.



Занятие по оздоровительной гимнастике



Проект Школа  
активного долголетия

# ЧТОБЫ ЖИЛА ДЕРЕВНЯ

## «Кругом тайга, и мы посередине»

*До Муезерки из Петрозаводска 10 часов поездом. Около восьми утра мы с директором муниципального учреждения «Комплексный центр социального обслуживания населения» Марианной Ролле выехали на машине из Муезерки в поселок Ондозеро. Долго ехали по зимней, вполне укатанной грунтовой дороге в полной тьме. Вдоль дороги, сквозь свет фар мелькали укутанные снегом ели и сосны.*

### КРАТКАЯ СПРАВКА

**Исполнитель:** муниципальное бюджетное учреждение «Комплексный центр социального обслуживания населения» Муезерского района РК.

**Цель проекта:** создание равных условий для людей пожилого возраста, проживающих в отдаленных малонаселенных поселках, с людьми, проживающими в городах и сельских районных центрах, на доступность к связи (телефонной, электронной), информации, квалифицированной медицинской помощи, объектам культуры и досуга. Обеспечение людям пожилого возраста, независимо от их мест проживания, полного и равного осуществления всех их потребностей.

**Сумма гранта:** 100 000 рублей.



«Побываете в медвежьем углу», – обронила мне при встрече Марианна Евгеньевна, человек с сильным характером и чуткой душой. Я была уверена, что она шутит, но оказалось, что Ондозеро – крайняя по дорожному тракту деревня, а дальше тупик. Ехали около трех часов. Времени у нас было достаточно, чтобы поговорить о том, как социальному центру, которым она руководит, удалось осуществить проект под названием «Второе дыхание» и использовать средства, полученные от благотворительного фонда «Ладога».

Муезерский район считается малоблагополучным. Из-за закрытия предприятий и отсутствия рабочих мест люди трудоспособного возраста вынуждены массово уезжать. В четырех поселках района (Реболы, Кимовары, Лендеры и Мотко) отсутствует даже мобильная телефонная связь, а стационарная по различным причинам часто нарушена. Как оказалось, в Ондозере действует только «Мегафон», да и то не всюду. Более того, последние две недели даже свет там бывает не так часто, иногда по 24 часа в сутки люди сидят при свечах – идет ремонт сети. Большая отдаленность и плохие дороги, отсутствие нормальной связи и условий проживания, где обветшалые дома бывших леспромхозов, которые невозможно отремонтировать из-за отсутствия средств, где туалеты – на улице, усугубляют проблему социальной изолированности пожилых людей.

**Проект**  
Второе дыхание

## ЧТОБЫ ЖИЛА ДЕРЕВНЯ



### Медвежий угол

У директора и куратора проекта Марианны Ролле планы были грандиозные. Она собрала бригады специалистов: юристов, сотрудников администрации, пенсионного фонда, социальных и культурных работников – и отправилась по поселкам. Оказалось, что расшевелить народ, а пожилых да немощных в поселках проживает до 80 процентов, не так-то просто. Не помогли никакие чаепития. «Одни хотят луну с неба, другие отчаялись», – объясняет ситуацию куратор. В большинстве своем пенсионеры ждут помощи в любом виде и участия, но сами не готовы откликнуться ни на какие действия. «Благодаря работе чудом найденного психолога и волонтеров, – рассказывает Марианна Евгеньевна, – нам удалось провести углубленный мониторинг состояния большого количества пожилых людей. Мы выявили категорию здравомыслящих людей, которые не просто хотят доживать свой век в родных местах, но желают, чтобы здесь были условия для жизни их детей и внуков. И поэтому они готовы развивать любое малое ремесло. И мы стали работать с теми, кто живет в реальном, а не в виртуальном телевизионно-сериальном социуме». Самые активные жители оказались в поселках Ондозеро, Реболы, Волома, поэтому именно в этих поселках удалось осуществить проект в полной мере.

Когда-то в поселке Ондозеро жили более 400 человек. Сейчас осталось около сотни. Трудно представить, что в заколоченной ныне школе в советское время учились 200 ребятишек, а теперь только пятеро школьников, и те учатся в интернате.

Проект  
Второе дыхание

## ЧТОБЫ ЖИЛА ДЕРЕВНЯ



**Продолжительность проекта: 8 месяцев.**  
**Помощь в проведении занятий**  
**оказывают 30 волонтеров.**

### Идея удалась

Как оказалось, в этой забытой Богом деревне живут удивительные люди. Несмотря на свои проблемы, они полны энергии и желания изменить свою жизнь в лучшую сторону. Входим в комнату, заставленную ткацкими станками, похожую на небольшой цех. Нас встречают женщины в сарафанах с улыбками, с калитками. На столе рыбные котлеты. «Поешьте с дорожки да чайком побалуйтесь, – приглашают они к столу, – а мы вам песни наши карельские споем!» После горячего чая беседуем о жизни, которую каждая из этих женщин прожила в селе. Когда Марианна Евгеньевна предложила им организовать что-то вроде артели, они с радостью согласились. У них годами простаивали ткацкие станки, подаренные когда-то финнами. Благодаря проекту женщины получили основу для станков, швейную машинку, нитки, пяльцы, спицы. Более того, бросили клич в районной Муезерке и собрали ненужное тряпье – материал для будущих половичков. И ведь удалась идея!

Не успели мы допить чай, как отключили свет. Как работают люди в таких условиях, просто не представляю! Как не потеряли они окончательную надежду, не знаю! А надежду вселяют такие вот неравнодушные энтузиасты, как Марианна Ролле, как те, кто пожелал дать средства, подарив этим активным женщинам на селе второе дыхание. «В Ондозере есть немало пустующих муниципальных домов, – делится своими планами куратор. – Мы надеемся за лето подремонтировать один из них или полдома, чтобы мастерская у ткачих была с печкой и можно было не зависеть от тех, кто задумал электрические столбы менять среди зимы».

Когда вечером в Муезерке мы зашли в магазин, где директор Валентина Романова – активный волонтер, выяснилось, что все половички, кроме одного, проданы, а заказов только прибавляется. «Новая идея и возможность закупить необходимые материалы и инструменты, – считает Надежда Анатольевна Макарова, которая приехала по распределению в село Ондозеро после училища культуры 35 лет назад, – объединили наших девчонок». Беседу поддерживают подружки по идее развития ткачества Любовь Ивановна Удовиченко и Ирина Дмитриевна Журавлева: «У нас появилось ощущение своей нужности, мы так хотим, чтобы жила наша деревня!» Надежда обучилась ткачеству во время курсов, которые проводили финны. Теперь она обучает ткачеству своих деревенских подружек. Смеем заверить, что результаты замечательные. К ним уже приезжали школьники из соседнего села Ругозеро, и Надежда Макарова показала ребятам мастер-класс по ткацкому ремеслу.

**Проект**  
**Второе дыхание**

## ЧТОБЫ ЖИЛА ДЕРЕВНЯ



### Воломские умелицы

Уже ближе к вечеру в Муезерке мне удалось встретиться с Ириной Саночкиной. Пермьячка, оказавшаяся в Карелии и полюбившая ее, работает в школе учителем рисования. В селе масса пожилых женщин, не знающих, чем себя занять, но активно желающих что-то делать. По их мнению, сидеть у телевизора зимними долгими вечерами уже мочи нет. И стали они просить Ирину обучить их гончарному ремеслу. В школе есть гончарная печь, но где взять глину? А тут Марианна Евгеньевна подросла со своей идеей. «Теперь у нас глины и красок хватит надолго, – рассказывает довольная Ирина. – Вы сами знаете, как дорого стоят теперь колонковые кисти, акриловые краски, специальные краски по работе со стеклом, а мы и этим видом творчества занимаемся». Изделия воломских жительниц тоже востребованы.

Познакомившись с сельскими жителями в Муезерском районе и условиями их жизни, прихожу к выводу, что эти люди, без всякого сомнения, нуждаются в грантах со стороны благотворительных фондов в неизмеримо большей степени, чем горожане. В городе, участвуя в подобных проектах, люди получают возможность ощутить новое качество жизни, и это, конечно, очень нужно. Но сколь важно дать второе дыхание жителям сел, которые выживают в неимоверно трудных условиях, подчас без всякой социальной, медицинской и другой поддержки. Часто уже безо всякой надежды на нормальную жизнь.

Проект  
Второе дыхание

# ПИТКЯРАНТА

*Когда поначалу они выходили с палками на улицу, нет-нет какой-нибудь шутник и улыбнется: «А где же ваши лыжи?»*

*Теперь в маленькой заснеженной Питкяранте не сведущих относительно скандинавской ходьбы почти не осталось. А все благодаря замечательному проекту «Шаги здоровья», который привлек к себе такое внимание жителей города, что об этом только и говорят.*

## **КРАТКАЯ СПРАВКА:**

**Координатор:** администрация Питкярантского муниципального района.

**Исполнитель:** муниципальное казенное учреждение «Центр культуры, спорта и туризма Питкярантского муниципального района».

**Партнеры:** городское общество инвалидов и муниципальное учреждение «Центр социального обслуживания населения» Питкярантского муниципального района.

**Цель проекта:** приобщение людей старшего поколения к физкультуре через лечебно-оздоровительную программу скандинавской оздоровительной ходьбы.

**Сумма гранта:** 99 930, 40 рублей.



Питкяранта расположена недалеко от границы, многие бывали в Финляндии и видели, как финны упражняются в ходьбе. Но практики такой в Питкяранте не было. «Этот важный проект родился и существует в нашем районе, – рассказывает автор и координатор проекта Оксана Рудик, – благодаря активной жизненной позиции нашего городского общества инвалидов и его председателя Александра Сергеевича Горбакова». «Почему бы пожилым людям не заняться ходьбой?» – подумал однажды Александр Сергеевич, человек хоть и в возрасте, однако дружный с Интернетом, откуда он узнал много интересного о пользе ходьбы. Во всех смыслах она хороша: и для позвоночника, и для сердца. Никаких противопоказаний. Ею можно заниматься даже после инсульта и инфаркта. Сейчас скандинавская, или нордическая ходьба во всем мире становится все популярнее. Люди уходят из дорогих и пыльных залов на природу. В этом смысле Питкяранта с теми, кто впереди планеты всей. Большой помощник общественной организации инвалидов – администрация Питкярантского муниципального района – вняла призывам Александра Сергеевича, в результате чего был написан проект. С третьей попытки им удалось осуществить заветную мечту и получить грант благодаря благотворительному фонду «Ладога».

## ПИТКЯРАНТА

День морозный и ветреный, но погода никого не пугает. Захожу в центр социального обсуживания населения, на базе которого проводятся занятия, в одном из кабинетов весьма оживленно. Спортивно одетые женщины выбирают палки для ходьбы. Палки были закуплены специально для занятий и останутся в центре, так же, как шагомеры и пульсометры, без которых не проходит ни одно из занятий. Но прежде чем выбрать палки, каждую из «спортсменок» обследует медсестра Галина Ивановна Полещук: измеряет пульс и давление. Все данные фиксируются. «Скандинавская ходьба положительно сказывается на здоровье, – утверждает Галина Ивановна. – Об этом я могу судить по результатам, во всяком случае давление у моих пациентов нормализуется». Надо отметить, приходят на занятия люди пожилые, в основном за 70 и даже за 75. Правда, мужчин только двое. Увы, мужчины в Карелии долго не живут.

Интересно узнать, что привело этих женщин на занятия в группу и ощущают ли они сами какие-то положительные результаты. Знакомимся. Мария Федоровна Романовская, инвалид, страдает легочной и сердечной недостаточностью. «Я чувствовала себя так плохо, что решила попробовать для оздоровления скандинавскую ходьбу, – рассказывает Мария Федоровна. – Поначалу на занятия ездила в центр на такси, так как живу далеко и прийти была просто не в состоянии. Прошел месяц, и теперь я прихожу в центр сама, гуляю три с небольшим километра и обратно домой иду пешком». А это уже достижение, потому что Питкяранта расположена на гористой береговой линии и идти в гору не так-то просто. «Я для себя выводы сделала – делайте вы для себя!» – советует Мария Федоровна. Она же поясняет, как необходим при ходьбе шагомер и пульсометр. Каждый знает свою дистанцию, следит за частотой пульса. Ей вторит Нина Викторовна Липаева, пришедшая на занятия после воспаления легких и страдающая межлопаточным склерозом. «Ходьба дает нам настроение, энергию, силу и здоровье,» – признается она, расплываясь в широкой доброжелательной улыбке.

Интересно, что в группу пришло много людей, испытывающих чувство одиночества, таких, как, например, Тамара Ивановна Смирнова, бывший инструктор по лечебной физкультуре. Ей уже 75 лет, живет она одна. Уже лет двадцать Тамара Ивановна ежедневно выполняет гимнастику тибетских монахов и вполне осознает, как полезна физкультура. В то же время она чувствовала, как не хватает ей двигательной активности, кардионагрузки, если говорить медицинским языком. Именно поэтому с радостью пришла в группу скандинавской ходьбы. «Буквально после первого занятия, – делится Тамара Ивановна своими впечатлениями, – я почувствовала каждый свой сустав, как будто их кто-то перебирал». «Ноги стали лучше ходить, самочувствие улучшилось, нравится мне!» – добавляет одинокая 78-летняя Екатерина Петровна Булкина.

Беседую с инструктором Татьяной Эровной Сибиряковой, на которой держится самое главное – тренировки. Она – главный специалист по спорту в центре культуры, спорта и туризма, поэтому идея привлечения к занятиям физкультурой и спортом населения района ей небезразлична. Благодаря проекту она освоила технику ходьбы на специальных курсах в школе финской ходьбы в Санкт-Петербурге. Татьяна уверена, что та-

## ПИТКЯРАНТА



**Продолжительность проекта:** 7 месяцев. В рамках проекта инструктор прошел специальную профессиональную подготовку в Санкт-Петербурге, приобретено оборудование, для пожилых людей организованы регулярные занятия по скандинавской ходьбе, сопровождающиеся специальным медицинским обследованием до и после занятий. В проекте принимают участие 20 пожилых людей (10 членов городского общества инвалидов и 10 клиентов муниципального учреждения «Центр социального обслуживания населения»).

кого рода занятия для пожилых и одиноких людей – огромное благо. «Я вижу, – рассказывает тренер, – как меняется настроение женщин, и понимаю, что ходьба – это тот фактор, который не просто оздоравливает, но и влияет на психику, улучшает психическое состояние, повышает жизненный тонус благодаря общению, приятным эмоциям и занятию общим делом».

Татьяна Эровна выводит своих учеников на площадку перед центром. Занятие начинается с разминки – приседания, развороты с палками, легкие разогревающие упражнения. «Парами становись!» – звучит команда, и все мои собеседницы двигаются парами по дорожке вниз вдоль улицы Пушкина. Кто-то идет чуть быстрее, двое поотстали – у них свой ритм прогулки после болезни. Через час возвращаются, и сразу измерять давление, а также показания шагомера и пульсометра. «Давление у меня стало нормализоваться благодаря ходьбе, – сообщает Валентина Васильевна Щетинина после процедуры. – Надеюсь, что и суставам будет польза!»

Поскольку сама в течение двух лет хожу с палками, заверяю всех, кто сомневался в покупке шагомера, что вещь это очень дельная и важная. Шагомеры нынче навороченные и показывают не только, сколько шагов ты прошел, а также количество километров, количество сожженных калорий, затраченное время и килокалорий. Для тех, кто пытается с помощью ходьбы отрегулировать свой вес, это очень важно. Я обратила внимание, что женщины питкярантской группы относятся к этой вещице вполне заинтересованно, хотя, как оказалось, первоначально они проявили некоторую настороженность. Но это понятно, ведь новинки в пожилом возрасте часто осваиваются с трудом.

Директор центра социального обслуживания населения Наталья Ивановна Молчанова искренне рада, что качество жизни пожилых людей улучшается благодаря подобным проектам.

## ПИТКЯРАНТА



Она справедливо касается этого момента в разговоре, ведь не секрет, что моногорода в России постепенно умирают. Молодежь уезжает в столицы, а в маленьких городах типа Питкяранты, вдали от большой дороги и жизни, остаются старики, часто брошенные и одинокие. Но в продолжение проекта «Шаги здоровья», имея необходимое оборудование, центр планирует создать группу ходоков и для молодых пенсионеров, чтобы разнообразить их интересы, ведь часто досуг их сводится к телевизору и даче.

Слух о группе скандинавской ходьбы вмиг разнесся по Питкяранте, и теперь у Татьяны Эровны, единственного инструктора по этому виду спорта, прибавилось работы. Оксана Рудик, координатор проекта, признается, что сама еще не поняла прелести ходьбы и пока ее больше привлекают восточные танцы. Но зато другие сотрудники администрации, в том числе глава Ольга Анатольевна Старикова, опробовав ходьбу с палками, сказала: «Вот это мое!» Возможно, придет время, и Питкяранта превратится в настоящий центр скандинавской ходьбы в Карелии. Скоро в рамках проекта появятся на свет буклеты, в которых будет инструктаж для начинающих ходоков. А еще, пообещала Оксана Рудик, создадут социальный видеоролик, рассказывающий о новой форме досуга и оздоровления. Забавно, но даже питкярантские предприниматели, торгующие спортивным инвентарем, уже озаботились тем, чтобы завезти палки в свои магазины: их стали спрашивать довольно часто.

Напоследок добавлю, что милые добрые женщины из группы проекта думали, что к ним приедет представитель благотворительного фонда «Ладога», и от всего сердца пытались меня отблагодарить. В результате совершенно незаслуженно вручили мне замечательную игрушку, которую сделала своими руками веселая и обаятельная Валентина Александровна Маврова.

# БЕЗ ДЕРЕВНИ НАМ НИКАК НЕЛЬЗЯ!

## Почему щемит сердце

*За окном Коткозерского дома культуры мороз, правда, не такой крепкий, каким он был весной 45-го, и все же... На холодной сцене идет генеральная репетиция спектакля по повести Валентина Распутина «Живи и помни».*

### КРАТКАЯ СПРАВКА

**Исполнитель:** карельская региональная общественная организация «Живая деревня».

**Цель проекта:** создание сельской театральной студии в деревне Коткозеро, цель которой – активизация личностной и социально значимой деятельности в сфере интересов пожилых людей, оказание помощи в организации их культурного досуга и в конечном итоге – повышение комфортности и качества их жизни.

**Сумма гранта:** 99 938 рублей.



Подготовка к спектаклю

Светят софиты. Скромный реквизит. Вот на сцене появляются главные герои: в выцветшей гимнастерке Андрей, самовольно вернувшийся в деревню перед самой победой, и его жена Настёна. На сцене артисты без почетных и заслуженных званий, многие из них вообще впервые вышли на сцену. Это всего лишь артисты театральной студии, обычные жители села Коткозеро. Но почему от их безыскусных диалогов так щемит сердце и слезы сами собой застилают глаза? Эффект разорвавшейся бомбы – спектакль, поставленный на деревенской сцене Ириной Павловной Поповой, петрозаводчанкой, приехавшей в село после училища культуры и вот уже в течение тридцати лет работающей в местном Доме культуры. Я задаю себе этот вопрос снова и снова, возвращаясь из командировки в Коткозеро. Когда-то это был зверосовхоз-миллионер, где выращивали дорогостоящих норку и песца. Тогда в советское время построили здесь школу, больницу, здание которой сейчас выставлено на продажу, и этот прекрасный Дом культуры, нуждающийся в хорошем ремонте, что видно невооруженным глазом. Именно здесь в замечательном когда-то, но обветшавшем зале на 200 человек собираются коткозерцы на самые главные сельские торжества и праздники. Были времена, когда стоило только директору Дома культуры Людмиле Николаевне Пименовой (а она работает здесь уже 32 года) заикнуться председателю зверосовхоза о своих нуждах, как они тут же выполнялись. Нужны новые костюмы для хора? Пожалуйста! Автобус для поездки в Петрозаводск на какой-нибудь фестиваль? Нет проблем!

## БЕЗ ДЕРЕВНИ НАМ НИКАК НЕЛЬЗЯ!



*Иван Репин,  
самый молодой участник спектакля*

### **Другие времена**

Теперь наступили другие времена. Может, потому спектакль так и зацепил, что слишком впечатляет эта страшная разруха, будто на нашей территории продолжаются военные действия. Только люди гибнут не от бомб, а от водки и наркотиков. Деревни исчезают не от снарядов, а от неумелой политики, направленной против собственных сел и деревень. Некий господин на просторах Интернета цинично написал: «Да, живут люди в деревне, довольствуются малым, копошатся в дерьме, ничего от власти не требуют и голосуют, за кого скажут. Умерла деревня. А может, и слава Богу?» Им, циникам, невдомек, что на селе есть много людей, кто болеет за свою малую родину душой и сердцем. Эти энтузиасты буквально цепляются за соломинку. Среди них такие, как Алексей Захарович Андрейко, председатель КРОО «Живая деревня», который многие годы работал директором Коткозерской школы. Он как председатель этой общественной организации немало делает, чтобы восполнить отсутствие государственной поддержки, такой необходимой сейчас на селе. В Олонецком районе этой организацией осуществляется компьютерный ликбез, возрождение забытых традиционных ремесел, кулинарные курсы. И вот новая инициатива – на базе театрального кружка в Доме культуры создали настоящую театральную студию благодаря благотворительному фонду «Ладога».

### **Театр – большое дело**

«Я мечтала поставить этот спектакль еще 30 лет назад, – рассказывает руководитель Ирина Попова. – Сначала думала, что не актуальный спектакль, да и мужчин где взять? А потом все

**Проект**  
Лицом к времени

## БЕЗ ДЕРЕВНИ НАМ НИКАК НЕЛЬЗЯ!



**Ирина Павловна Попова,**  
постановщик и режиссер пьесы

**Продолжительность проекта: 8 месяцев.**  
**В рамках проекта для коткозерцев организована сельская театральная студия, поставлен спектакль по В.Распутину «Живи и помни» и проведены гастроли в село Верхний Олонец.**

**Проект**  
**Лицом к времени**

же решилась. В кружке первоначально было всего пять человек, и вот теперь нас 15, включая пятерых мужчин! Один из них ездит на все репетиции из Олонца (40 км), где работает. Трое раньше на сцену никогда не выходили. Одного заменить пришлось – уехал на работу в Москву. А кроме этого у нас есть те, кто просто помогают нам. Они записывают музыку, ставят свет, занимаются оформлением сцены». В Доме культуры нет даже компьютера, и люди готовы помочь с радостью, от души, используя все свои личные возможности и таланты. «У нас практически нет никакого финансирования, – сетует директор Дома культуры, – поэтому благодаря проекту мы закупили прожекторы для освещения сцены, два микрофона, ткань для декораций – все это нам пригодится для наших будущих концертов и постановок». Театралы обратились в Олонецкий музей, чтобы найти для спектакля недостающие костюмы, и вдруг такая удача – оказалось, что в Олонце живет их земляк Александр Федоров, родом из соседней с Коткозером деревушки Утозеро, который и снабдил театр гимнастерками да пилотками. Бегали по деревне, собирая валенки, платки да фуфайки, сделать это было не так уж и легко, слава Богу, теперь эта обычная для деревни форма одежды ушла в небытие.

Спектакль планировали показать 22 февраля, перед праздником, но его пришлось перенести из-за карантина по гриппу. Жители уже начали беспокоиться: «Почему нет объявления о спектакле? В чем дело?» Село ждет. Артисты, которые в основном состоят из местной интеллигенции – это учителя, медицинские работники, библиотекарь, сокращенные культработники, воспитатель, пенсионеры, ужасно волнуются. Предстать в спектакле в качестве артистов перед своими односельчанами – это не так-то просто! Здесь все друг друга знают, все друг другу родственники, соседи или знакомые.

Репетиция окончена. Беседую с артистами. «Трудно ли выучить такую непростую роль?» – спрашиваю у исполнителя роли главного героя Михаила Дмитриевича Колыбина (работает в МЧС водителем пожарного автомобиля), многодетного отца и дедушки. «А я, – говорит, – сажаю младшую дочь рядом, она читает за Настену, а я свой текст произношу. Так и выучил». Настену играет Светлана Ильина, которая работает в школе воспитателем. После репетиции у нее на щеках рдеет пунцовый румянец: «Для нас театр – большое дело! Он дает нам возможность бесценного общения. Мы надеемся, что на спектакль придут наши односельчане и, конечно, молодежь!» Юрий Николаевич Сорокин, пенсионер, когда-то работал в совхозе инженером-механиком, играет роль Максима. Рассказывает, что попал в спектакль случайно: дал согласие, не подумав, а потом – куда денешься? Нельзя Ирину Павловну подвести, да и втянулся. Иван Репин, самый молодой участник действия, ему всего 26 лет. Он работает в местной котельной, у него есть семья, жена и ребенок. Еще в школе занимался в театральном кружке и теперь вполне уверенно смотрится в роли уполномоченного. «Чем тут народу заниматься? – вопрошает Иван. – Многие спились. Работы нет. Досуга нет. Театр – это возможность проявить свои таланты!» Сергей Павлович Бомбин, в прошлом учитель химии, играет Михеича, отца дезертира. Он в отличие от некоторых все же со сценой был связан и раньше, до 36 лет играл в вокально-инструментальном ансамбле. Мужчины – как на подбор! Самобытные, талантливые! «Первоначально мы были ошарашены, когда Ирина Павловна предложила нам военную тему, – делятся впечатлениями артисты после репетиции. –

## БЕЗ ДЕРЕВНИ НАМ НИКАК НЕЛЬЗЯ!



Настёна (Светлана Ильина)  
и Андрей (Михаил Колыванов)



Слева направо: Юрий Николаевич Сорокин,  
Сергей Павлович Бомбин и Иван Репин  
перед спектаклем

Это такая сложная пьеса, такой серьезный материал, и мы сомневались в том, что справимся. Мы хотели играть что-нибудь легкое, какую-нибудь комедию». Но Ирина Попова их убедила, что они смогут. И у них получилось!

### Нам не дано предугадать

На обратном пути мысли мои все время возвращались в тот сельский клуб, где на сцене играли неактуального Распутина. Мне было жаль, что мы видели только репетицию, пусть и генеральную. Как хотелось увидеть этот зал полным, заглянуть в глаза девчонок и мальчишек, их отцов и матерей, бабушек и дедушек. Уверена, что эта удивительная постановка не оставит их равнодушными, потому что людей по-прежнему волнуют вечные вопросы о жизни и смерти, о том, что такое родина и предательство, что такое любовь, верность и совесть. Спектакль объединил около тридцати человек. Не так уж и много по большому счету. Но если на спектакль придет двести человек, столько, сколько вмещает зал, то получится, что каждый четвертый в селе так или иначе окажется в поле влияния этих вечных вопросов. Потом будут еще гастроли – в Верхний Олонец и другие поселки. И как сказал поэт, «нам не дано предугадать, как наше слово отзовется...» Хочется верить, что оно отзовется в сердцах тех, кто придет на эти спектакли. Не перестаю удивляться чуткой дальновидности тех представителей благотворительного фонда, которые сочли нужным поддержать именно этот проект.

Ведь, по словам писателя Валентина Распутина, «в пору мирового кризиса прежде всего крестьянину помогать надо. Много без чего можно обойтись – но без хлеба, молока, всего остального, что производит деревня, – без этого не обойдемся. Без родной деревни-кормилицы нам никак нельзя».

Проект  
Лицом к времени

# ЗАДУМАЛСЯ О ТОМ, КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ!

## О том, как люди без определенного места жительства приобщаются к культурной жизни

В МУ СО «Центр «Преодоление» работают отделение первичного приема и отделение временного пребывания. Во втором отделении одновременно могут проживать 39 человек. Это люди с самыми разными и очень не простыми судьбами.

### КРАТКАЯ СПРАВКА

**Исполнитель:** муниципальное бюджетное учреждение социального обслуживания Петрозаводского городского округа «Центр социальной адаптации лиц без определенного места жительства «Преодоление».

**Цель проекта:** интеграция бездомных пожилых людей в общественные процессы и освоение ими форм нормального общественного поведения в обществе.

**Сумма гранта:** 50 000 рублей.



*Ирина Ивановна Каламаева, директор центра «Преодоление»  
и ее заместитель Дмитрий Николаевич Лябегин*

Сотрудники центра – люди с удивительной душой. Его участие в проекте благотворительного фонда «Ладога» – только небольшая часть того, что они делают для своих клиентов, которые требуют часто не меньшей заботы, чем дети. Этот замечательный проект под названием «Старость в радость» позволил большей части людей из центра (в том числе и молодым инвалидам) побывать в монастыре, театре, на концерте органной музыки. Для обычного человека поход в кино или театр – часто вполне рядовое дело. Но для тех, кто оказался без дома, работы, родственников, кто жил на улице или на вокзале, поехать в монастырь или попасть на концерт органной музыки или на балет – это не меньше, чем в космос слетать. Центр делает все, чтобы бездомные люди вернулись к полноценной жизни, и проект – это одно из важных звеньев этой каждодневной и многотрудной работы.

Ирина Ивановна Каламаева, директор центра «Преодоление», признается, что не ожидала столкнуться с определённым сопротивлением своих клиентов выйти в люди. «Наших граждан заботило, в чем они пойдут, – рассказывает Ирина Ивановна, – как будут выглядеть внешне. Многие поначалу отказывались, говоря, что у них нет парадно-выходной одежды. И мы подыскивали им одежду получше: джинсы, кофты и пиджаки в нашем гуманитарном фонде. Надо понять, что этими, часто совсем одинокими людьми движет чувство неуверенности в себе и страх, ведь большинство из них ощутили на себе не-

**Проект**  
Старость в радость

## ЗАДУМАЛСЯ О ТОМ, КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ!



гативное отношение общества, нормальные связи с которым были ими утрачены».

«Многие из них хотят вновь социализироваться, – вступает в разговор заместитель директора Дмитрий Николаевич Лябегин. – По некоторым исследованиям, только 7% людей назвали причину бездомности как личный выбор. Общество считает, что у бомжей нет никаких желаний, кроме как выпить. Первые попытки вывести наших клиентов в общество – на культурные площадки города – показали, что у них есть такой же интерес к досугу, приятному времяпрепровождению и происходящим событиям, как и у обычных горожан».

Меня удивило, что руководители центра акцентировали внимание на благодарности тем организациям, которые хорошо приняли людей из «Преодоления». Оказывается, все не так просто. Дмитрий Николаевич рассказывает: «Концертные залы, выставочные площадки, театр были готовы к приходу бомжей, хотя поначалу приходилось пояснять, что бездомные граждане – клиенты учреждения, чистые, опрятно одетые, физически здоровые и своим визитом не повредят имиджу учреждения культуры. Есть и другие примеры. Например, ботанический сад ПетрГУ клиентов центра «Преодоление» к себе не принял».

Мне удалось поговорить с некоторыми клиентами центра. Один из них, Олег, так расчувствовался, вспоминая органной концерт, что на глазах выступили слезы: «Я был в шоке! Сам дворец такой красивый! Музыка понравилась. Я наслаждался, а в жизни красивее милиционера ничего не видел». Вот такое признание.

К сожалению, многие из бездомных, испытывая сильные эмоции, не в состоянии передать свои переживания на словах, и

## ЗАДУМАЛСЯ О ТОМ, КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ!



**Продолжительность проекта: 8 месяцев.**  
**В рамках проекта для бездомных пожилых людей и инвалидов организована поездка в Покрово-Тервенический женский монастырь, выезд в город Кондопога на органнй концерт, выступление Карельского национального ансамбля «Кантеле», в кинотеатр, на балет в Музыкальный театр и на фестиваль русского шансона «Улыбнутся с неба звезды» в ДК «Машиностроитель».**

тогда к делу подключается психолог Ксения Александровна Князева, работающая в центре с 2008 года. Она старается, чтобы каждый ее клиент осознал пережитое и проанализировал свои переживания. Вот высказывание Сергея, записанное психологом (Сергей вспоминает поездку в Покрово-Тервенический монастырь 31 августа 2012 года): «Монастырь поразил меня своей красотой. Отдыхал душой. Восхищался величием. Раньше меня часто посещали мысли о монастырской жизни, сейчас еще раз утвердился в своем желании пожить в монастыре. Раньше работал водителем и сам возил экскурсионные группы, казалось бы, много чего знал и слышал. Но, несмотря на это, от нашего экскурсовода узнал новые факты». Интересно признание другого бездомного мужчины – Валерия: «Рад, что представилась возможность побывать в святом месте, мне это было необходимо. Помолился, помочил ноги в святой воде. Очень полегчало, о многом задумался, особенно над тем, как жить дальше». Поездка затронула их эмоционально, оставила неизгладимый след в душе. Женщины вспоминают, что ощущали прилив сил, душевный покой, радость от жизни. Благотворительный фонд «Ладога» не зря потратил деньги.

Кроме поездки в монастырь были и другие интересные мероприятия проекта. Валентина, 58 лет, рассказывает, что три года жила на улице. Сейчас ждет своей очереди для поступления на постоянное место жительства в дом-интернат. Из всех культурных мероприятий ей больше всего запомнилась поездка 3 декабря 2012 года на органнй концерт в Кондопогу. Ее поразили мраморный дворец, музыка. Она призналась, что забыла, когда последний раз видела кино, в театре же не была ни разу в своей жизни. Я видела ее волнение, когда перед балетом «Корсар» сотрудница центра поправляла ей бант на свитере. Бездомный Павел с любопытством осматривал новый вид театра. Когда-то он работал здесь монтировщиком сцены. С тех пор минуло 20 лет, и вот он снова в театре, правда, как зритель.

Один из клиентов отделения временного пребывания Александр сначала вообще отказывался идти на концерт «Ваши любимые песни», потому что считал себя меломаном и не собирался слушать «такое». Но его убедила пойти на концерт Ксения Александровна, которой он доверял. В конце концов он остался доволен: ему понравилось место, обстановка, люди,

**Проект**  
**Старость в радость**

## ЗАДУМАЛСЯ О ТОМ, КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ!



возможность развеяться. А другой Александр сознался, что отвык от такой стороны жизни, что после концерта «Кантеле» у него прошла грусть, настроение поменялось. Стало теплее на душе. Иные из них, такие, как Валерий, не понимая ничего в музыке, искренне выразили свои чувства от услышанного: «Органная музыка очень сильная и громкая, но от нее становится спокойно на душе». В кино ходили более двадцати человек. Посмотрели два фильма. Один из них «Джентльмены, удачи-2» смотрели вместе со всей страной 27 декабря – в день официальной общероссийской премьеры. И хотя фильм, по словам Дмитрия Николаевича Лябегина, многим не очень понравился, а некоторые были даже разочарованы, сравнивая Крамарова и Гошу Куценко, тем не менее, они ощутили сопричастность общему делу.

По мнению руководителей проекта, у клиентов центра благодаря таким неординарным походам и приобщению к культурным событиям, происходящим в городе, развивается навык анализа собственной жизни. Это дает бездомным людям понимание того, что они такие же члены общества, как и остальные граждане, они не изгои. И это самое главное.

Важно отметить, что на каждом мероприятии вместе с клиентами центра бывают 2-3 сотрудника «Преодоления», что очень существенно. Вот как рассказывает о своих эмоциях после посещения концерта «Кантеле» один из клиентов, Дмитрий: «Не ожидал, что настолько понравится. Многие песни знакомы. Хотелось петь самому. Отвлекся от проблем и, главное, понял, что помимо затянувших забот и рутины, есть Жизнь. И жизнь очень интересная. Спасибо!».

Специалисты центра с любовью рассказывают о своих подопечных. Всех знают лично. С каждым не раз беседовали о жизни и проблемах. Многие десятилетиями нигде не были, хотя до этого вели обычную жизнь. «Один из моих клиентов говорил, что когда-то слушал музыку в Домском соборе, – рассказывает психолог. – Часто им не с кем поделиться, вспомнить свою былую жизнь. Они тяжелы на подъем, и бездомными многие стали не случайно. С ностальгией вспоминают времена своей «домашней» жизни. Поэтому такие культурные походы связаны только с положительными эмоциями. Есть ощущение, что люди просыпаются после долгого сна».

Проект  
Старость в радость

# ЕСТЬ ПАТРИОТЫ В КАЛЕВАЛЕ!

**В поселок Калевала путь не близок:  
десять часов на маршрутке не наедешься,**

*потому я была рада возможности пообщаться с начальником отдела социальной политики администрации муниципального Калевальского района Любовью Никитиной, приехавшей в Петрозаводск по делам. Предмет нашего разговора – кипучая деятельность жителей Калевалы, проживающих по улице Береговой, о том, как активные и неравнодушные селяне решили преобразить свою улицу, а в будущем, возможно, и поселок в целом.*

## КРАТКАЯ СПРАВКА

**Исполнитель:** инициативная группа микрорайона Иссакаала поселка Калевала.

**Цель проекта:** в ходе реализации проекта создать уникальный мини-музей: в каждом доме в виде единообразно оформленных папок будут находиться фото-, видео- и печатные материалы о людях, которые здесь проживали и живут сейчас; о домах, которые здесь стояли. Совместно с молодежью, проживающей с родителями, улица будет оформлена в карельском стиле.

**Сумма гранта:** 50 000 рублей.



*Руководитель проекта, начальник отдела социальной политики администрации муниципального Калевальского района **Любовь Никитина** показывает карту-схему, созданную Виктором Мелентьевым*

## – Как и почему у людей появилась такая интересная идея?

– Село Калевала, в прошлом Ухта, всегда состояло из нескольких микрорайонов, каждый из которых имел свое карельское название. Эти названия до сих пор используются местными жителями, хотя многие уже и не знают, что они обозначают. Улица Береговая находится в микрорайоне под названием Иссакаала. Мои предки тоже жили на этой небольшой улице. Сейчас на ней находится всего двенадцать домов. И вот нам в голову пришла идея попробовать получить грант и на эти деньги благоустроить улицу. Но это только часть идеи, основная же наша задача заключается в том, чтобы сохранить историю села, начав с одной улицы. Раньше у нас уже были подобные замыслы, например, мы хотели поставить в каждом районе баннер с названием, но Министерство национальной политики не поддерживало наши проекты. И вот удача. Уже в сентябре мы приступили к осуществлению нашей задумки.

**Проект  
Патриоты Калевалы:  
связь поколений**

## ЕСТЬ ПАТРИОТЫ В КАЛЕВАЛЕ!



### – Как жители поселка откликнулись на этот проект?

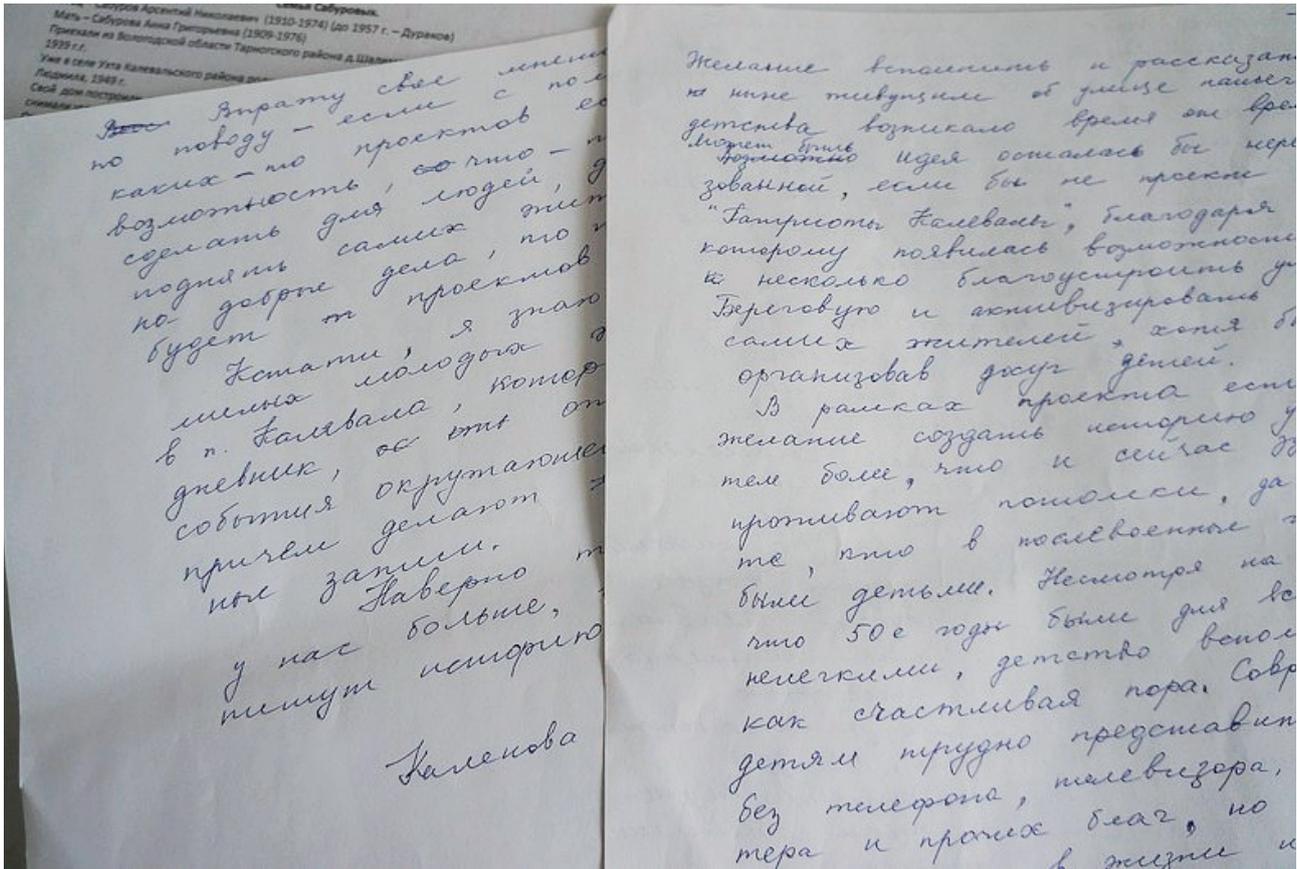
– Сначала среди жителей были не только оптимисты, но и скептики. Но когда люди увидели первые «КамАЗы» с песком и бульдозер на своей ухабистой улице, настроение у них поменялось. Большую часть денег, полученных от благотворительного фонда «Ладога», потратили на то, чтобы подровнять проезжую часть. В этом большую помощь оказал глава Калевальского городского поселения Александр Дрючин и Калевальское ДРСУ. На нашу идею сразу же откликнулся местный краевед и бывший редактор районной газеты Виктор Мелентьев, подготовивший и нарисовавший карты-схемы этой улицы, протянувшейся вдоль ламбушки, где были обозначены дома и фамилии семейств в военные и послевоенные годы. После того как дорога пришла в нормальный вид, настало время ее благоустроить. Сами понимаете, на такие изыски у местной власти денег никогда нет.

### – Что вы задумали и кто из ваших активистов особенно проявил себя в благоустройстве?

– Мы решили украсить улицу в карельском стиле. Есть у нас в селе патриот своего края, замечательных дел мастер Владимир Лукин. Он и его супруга, тоже мастер Ольга Романенко, задумали грандиозное дело. Уже сейчас, если вы свернете с улицы Ленина на Береговую, вы увидите красивый указатель с названием района Иссакакала. Чуть дальше – карта-схема улицы 1947-1957 годов. А дальше скульптурные изображения из сухарника целой семьи в виде барельефа: муж-добытчик с коробом за плечами, жена-хранительница очага, и, конечно же, дети. А всю композицию соединяет крыша. Как говорит моя односельчанка Галина Вейкковна Ремшу, улица наша стала не просто красивая, но с изюминкой. Как Владимир отыскал этот сухарник у местной кочегарки и как мы договаривались с руководством, чтобы его заполучить – целая история! Работу Лукин выполнил огромную, и, конечно, она стоит больших денег, чем получил мастер.

Проект  
Патриоты Калевалы:  
связь поколений

## ЕСТЬ ПАТРИОТЫ В КАЛЕВАЛЕ!



**Продолжительность проекта:** 8 месяцев.  
**В рамках проекта** улица Береговая приведена в надлежащий вид, привезено десять «КамАЗов» песка, засыпаны ухабы. Создан из дерева указатель с названием района, карта-схема и деревянная композиция-барельеф. Собрана информация о семьях, проживающих на улице Береговой. Упорядочена и систематизирована на электронных носителях. Помощь в проведении занятий оказывают 9 волонтеров.

**Проект**  
**Патриоты Калевалы:**  
**связь поколений**

### – Удалось ли вам решить задачу по сбору материала о семьях?

– Да, многие семьи, каждая по-своему, попытались начать сбор информации. Понятно, что в основном это люди пожилые, компьютеров у них нет. Они приносили мне свои листочки, а я уже перепечатывала и систематизировала написанное ими от руки. Например, семья Сабуровых записали все, включая род занятий в разное время, какую живность держали и что на огороде выращивали. Людмила Арсентьевна Сабурова рассказывала, как взволновал ее и соседей сбор материалов о жителях улицы, о своих собственных семьях. Понимаете, нахлынули воспоминания о детстве, молодых родителях, о жизни. В семьях достали фотографии из семейных альбомов. Люди понимают важность сохранения этих потрепанных временем фотокарточек в электронном виде, чтобы передать детям и следующему поколению эту информацию.

### – Судя по вашему рассказу, жители села стали более заинтересованными и активными?

– Для этого было много сделано. Например, Жанна Анатольевна Добрынина, вошедшая в инициативную группу, сама живет на этой улице и знакома с каждым. Она ходила по домам, встречалась с жителями, убеждала в необходимости начать сбор информации, собирала собрание. Для таких, как она или Тамара Ивановна Каленова, поднять людей на добрые дела – архиважно, видеть свой поселок ухоженным и красивым – дело чести. Вот и собирают они воспоминания людей о том, как жили здесь, чем занимались, в какие игры играли, как выглядело село раньше, как работали, как дружили и как отдыхали, в надежде, что все эти материалы станут достоянием местного краеведческого музея.

## ЕСТЬ ПАТРИОТЫ В КАЛЕВАЛЕ!



*Владимир Лукин за работой*

### **– Интересно, появились ли у людей какие-то новые идеи в ходе всех этих событий?**

– И немало! Естественно, есть люди инертные, но все же большинство заинтересовано продолжать начатое дело. Жители Береговой уже фантазируют дальше, как они смогут украсить свои дворы. У Владимира Лукина есть задумка сделать специальные вазоны для мини-клумб, а также построить на берегу ламбушки, там, где обычно любят отдыхать калевальцы, беседку. Жанна Добрынина предложила создать на своей улице ледовые и снежные фигуры, зажечь свечи и пригласить на этот вечер жителей с соседних улиц. А весной появилось желание провести праздник улицы для всех сельчан, планируется посадить цветы. Кроме этого будет и веселая часть праздника. Тамара Ивановна предложила организовать для детей соревнование на велосипедах, с призами победителям, конечно. Многие в Калевале ревностно отнеслись к изменениям на улице Береговой. «А когда за нашу улицу возьмутся?» – спрашивают они.

**Я уверена, что нам удалось осуществить нашу идею потому, что она совпала с желанием людей видеть свою улицу ухоженной и красивой.**

**Проект**  
**Патриоты Калевалы:**  
**связь поколений**

# ПРАЗДНИК НЕОБХОДИМ

**Из Петрозаводска в Гирвас по шоссе два часа на автомобиле. Это бывший леспромхоз. Поселок довольно большой, но поскольку работы нет, то молодые всеми силами стремятся уехать в город**

Постепенно контингент жителей увеличивается в сторону пожилых и одиноких. В поселке находится отделение временного проживания и отделение социального обслуживания на дому. Этот своего рода интернат принадлежит муниципальному учреждению Кондопожского комплексного центра социального обслуживания «Забота».

## КРАТКАЯ СПРАВКА

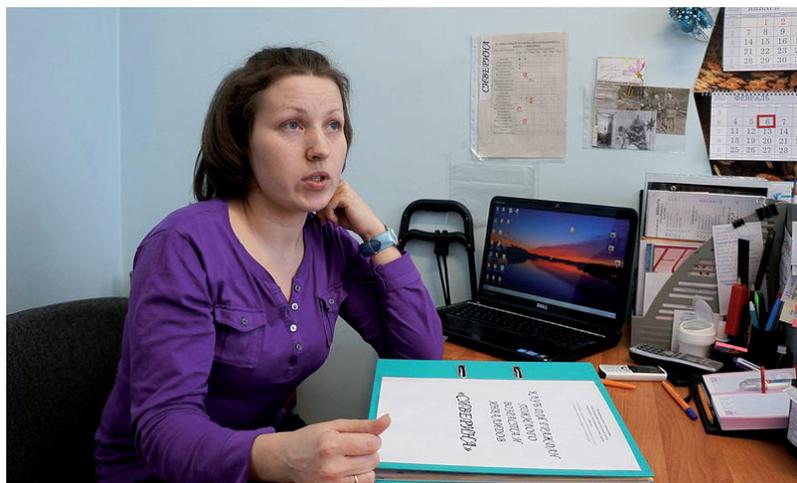
**Исполнитель:** муниципальное учреждение «Кондопожский комплексный центр социального обслуживания населения «Забота».

**Цель проекта:** включение пожилых людей в творческую деятельность через приобщение к культурным ценностям и традициям нашего края.

**Сумма гранта:** 100 000 рублей.

**Продолжительность проекта:** 8 месяцев.

В рамках проекта были организованы мастер-классы по рукоделию, праздники, в том числе карельские, поездка в краеведческий музей в Кондопоге, а также виртуальные экскурсии. На деньги гранта приобретены ноутбук, газеты «Пенсионерская правда», «Пенсионерская газета» и два журнала по рукоделию «Лена» и «Сюзанна». Проект рассчитан на граждан пожилого возраста и инвалидов п. Гирвас до 100 человек.



Руководитель проекта в Гирвасе **Анна Пугачева**

Идея проекта – создать клуб «Сиверина» для пожилых и инвалидов – принадлежит молодой сотруднице Анне Пугачевой, заведующей отделом социального обслуживания на дому, территория обслуживания которого распространяется не только на поселок, но и на близлежащие деревни.

«В поселке живут около тысячи человек, – рассказывает Анна. – Людям не хватает общих праздников. Досуг проводить особенно негде. В клубе дискотека и кружки для молодого поколения. Для стариков, собственно, ничего нет». Поэтому Анна и решила попытать счастья – получить средства на то, чтобы организовать досуг пожилых людей. На полученные средства она приобрела ноутбук – понятно, что это на сегодняшний день вещь просто необходимая, ведь даже в местной библиотеке до сих пор нет Интернета. Вместе с руководителем проекта мы посетили библиотеку, которая, по сути, является центром досуга жителей поселка. Уютная, относительно теплая, нас встретили библиотекари и еще две жительницы села, принимавшие активное участие в праздниках.

В библиотеке как раз формировали выставку рукоделия из новых изделий и старых, из бабушкиного сундука. Потому что 14 февраля планируется праздник с одноименным названием. Здесь и вязаные вещи, и вышивка, и образцы ткачества. «Благодаря этому проекту, – рассказывает заведующая Вера Николаевна Чиркова, – у нас в библиотеке появились новая газета

**Проект**  
Клуб для граждан  
пожилого возраста  
и инвалидов «Сиверина»

## ПРАЗДНИК НЕОБХОДИМ

«Пенсионерская правда» и два журнала по рукоделию «Лена» и «Сюзанна», понравившиеся читателям». Женщины с удовольствием разложили на столе экспонаты будущей выставки. К сожалению, ткацкий станок, который тоже был куплен на средства гранта, оказался сложноват для начинающих ткачих. И свои первые пробы они вынуждены были сделать на более простых по конструкции станках. Но есть надежда, что в будущем они его все-таки освоят.

Одним из важных и интересных событий для жителей поселка оказалась поездка в Кондопожский музей, где посмотрели две выставки. Одна из них была посвящена карелам-людикам, а на другой демонстрировались музыкальные народные инструменты мастера-прикладника из Петрозаводска Анатолия Мешко. По словам Анны Пугачевой, на экскурсию собралось меньше людей, чем ожидалось, из-за сильного мороза. Но те, кто ездил, остались довольны. Впереди запланирована еще одна поездка в Национальный краеведческий музей в Петрозаводск.

В рамках проекта в библиотеке прошел вечер музыки «Кантеле», на котором выступали ребята из детской музыкальной школы Кондопоги под руководством Ольги Владимировны Бушкаловой. Он проходил в рамках карельского «Кегри» – осеннего праздника начала прядения из льна и шерсти. Умельцы делились своим опытом вязания, ткачества. Большую помощь оказали участникам проекта Ольга Ивановна Осипова, специалист по рукоделию из Дома творчества и преподаватель по труду Галина Анатольевна Дикова, помогавшая освоить ткацкий станок. Никто из взрослых женщин в поселке техникой ткачества уже не владеет. К сожалению, побеседовать удалось только с двумя женщинами. Одна из них, Валентина Васильевна Войткевич (74 года), рассказала о мастер-классе по вязанию: «Мне понравилась идея обучения вязанию. Я вязать-то умею, но в основном простые вещи вроде рукавиц да носков, а хотелось научиться вязать более сложные вещи – шапочку, например, или кофточку. Нам в рамках проекта даже нитки выдали, из которых мы должны связать изделия для выставки».

Были проведены и другие праздники в селе: посвященный ча-стушке, «Чудеса под Новый год», «Святки», «Плат узорный». Все мероприятия проводились в библиотеке. «Вам доводилось участвовать в праздниках?» – спрашиваю Веру Арсентьевну Белоурову. «Завсегда! – отвечает она живо. - Чаю попьюшь, песен попоешь, повеселишься – как заново родишься!» «Из необычного, что мы провели, – рассказывает Анна, – это виртуальные экскурсии к святыням Русского Севера – на Валаам и остров Кижы». Эти экскурсии стали возможными благодаря новенькому ноутбуку, приобретенному на деньги благотворительного фонда «Ладога».

По мнению руководителя проекта Анны Пугачевой, в результате всех этих усилий пожилые люди стали чаще встречаться, у них появились общие темы для разговора, их жизнь стала разнообразнее, досуг более интересным. Разговор подхватывает библиотекарь с 40-летним стажем Татьяна Михайловна Насонова: «В свое время люди были разобщены, они устали сидеть по домам, где один вид досуга – телевизор. Эти праздники очень нам нужны!»



**Вера Николаевна Чиркова,**  
заведующая библиотекой, волонтер



**Проект**  
Клуб для граждан  
пожилого возраста  
и инвалидов «Сиверина»

# УСЛЫШАТЬ ДРУГ ДРУГА

**Команда сотрудников «Центра развития молодежных и общественных инициатив» поставила перед собой непростую задачу: объединить людей старшего поколения с молодыми на почве совместной деятельности**

*Надо сказать, что проблема такая в обществе действительно существует. Молодые люди, как правило, дерзкие, талантливые, смелые, но, в большинстве не очень компетентные и опытные, люди старшего поколения не так смелы и энергичны, зато у них накоплен интересный жизненный опыт.*

## КРАТКАЯ СПРАВКА

**Исполнитель:** карельский региональный общественный благотворительный фонд «Центр развития молодежных и общественных инициатив».

**Цель проекта:** создание благоприятных условий для выстраивания культурного взаимодействия инициативных людей (не менее 50) молодого и старшего поколения в Республике Карелия.

**Сумма гранта:** 87 500 рублей.

**Продолжительность проекта:** 8 месяцев.

В рамках проекта проведена научно-практическая конференция, в которой приняли участие около 200 человек из Республики Карелия, из Москвы (была проведена он-лайн конференция с участниками конференции из Канады), издан научно-практический журнал «Семейное дружелюбие Русского Севера. Секреты семейного лада», подготовлен электронный журнал «Мудрая книга наставников».

«Это очень важно для человека пожилого – почувствовать себя нужным и востребованным в обществе, – объясняет один из руководителей совета директоров программы «Авард» и активный участник проекта Елена Анатольевна Антошко, – особенно у нас в Карелии, когда люди довольно рано выходят на пенсию». Елена Антошко нашла такую молодую сподвижницу в лице студентки ПетрГУ Полины Пашук, с которой в рамках проекта они создали своеобразную школу развития творческого потенциала. «Каждую неделю по вторникам мы собираемся здесь и проводим занятия, – объясняет Полина, как эта школа работает на практике. – Приходят разные люди: взрослые и молодые, они учатся развивать свой творческий потенциал и передавать свои знания друг другу». Елена Антошко убеждена: если взрослые и молодые имеют мечту и в ней соединяют свои усилия, то потенциальность воплощения этой мечты во много крат увеличивается. Она привела пример, рассказанный ей другом из Сингапура, который работает в молодежной программе «Авард». Им удалось в течение года соединить 7 тысяч пар молодых и взрослых, и государство выделило деньги, чтобы поддержать эти проекты. В результате было реализовано 7 тысяч необычных и важных проектов.

О работе в рамках проекта рассказывает его руководитель Надежда Васильевна Крупнова: «В каждом районе (Кемском, Беломорском, Медвежьегорском, Суоярвском и Прионежском) мы провели по 12 встреч. Сначала это были встречи с руководителями муниципального района, потом расширенные встречи с активными людьми района, которые желали что-то сделать для развития потенциала своего края, и, наконец, с детьми и семьями». Надо отметить, что провести такую результативную, комплексную и целенаправленную работу по районам, по свидетельству Н.В.Крупновой, получилось благодаря объединению сразу трех проектов («Учиться, чтобы учить», «Активное поколение» и «Осуществленная мечта. Состояться в жизни»).

Сотрудники центра подготовили и провели большую научно-практическую конференцию в актовом зале Карельской государственной педагогической академии. После нее прошло определенное время. Мне удалось встретиться и пообщаться

**Проект**  
Программа культурного взаимодействия людей старшего и молодого поколения  
«Осуществленная мечта. Состояться в жизни»

## УСЛЫШАТЬ ДРУГ ДРУГА

с Натальей Николаевной Архаровой, участницей конференции. Она – учитель I категории медвежьегорской средней общеобразовательной школы №2, классный руководитель 4-го класса. Началось все два года назад, когда в гости в класс Н.Н.Архаровой пришли женщины из фольклорного ансамбля «Живая водица», которым руководит 70-летняя бабушка одного из мальчиков. Детям так понравилась встреча, что была организована детская фольклорная группа «Ручеек». Руководить ею стала та самая бабушка Наталья Ивановна Шепелева. Наиболее яркая их программа называлась «Солнце разгорается – игра начинается. Бабушкины игры», и была она показана на конкурсе «Кизи – мастерская детства».



«Когда мы впервые услышали о проекте партнерского сотрудничества, – делится своими впечатлениями Наталья Николаевна, – обрадовались и пошли на творческую встречу-семинар, потому что у нас уже был опыт работы старшего поколения с детишками. После участия в конференции мы стали относиться к своей деятельности более осознанно: провели анкетирование среди ребятишек и выяснили, что, например, участвовать в фольклорной группе 70% детей нравится и они хотят продолжать заниматься; многие отметили, что им комфортно участвовать в концертах именно рядом со взрослыми, потому что совсем другая атмосфера и совсем не страшно. Детям, кроме того, очень нравятся поездки».



«А что дала вам эта конференция? – спрашиваю Наталью Николаевну. – Ведь, партнерская деятельность между старшим поколением и детьми у вас уже была налажена». И получаю ответ: «Для нас было важно получить оценку и понимание наших усилий на другом уровне. После нашего участия в конференции многие в Медвежьегорске смогли осознать наш опыт как важный и ценный». Мы листаем научно-методический сборник «Семейное дружелюбие Русского Севера. Секреты семейного лада», книгу сценариев и текстов, где описан и опыт работы Натальи Архаровой. Она считает, что книжка эта весьма полезна, в особенности для учителей. Надежда Васильевна Крупнова поясняет, что уже подготовлен и электронный журнал «Мудрая книга наставников».



В Петрозаводске удалось соединить фольклорный коллектив «Питарицы» (руководитель Эмма Геннадьевна Елына) и студентов Петрозаводского педколледжа. Была создана программа саморазвития – передачи культурной традиции от старшего поколения к молодежи. Профессионалы во время совместных репетиций передали молодым девчонкам свой опыт организации игр и хороводов. Они познакомились, подружились и уже вместе весьма успешно выступили на одном из праздников – на этапе гонки мира в собачьих упряжках.

«Два года назад было проведено социологическое исследование, – рассказывает Елена Антошко, – по результатам которого стало ясно: молодежь признает наставничество взрослых. 17% опрошенных считают наставниками своих родителей, 25% – учителей, и только один человек написал, что для него наставниками являются прародители, хотя именно у прародителей самое большое право на наставничество. Но что-то мешает молодому человеку услышать старшего. Именно поэтому так важен этот проект».

**Проект**  
Программа культурного  
взаимодействия людей  
старшего и молодого  
поколения  
«Осуществленная мечта.  
Состояться в жизни»

# НАМ НЕ ПРИСТАЛО ЛЕЖАТЬ НА ДИВАНЕ!

*В Карелии знают, что в Кондопоге живет народ с активной жизненной позицией*

*Это касается не только молодежи, но и людей старшего поколения.*



*Татьяна Александровна Чеснокова ведет гимнастику*

## **КРАТКАЯ СПРАВКА**

**Исполнитель:** местная территориальная общественная организация «Общество дружбы Кондопога-Херлиберг».

**Цель проекта:** вовлечение большого количества людей в здоровый образ жизни, продление активного физического и социального долголетия людей старшего поколения города Кондопоги через активизацию массовой спортивно-оздоровительной работы.

**Сумма гранта:** 50 000 рублей.

**Проект**  
Лет до ста расти  
нам без старости!

## **«Серебряный возраст»**

В 2011 году после курсов для пенсионеров в городе появился клуб с красивым названием «Серебряный возраст», руководителем которого неутомимая Ольга Васильевна Дадеко объединила вокруг себя всех, кто готов не киснуть, не болеть и не сидеть в очередях поликлиники. Инициативная группа в содружестве с партнерами, администрацией района и общественной организацией «Общество дружбы Кондопога-Херлиберг» написала интересный проект под названием «Лет до ста расти нам без старости» и выиграла грант благотворительного фонда «Ладога». Понятно, что произошло это совсем не случайно, ведь цели, которые ставили перед собой активисты, поистине воодушевляют. Это подтверждает Ольга Борисовна Мешкова, председатель «Общества дружбы» (именно этим обществом первоначально были проведены курсы для пенсионеров): «Мне как руководителю было просто работать с уже готовой активной группой, к тому же и идея здорового образа жизни для людей старшего поколения лежала на поверхности». Пропагандируя здоровый образ жизни, эта группа энтузиастов пытается донести до пенсионеров, а в Кондопожском районе их 15 тысяч человек, свою идею оздоровления. Как они это делают? Об этом рассказ.

## НАМ НЕ ПРИСТАЛО ЛЕЖАТЬ НА ДИВАНЕ!



### Осенины

Ольгу Васильевну Дадеко, лидера инициативной группы клуба, знают в городе как активную спортсменку, «моржиху». Стоило только ей бросить клич, и вся активная группа собралась на встречу. В основном это женщины 60-70 лет. Листаю районную газету с материалами о праздниках и зарядке, просматриваю фотографии, где вижу радостные и счастливые лица пенсионеров, а инициаторы сидят рядом и наперебой пытаются поведать о том, что удалось им сделать за эти несколько месяцев. «В городе с таким удовольствием вспоминают наш праздник здоровья «Осенины», который мы провели 21 октября, – рассказывает Ольга Васильевна. – Мы очень тщательно к нему готовились, провели субботник на тропе здоровья, сочинили сценарий. Татьяна Петровна Ригачина, возглавляющая совет ветеранов-педагогов, была в роли Осени, а другие коллеги исполняли роль уходящего Лета и лесных героев». Мне оставалось только представить, как после зарядки на поляне кондопожане завели песни, хороводы под баян, а потом пели частушки у костра и пили чай с блинами. «300 человек у нас было на празднике!» – гордо сообщает Ольга Васильевна. Они и сами не ожидали, что горожане так откликнутся на их приглашение. В разговор включается жизнерадостная и красивая Татьяна Петровна Ригачина: «Даже обычные наши встречи, я уже не говорю о праздниках, обогащают, вдохновляют нас, дают импульс к новым идеям. Когда мы ездили с праздничной программой в поселки, все песни нашей молодости по дороге перепели!» Без сомнения, возможность положительного общения в этом возрасте способствует продлению активного физического и социального долголетия людей старшего поколения.



**Проект:**  
Лет до ста расти  
нам без старости!

## НАМ НЕ ПРИСТАЛО ЛЕЖАТЬ НА ДИВАНЕ!



**Продолжительность проекта:** 8 месяцев.

В рамках проекта была организована оздоровительная зарядка на главной площади города для всех желающих, особенно для пожилых людей, тем самым к здоровому образу жизни подключились новые люди. Пенсионеры провели несколько праздников в городе и близлежащих поселках Кончезеро и Гирвас (впереди еще Янишполе), дни здоровья. Получили помещение, где сделали ремонт и где теперь будет храниться спортивный инвентарь и собираться инициативная группа.

### А мы тоже хотим!

В конце сентября активисты клуба «Серебряный возраст», а также танцевальный ансамбль «Зоренька» посетили село Кончезеро, где провели праздник в рамках проекта, посвященный Дню пожилого человека. И опять все начиналось с зарядки, а закончилось танцами и чаепитием. «Люди были так вдохновлены нашим визитом, – рассказывает Ольга Борисовна Мешкова, – что выразили желание создать у себя подобную инициативную группу». Таким образом, мало-помалу люди зажигаются оптимизмом и энтузиазмом кондопожских адептов здорового образа жизни. Да и невозможно не увлечься, глядя на них. По тропе здоровья, ориентируясь на активистов, с палками ходят, то есть освоили скандинавскую ходьбу, до 180 человек. Некоторым, между тем, уже за 80! «Нам не пристало на диване лежать!» – лозунг Сергея Ивановича Васильева, единственного мужчины в совете клуба. Его супруга Надежда Ивановна уверена, что проект дал возможность людям по-новому ощутить радость жизни. «Мы стали больше двигаться, познакомилась с интересными людьми, дни стали более насыщенными и разнообразными!» – говорит она.

Интересной получилась и поездка в красивый поселок Гирвас. Активисты «Серебряного возраста» тепло вспоминают об этом празднике: «Нас встретили так радушно! Мы посмотрели красивейшую церковь, познакомилась с работой библиотеки. Провели совместную зарядку. Методист из центральной районной больницы показала, как правильно ходить с палками, как выполнять комплекс гимнастики для пожилых людей с ограниченными возможностями. Ну и, конечно, не обошлось без концерта, чая и песен». Своего помещения у активистов «Серебряного возраста» не было до последнего времени. Но неожиданно общество инвалидов получило двухкомнатную, правда, неотреставрированную квартиру. И тогда они решили объединиться. «Мы собрались с силами, – рассказывает сподвижница по спорту и подруга Ольги Васильевны Зинаида Александровна Скачкова, – организовали два субботника и сами сделали ремонт в этих двух комнатах. Теперь мы там будем собираться и хранить приобретенное на деньги гранта спортивное снаряжение».

**Проект**  
Лет до ста расти  
нам без старости!

## НАМ НЕ ПРИСТАЛО ЛЕЖАТЬ НА ДИВАНЕ!



### Дух коллективизма

После беседы мы выходим на площадь Ленина. 13.00. На улице сплошной туман. Из репродуктора несется ритмичная музыка. «Раз-два, три-четыре», – командует Татьяна Александровна Чеснокова. Румянец заливаает щеки спортсменов. Одна из них, Овсянникова Альбина Васильевна, которой 11 февраля исполнится 70 лет, чуть опоздала: каждый раз она приезжает на гимнастику на автобусе из близлежащей деревни, чтобы побыть вместе со всеми и ощутить общую радость. Один только факт: эта удивительная женщина приехала в город в 7 утра, чтобы вместе со всеми участвовать в ремонте помещения, который был назначен на 10 часов. Вот он – дух коллективизма!

– Я уже слышана о вашей общегородской зарядке. У вас прямо, как в Китае. А как вам удалось собрать людей на первую зарядку? – спрашиваю «серебряных» активистов.

– Первую нашу зарядку мы, активисты, провели 29 августа перед Ледовым дворцом, – объясняет Татьяна Александровна Чеснокова, в прошлом учитель математики, а нынче одна из семнадцати энтузиастов инициативной группы. – Это было в день 85-летия Кондопожского района, народу собралось очень много. У нас были одинаковые бордовые футболки с эмблемами клуба. Это незабываемое ощущение, когда вся площадь делала упражнения вместе с нами!»

И в самом деле, судя по фотографии, дебют был весьма удачным. Но это происходило в конце лета. Осенью собиралось на зарядку, по словам активистов, до 50 человек. Зима, естественно, внесла свои коррективы, но даже мороз и метель не пугают горожан. В один из дней, когда на улице было минус 28, 15 самых стойких все равно пришли. «Этот проект позволил объединить большое количество людей в единую сплоченную команду», – справедливо считает Татьяна Александровна Чеснокова.



*Татьяна Петровна Ригачина*



*Альбина Васильевна Овсянникова*

**Проект**  
Лет до ста расти  
нам без старости!

**Контактная информация:**

**БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД «ЛАДОГА»**

**[WWW.FONDLADOGA.RU](http://WWW.FONDLADOGA.RU)**

**АРХАНГЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ «ГАРАНТ» –**

**АДМИНИСТРАТОР КОНКУРСА «АКТИВНОЕ ПОКОЛЕНИЕ»**

**ПО АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ**

**[WWW.NGOGARANT.RU](http://WWW.NGOGARANT.RU)**

**ФОНД «НОВОЕ ОБРАЗОВАНИЕ» Г. ПЕТРОЗАВОДСК –**

**АДМИНИСТРАТОР КОНКУРСА «АКТИВНОЕ ПОКОЛЕНИЕ»**

**ПО РЕСПУБЛИКЕ КАРЕЛИЯ**

**[WWW.NKF-NO.RU](http://WWW.NKF-NO.RU)**