

СТРАНА и ОБЩЕСТВО

ЛАБОРАТОРИЯ СЧАСТЬЯ

№1

ЖУРНАЛ О ЗДОРОВОЙ И СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ

ПУЛЬС ЭВОЛЮЦИИ

СЧАСТЬЕ НЕЗЕМНОЕ

ГДЕ НАХОДИТСЯ ВЕЧНОСТЬ

ПИТАНИЕ И ИНФОРМАЦИЯ

Сила внутри нас



О. Завидов (второй справа) с друзьями из клуба «Сергий»

Достойная, полноценная и даже радостная жизнь людей, имеющих инвалидность, может казаться нереальной заоблачной мечтой. Особенно в условиях нашей страны, где у физически здоровых людей проблем «выше крыши». Необустроенность техническими средствами компенсации малоподвижного образа жизни и неприиспособленность общественных мест к пребыванию людей с ограниченными физическими возможностями — большие вопросы нашего общества. В то же время эти люди, как и все другие, имеют право на реализацию собственных программ счастья. Более того, можно сказать, что они находятся на переднем крае борьбы человечества за увеличение радости жизни. В истории много примеров, когда люди, пораженные тем или иным недугом, находили силы и способы жить полноценно. Такие люди и их жизни поддерживают и вдохновляют, как больных людей, так и физически здоровых. Дают силы поверить в свои собственные возможности. Мы начинаем публикации о тех, кто, преодолевая величайшие физические трудности, строит и свое собственное счастье, и счастье близких людей.

Олег Завидов рос как многие краснозаводские ребята, ходил в клуб «Красная гвоздика», участвовал в «Зарницах», посещал кружки и любил походы.

Через несколько лет городская велосипедная секция заняла все его свободное время. Он стал кандидатом в мастера спорта по велопоссе и велокроссу, участником чемпионата Советского Союза 1976 года среди профсоюзов. Он был там самым молодым, и ему прочили хорошее спортивное будущее.

После армии сказался перерыв в тренировках, да и свой возраст Завидов считал уже не перспективным: было принято, что, если к 18 годам ты не «сделал мастера», не стал признанным чемпионом, окажешься на вторых ролях. А у него своя формула: или все, или надо заняться чем-то другим.

К тому времени в Краснозаводск приехал Юрий

Валентинович Рябов, тренер по лыжам, и Олег пришел к нему. Завидов, простите за тавтологию, обладал завидным упорством в достижении поставленных целей. Уже через год Рябов вывел ученика «в люди». Молодой, целеустремленный парень попал в областную сборную лыжников «Динамо», выиграл первенство региона, неоднократно поднимался на пьедестал победителей. Словом, этому человеку можно было по-хорошему позавидовать.

Так и в образовании. Олег закончил Краснозаводский химико-технологический техникум, затем военное училище в Подольске, начал работать. Первые два образования считал определенным разбегом и поступил в Московский строительный институт. Спорт, в любительском смысле, не оставлял ни при каких обстоятельствах.

Летом 1991 года до защиты диплома оставалось две недели, все было практически готово, тему он выбрал самую

По четыре раза в год он ложился в центр, руки начинали двигаться лучше. Большие надежды он возлагал на Валентина Дикую, но тот, узнав, что Завидов перенес столько операций, от пациента отказался. Он предпочитал брать «нетронутых» врачей и честно сказал об этом. Но Федоровича установлена прочная стальная рама, на перекладине которой размещено несколько специализированных тренажеров Дикова — для ног, рук, спины. Со временем Завидов изобрел для себя дополнительные, а еще придумал способ не обременять родных, не помогать ему ложиться, вставать, передеваться в коляску и из нее. За этим нехитрым умением голы титанического труда, преодоления боли и отчаяния. Кроме жены раньше на помощь приходила и мама, но после двух инфарктов ей теперь помогает он: в соседний дом привезена армейская рама, позволяющая перетовариваться с близким человеком.

— Встаю в семь часов, жена с дочкой уходят, Ольга на работу, Саша — в институт. Наступает мое время, тренируюсь несколько часов подряд, а с весны и до осени еще и по улицам города езжу.

Упорство и мужество Завидова по достоинству могут оценить сам Алексей Мареев: из Красноярска до Тобоева озера Олег Федорович однажды доехал на обычной коляске-рычажке, поставив на нее шипованную резину. Более четырех часов добирался по сложной дорожке без чьей-либо помощи. Кто знает эту «гогофу», кто помнит протяженность пути, у кого хватит воображения представить этого человека, неустанно работающего проблемными руками столько времени — тот ничего, кроме искреннего восхищения, испытать не сможет. Завидов в тот день еще и обратный путь проделал по той же дорожке.

— Хочу как-нибудь побить свой рекорд, — улыбается он. — Надо время сокращать, быстрее доехать.

И не спрашивая, что он испытывает, о чем думал на этой дистанции. Возможно, о том, как когда-то летал со скоростью ветра на велотоннаках, бегал марафон на лыжах. У него в квартире вся стена в матах, лаза разбегаются. Однако, торецвский прыжок стоит не меньше любой из них.

Повесть об этом настоящем человеке была бы неполной без упоминания о том, что он является и... тренером по лыжам. Он успешно работает с подрастающими спортсменами. Насколько успешно, говорит хотя бы такой факт: четырехкратная Тамара Байболина является двукратной чемпионкой России по лыжам в своей возрастной категории, и сегодня за нее борются два престижных российских спортыста.

Олег Федорович старается приспосабливаться на все. А теперь вторая, ответственная, часть жизни — четыре года назад я начал собирать людей с похожими проблемами, — рассказывает он. — По себе знаю,

— Вспоминать и показать ему руку.

преодолевателей, но сюда приехали сразу шесть человек палате. Для атлетичности выпускника хватало бы и двух дней в то время, защита диплома состоялась прямо в здании Вэсо, где он находится. Впервые за шесть лет существования зашел. Через год, впервые за шесть лет существования — Олег, шанса на получение диплома он успел бы было получить.

Олег вспоминает Олег Федорович. — Мое же время

— Три дня за месяц сделали тридцать операций, в двадцать пять случаев ребята выписались и пошли на своих участках Завидов.

ли на молодых ребятах, и «сломанные» армейцы избегали рачеченская кампания, специализисты-медики поднагнали. Через семь лет он попал в госпиталь МВД. Шла уже вторая операция, а способом передвижения стала коляска.

негативных факторов получился и результат: руки почти неские подробности, скажем так, что при сложении всех имели, допустили врачебную ошибку. Опухшая анатомическая Федорович, достоянного опыта, видимо, не зывает Олег Федорович, как следовало. В больнице, как раскаяние, в полном объеме, как следовало. В больнице, как раскаяние, не в считанные минуты и часы, как надо было бы. И не повонка, к сожалению, помощь была оказана не сразу, т. — жизнью тяжелого инсульта. Он сломал два шейных ограничительных возможностями. А в российском обиходе на цивилизованном языке называется жизнью людей с вынужденно на уже в абсолютную другую жизнь, которая И Олег тоже, поэтому он уверенно нырнул...

бывали здесь много раз, знали беречь, как свои пять пальцев. вся группа отправилась на Борисовские пруды. Студенты тот день в общекитин не было этой самой воды, и почти жизненно — «Водооснащение городского хозяйства».





как тяжело жить в четырех стенах. Но я-то занят, нашел себя, выполняю надомную работу, а у других положение гораздо хуже. Вот и решил, что надо как-то объединиться, сообща пробовать решать свои проблемы, да хотя бы просто общаться. Почти год обзванивал район, собрал людей. Клуб решили назвать «Сергий», сегодня в нем уже 22 человека. Только спинальные инвалиды, так нам проще понимать друг друга.

«Сергий» начал понемногу обретать друзей: психотерапевта В. П. Липинского, О. А. Гаврилова, руководителя общественной организации инвалидов-участников боевых действий «Единство» и клуба «Сплочение», Г. Г. Максимова и ее подростковый клуб «Красная гвоздика», главу города В. И. Погонина.

— Мы выделили «Сергию» отдельную комнату, — рассказывает Галия Максимова. — Им есть, где собираться, тренироваться, и нашим ребятам наглядный пример мужества. А какой теплый совместный вечер мы провели с их семьями накануне Старого Нового года!

— В прошлом году мы, откровенно говоря, немного помогали клубу, такой возможности не было. Но в этом году, при собственном бюджете, поможем больше, — сказал В. И. Погонин.

— Человека лечат не только лекарства, его лечит и окружение — родные, друзья. Поймите, инвалид — это другая психология, другой взгляд на все. Завидов своим примером показывает, что с инвалидностью жизнь не заканчивается, наоборот, она пробуждает такие силы, о которых человек и не подозревал. У нас хорошие отношения с клубом, мы организуем совместные поездки, выделили им коляски, — добавляет О. А. Гаврилов.

Жизненные горизонты участников клуба «Сергий» начали расширяться. Кроме тренировок в «Красной гвоздике» и чайных посиделок сергиевцы участвуют в спортивных соревнованиях, выступают индивидуально и командой. Одной из самых заядлых спортсменок является Елена Туркина, которую многие посадцы искренне любят за общительность, неиссякаемый оптимизм, за проникновенные стихи. Она одна из первых проторила тропинку на многие престижные соревнования людей с ограниченными возможностями, побеждала в них. Лена не только вступила в клуб, она стала верным помощником Олега Завидова.

— Олег Федорович ограничен физически, но душой и сердечностью он абсолютно безграничен, — с воодушевлением рассказывает Елена. — Всех, кто ушел в свою беду, он стремится вытащить. Он умеет поддержать так, что мир светлеет. Наши ребята занимаются шашками, шахматами, армрестлингом, гонками на колясках, дартсом, стрельбой, мячом — всего не перечислить. Он учтив и участлив. Удается найти спонсоров и каждому имениннику выделить немного денег, такая теперь в клубе традиция. У нас же даже свадьба была, молодожены получили материальную помощь и постельное белье. Ему нелегко искать такие подарки, но он это делает.

Кроме Елены Олег Завидов в числе своих единомышленников называет Сергея Мишина, Константина Богданова. Им удалось «пробить» квартиру в Шабурново колясочнику Андрею Епанчину. Теперь думают, где найти людей, которые могли бы хоть немного помочь с ремонтом жилища.

Немаловажно также, что «тронулся» лед в социальной и общественной адаптации физически ограниченных людей: Константин Богданов, чемпион России, призер междуна-

*Побору свою беду,
Жизнь даётся только раз.
Прожив её достойно,
Не реви, не ной, не плачь:
Если трудно, если больно:
Побору свою беду,
Выше будь над ней, над болью,
Не сдавайся, а борись,
Все пройдёт само собою.*

Побору свою беду, выразила Лена Туркина:
ку очень хорошо выразила Лена Туркина:
Дух этих неординарных людей, их внутреннюю устанав-
равно есть.
аппарат. Но снимки с того памятного события у него все
ему дорого, какой-то негодяй выкрасил у него хорошие фото-
соревнованиях не предусматривает. Это любопытство обошлось
треть, поболеть, ведь паралимпийский вариант на этих
«Лыжно России» поехал, правда, не участвовать — посмо-
получил возможность передвижения и маневра. Он даже на
себе лыжеколяску: поставил коляску на широкие лыжи и
Олег Федорович из-за призрачной к лыжкам придумал
обрал вторую жизнь.
масть. Так начался соревнование по лыжероллерам, кубок
вает Завидов. — Думаю, и что он стоит? Надо что-то придум-
— У меня кубок стоял, от прежних побед, — рассказы-
хотят.
А они, вопреки судьбе, прозвать не хотят, они жить
прозвания.
кто эту пенсию посчитал достаточной для проживанияного
нается 2-4 тысячам рублей — стоимости одного обеда тех,
возможностям работать надомно. Их пенсия сегодня рав-
живает корячий инстинкт, несколько человек по своим
родных соревнований по фехтованию на колясках, закан-

Эти строчки являются левизном Межрегионального
общества инвалидов «Лигитрим». У него несколько
романтичное название, но его члены: люди, отдельные
судьбой, — стремятся делать «Божьи, добрые дела». В
этом их сила и отличие от многих из нас — здоровых,
часто беспечных, а то и вовсе равнодушных.

*Мы в этой жизни никуда
Живем в миру, где царство зла.
Но от всего Христом хранимы
На Божьи, добрые дела.*

Клуб «Сергий» в городе Краснозаводск Сергиев
Посадского района Московской области создавался
при помощи и участии Межрегиональной обществен-
ной организации инвалидов «Лигитрим», которая
существует уже 11 лет. Ее основателем был Валерьян
Прувян, инвалид I группы. В настоящее время орга-
низацию возглавляет Надежда Белькова. «Лигитрим»
собирает в свои ряды тех, кто нуждается в помощи и
поддержке, — инвалидов всех категорий и возрастов.
Главной своей задачей считает адаптацию людей с
ограниченными возможностями к суровым условиям
нашей жизни. Пять лет назад клуб «Сергий» вошел в
состав организации и стал верным ее соратником.

