



ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ОБЩЕСТВЕННО-ГОСУДАРСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ

# СОЮЗ ЖЕНЩИН РОССИИ



**НАША СИЛА - В ЕДИНСТВЕ, НАШЕ БОГАТСТВО - В МНОГООБРАЗИИ**

Москва 2024

УДК 061.2-055.2(470)(051) +  
316.346.2-255.2(082)  
ББК 66.74(2Рос) +  
60.542.21я43  
С70

УЧРЕДИТЕЛЬ, ИЗДАТЕЛЬ: ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ОБЩЕСТВЕННО-ГОСУДАРСТВЕННАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ «СОЮЗ ЖЕНЩИН РОССИИ»

РЕГИСТРАЦИОННЫЙ НОМЕР: ПИ № ФС77-79604 от 13 ноября 2020 г.

ЗАРЕГИСТРИРОВАНО ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБОЙ ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ СВЯЗИ,  
ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И МАССОВЫХ КОММУНИКАЦИЙ  
(РОСКОМНАДЗОР)

НАД ВЫПУСКОМ РАБОТАЛИ:

Надежда Аленина, Андрей Афанасьев, Эмма Борисова, Галимет Ворокова,  
Наталия Жучкова, Наталья Игнатова, Любовь Ильченко, Любовь Корсакова,  
Юлия Лапыгина, Екатерина Лахова, Ольга Лебедева, Наталья Потапова,  
Октябрина Рыбникова, Виктория Рыжих, Светлана Сентякова, Ольга Славина,  
Вера Урываева, Яна Филимонова, Регина Цыганкова, Елена Чернышева

Главный редактор: Аленина Надежда Владимировна

Оформление и верстка: Топанина Алина Юрьевна

Фотографии из личных архивов героев и авторов статей, открытых источников

Журнал Союза женщин России №16 (март 2024), — М.: «Платинум Колор Принт», 2024. —  
80 с.

Перепечатка материалов без письменного согласия редакции запрещена.

Если Вы хотите задать вопрос редакции, предложить тему  
для обсуждения — пишите на [secret@wuor.ru](mailto:secret@wuor.ru)

УДК 061.2-055.2(470)(051) +  
316.346.2-255.2(082)  
ББК 66.74(2Рос) +  
60.542.21я43  
С70

© Издание на русском языке, оформление  
Отпечатано в ООО «Платинум Колор Принт», г. Москва.  
Сущевский Вал, 64, тел.: +7 (495) 631-31-54  
Март 2024 г.  
Тираж 1500 экз.  
Заказ № 166  
РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ БЕСПЛАТНО





### **Дорогие подруги!**

Год, в который вступила Россия, объявлен президентом страны Годом семьи. Семья — основа государства, начало всех начал. В семье формируется личность человека: навыки поведения, уважение к людям, любовь к Родине, мировоззрение ребенка и подростка.

Поэтому и в Послании президента Федеральному собранию РФ семейные ценности стали одной из важнейших тем, красной нитью прошедшей через все выступление. И это неслучайно. Достаточно посмотреть на то, что происходит в западных странах, где, как отметил В.В. Путин, традиционные ценности разрушаются сознательно. Мы с вами не можем допустить, чтобы у ребенка были «родитель 1 или 2»! Для нас всегда слово «мама» будет самым ласковым и добрым, а «папа» или «отец» всегда будут ассоциироваться с главой семьи, силой и защитой.

Новый национальный проект «Семья» стоит у главы государства на первом месте. Наш Союз женщин готов всецело включиться и в этот проект, так как всегда приоритетом его деятельности оставалась забота о семье, детстве, материнстве и отцовстве.

Проект о будущем и для будущего «Молодежь России» тоже станет для нас стимулом к активному взаимодействию с юношами и девушками, привлечению их к нашей большой работе по оказанию поддержки воинам СВО и их семьям, патриотическим, трудовым, экологическим акциям и инициативам.

Словом, как и всегда, забот у наших женщин будет предостаточно. И это хорошо, ведь, как говорят, «движение — это жизнь»!

Дорогие подруги! Будем жить, воспитывая детей и внуков, получая радость от их успехов и достижений, от тех больших и добрых дел, которые мы совершаем ежедневно, помогая и поддерживая друг друга! Жить, чтобы всем вместе встретить нашу общую победу, гордясь своей страной и ее народом! Здоровья и счастья вам, дорогие!

 **Ваша Екатерина Лахова**

# ОБЩЕСТВЕННЫЙ СОВЕТ ЖУРНАЛА СОЮЗА ЖЕНЩИН РОССИИ

---



**Лахова**  
**Екатерина Филипповна**  
председатель  
Общественно-  
государственной  
организации «Союз  
женщин России»



**Аленина**  
**Надежда Владимировна**  
советник  
председателя СЖР



**Богдасарова**  
**Екатерина Юрьевна**  
председатель  
Московского областного  
регионального отделения  
СЖР



**Морозова**  
**Ирина Геннадьевна**  
председатель  
Кировского регионального  
отделения СЖР



**Бондаренко**  
**Наталья Леонидовна**  
главный врач  
Клинической больницы  
№ 85 ФМБА России,  
кандидат  
медицинских наук



**Хитрова**  
**Ольга Владимировна**  
председатель  
Ярославского  
регионального отделения  
СЖР



**Крым**  
**Ирина Алексеевна**  
председатель  
Кемеровского  
регионального отделения  
СЖР — Союз женщин  
Кузбасса



**Ремнева**  
**Надежда Степановна**  
председатель  
Алтайского краевого  
регионального отделения  
СЖР

---

## ЖЕНЩИНЫ, МЕНЯЮЩИЕ МИР

**ЕЛЕНА ГЛИНСКАЯ: НА СВЕТОЙ СТОРОНЕ ИСТОРИИ РУСИ** 4

ГОД СЕМЬИ **НАВСЕГДА**

**Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ, ПАПА...** 8

**СВЕТЛАЯ МЕЧТА МАМЫ СВЕТЛАНЫ** 12

**ЛИЦА НАШЕГО СООБЩЕСТВА**

**ЗНАКОМЬТЕСЬ: БЮРО СОЮЗА ЖЕНЩИН** 17

**ЮЛИЯ, СПЕШАЩАЯ НА ПОМОЩЬ** 20

ЖЕНЩИНЫ — **ЛИДЕРЫ**

**ДЕПУТАТ, УЧИТЕЛЬ, ВОСПИТАТЕЛЬ, НАСТАВНИК... И ПРОСТО ЖЕНЩИНА** 22

ЖЕНСКАЯ ПОВЕСТКА:  
**ПРОБЛЕМЫ, РЕШЕНИЯ, ПЕРСПЕКТИВЫ**

**ПОЗЫВНОЙ "ЛЕДОКОЛ"** 26

**ИМЕНА И ПОДВИГИ ГЕРОЕВ ТРЕХ ПОКОЛЕНИЙ** 29

**ЧУМРАБОТНИЦА — ЕСТЬ ТАКАЯ ПРОФЕССИЯ** 31

**МЫ В ОТВЕТЕ, ЧЕМ УВЛЕКАЮТСЯ НАШИ ДЕТИ** 35

**ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЖЕНЩИН** 38

**ОТ МАМ ЗАВИСИТ БУДУЩАЯ ЖИЗНЬ** 42

**МАМИНЫ ОБЪЯТИЯ** 44

МИРОВЫЕ ЖЕНЩИНЫ — **ЖЕНЩИНЫ МИРА** 62

**ВЕЛИКИЙ. УЖАСНЫЙ. ЖЕНАТЫЙ** 46

## СОЮЗ СЕРДЕЦ — СОЮЗ ТРАДИЦИЙ

**ЖЕНЩИНЫ, ГОВОРЯЩИЕ НА ОДНОМ ЯЗКЕ** 49

СОЮЗ ЖЕНЩИН **В ДЕЙСТВИИ**

**РОЛЬ ЖЕНЩИНЫ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ** 52

**КОР-ПУНКТ СЖР**

**ГОД СЕМЬИ: ПЛАНЫ И ДЕЛА СОЮЗА ЖЕНЩИН РОССИИ** 54

**ОНЛАЙН-ВЕБИНАРЫ И МАСТЕР-КЛАССЫ** 56

ВНИМАНИЕ, **КОНКУРС!**

**ИМЯ ЖЕНЩИНЫ ЗВУЧАТЬ НЕ ПЕРЕСТАНЕТ** 58

ПОБЕДИТЕЛИ И ЛАУРЕАТЫ  
ВСЕРОССИЙСКОГО КОНКУРСА  
ЖУРНАЛИСТОВ "ИМЯ ЕЙ ЖЕНЩИНА!" — 2023

**"УГОЛОК РОССИИ": ПОБЕДИТЕЛИ И ЛАУРЕАТЫ** 61

**НА ВСЕ РУКИ...**

**ТРЕНДОВЫЕ ЦВЕТА В ИНТЕРЬЕРЕ — 2024** 63

**НЕИЗВЕСТНОЕ ОБ ИЗВЕСТНЫХ**

**КОСА — ДЕВИЧЬЯ КРАСА** 67

МЕЖДУ НАМИ, **ДЕВОЧКАМИ...**

**ЭТИКЕТ ПОДАРКОВ И ПОЗДРАВЛЕНИЙ** 71

**И ЭТО ВСЕ О НАС...**

**СТИХИ ПОЭТОВ РАЗНОГО ВРЕМЕНИ** 74

**ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...**

**ОБ ЭТОМ НАДО ЗНАТЬ** 77

С начала создания Русского государства, строившегося по законам патриархата, в этом процессе участвовали и женщины, чьи имена заняли почетные места в летописи Руси. Первой была княгиня Ольга, при которой началось воссоединение и становление нашей страны, а спустя почти 600 лет власть в свои руки взяла Елена Глинская, жена Василия III и мать Ивана IV. Рассказ о ней мы начали на информационном портале СЖР «Женщины России», а сегодня продолжаем на страницах нашего журнала.

# ЕЛЕНА: НА СВЕТЛОЙ СТОРОНЕ ИСТОРИИ РУСИ

# ГЛИНСКАЯ



**ЕЛЕНА ВАСИЛЬЕВНА ГЛИНСКАЯ**  
Такой вообразил Елену Глинскую  
художник Александр Алексеев, 1837

Василий III, московский князь и правнук Дмитрия Донского, уже 20 лет был женат на Соломонии Сабуровой, но детей у них не было. Скорбел царь, даже всплакнул, увидев в гнезде птичьим птенцов. Не хотел оставлять трон своим братьям и был полон надежд, когда по чьему-то наущению решил развестись. Развод состоялся, несмотря на то что патриарх не дал своего согласия. Соломонию постригли в монахини, она прожила в Суздальской обители 18 лет и за благочестивое отношение к своей участи была канонизирована. Меж тем 47-летний царь, увидев необыкновенной красоты юную племянницу князя Михаила Глинского, решил жениться на Елене, которой не было и 17 лет. Это был неравный во всех отношениях брак. Молодая супруга была очень красива, к тому же хорошо образована, знала иностранные языки и, как бы сейчас сказали, была ориентирована на Западную Европу. Это проявлялось в ее свободном от условностей поведении. Она не смущалась пред царем, смиренно потупив взор, как следовало делать женщинам того времени. Ее достойное и в то же время не выходящее за рамки дозволенного отношение к окружающим ставило ее вровень с самыми знатными личностями при дворе.

Эта черта и ее ослепительная красота сделали ее настоящей царицей, заслуженно занявшей престол. Она как будто рождена была стать ею. Под влиянием молодой, но очень разумной супруги почти 50-летний царь ввел некие европейские бытовые обычаи и даже обрил бороду, что потрясло все его окружение, не принявшее нововведения молодой царицы.

Елена была литовской княжной, родившейся в известной семье Глинских. По легенде, сыновья убитого Мамай бежали от преследования Тохтамыша, ставшего ханом Золотой Орды. Осев в небольшом литовском городке Глинске, они основали род по имени этого места, а некоторые княжичи из последующих поколений перешли на службу к русскому царю.



В народе зрело недовольство этим браком Василия. Глинские считались «худородными» пришлыми князьями, да еще и с татаро-монгольскими корнями. И уж совсем русских бояр пугал Михаил Глинский, дядя новой царицы, известный авантюрист, зачинщик всяких смут и нечистый на руку делец. Описывать все его злоключения в Европе, неоднократные переходы из одной веры в другую, победы, но больше поражения и заключения, сомнительные сделки было бы утомительно. Беспокойный нрав Глинского сослужил ему плохую службу. После замужества племянницы Михаил стал одним из приближенных царя и рад был, без сомнения, родству с ним. А с Василием случилась довольно распространенная история: муж настолько влюбился в молодую жену, что полностью попал под ее власть (таких примеров у монархов во все века немало).

Однако и этот союз начался тревожно: первые годы у «молодых» так и не появились наследники. Они много молились, ездили по святым местам, прося о детях, и только через четыре года свершилось — Елена родила мальчика, названного Иваном (будущего Грозного). Еще через год у Ивана появился брат, но радость омрачило то, что второй сын Василия, названный Юрием, был слаб головой и глух.

И, поскольку недовольство молодой царицей лишь крепло, стали возникать слухи об измене царю, и в любовной связи с царицей обвиняли Ивана Овчину Телепнева-Оболенского. Возник вечный любовный треугольник, на этот раз неравный, где две стороны — Елена и Иван, молодые, красивые, здоровые и правильно оценивающие сложившуюся ситуацию в отличие от третьей стороны, Василия, в весьма преклонном возрасте ослепленного внезапно вспыхнувшим чувством к юной девушке, осчастливившей его. Так и жили: стареющий супруг всецело доверял своей жене, которая умело им руководила, и не желал слушать тех, кто пытался открыть ему глаза на ее измену. В 1533 году Василий III заболел и, предвидя скорый уход, написал завещание, оставив государство своему сыну Ивану, до его совершеннолетия назначив опекунами Михаила Глинского, дядю Елены, и еще нескольких бояр.

Как только Василия не стало, Елена решительно отстранила всех претендентов и объявила себя правительницей при малолетнем наследнике престола. Молодая женщина полностью доверяла Ивану Телепневу-Оболенскому, их отношения строились не просто как романтические, а и деловые. Она получила себе в помощь



**ЕЛЕНА ГЛИНСКАЯ**

«Фоторобот» создал исследователь из Казани Айрат Газизуллин



**ВАСИЛИЙ III ВЕЛИКИЙ КНЯЗЬ МОСКОВСКИЙ  
ВВОДИТ ВО ДВОРЕЦ НЕВЕСТУ СВОЮ, ЕЛЕНУ ГЛИНСКУЮ**

К.В. Лебедев, 1916

молодого, энергичного, умного и предприимчивого соратника. Нет сомнения, что Иван был бесконечно предан своей госпоже, стал ее правой рукой не из-за корысти, а по велению сердца. Остались даже записи, что «жили они в одной горнице». Михаил Глинский упрекал племянницу в открытом сожителе с Иваном Оболенским, и она, недолго думая, посадила дядю в темницу, где он и умер.



стремся принудить непринудимое существо благодати Божией. И ради него Господь не пропустил моления его, и слезам его внял. Ибо знает Бог, создатель всего, что ради этого с многожеланным рвением непрестанно разгорается сердце царя на молитву к Богу. Да не погибнет без пастыря не только одна Русская страна, но и все православные! И поэтому милосердный Бог расторг оковы бесплодия его и даровал ему родить наследника державе его, подобного ему премудростью, мужеством и исправлением благочестия.

И тако потчася принудити непринудимое существо благодати Божия. Вбоже ради Господь не пресажша моления его и слезам его внят. Вестъ бо Бог содетель всяческый, яко сего ради многожеланным подвигом непрестанно разгорается сердце царево на молитву к Богу, да не погибнутъ всь паствыя не точно едины Руския страны, но и вси православнии. И снх ради милосерднй Бог разведе союз неплодствна его и дарова ему родити наследника державе его, подобна ему премудростно и мужеством и исправлением благочестна.



И тако потчася принудити непринудимое существо благодати Божия. Вбоже ради Господь не пресажша моления его и слезам его внят. Вестъ бо Бог содетель всяческый, яко сего ради многожеланным подвигом непрестанно разгорается сердце царево на молитву к Богу, да не погибнутъ всь паствыя не точно едины Руския страны, но и вси православнии. И снх ради милосерднй Бог разведе союз неплодствна его и дарова ему родити наследника державе его, подобна ему премудростно и мужеством и исправлением благочестна.

Л. 887 в свете провозвн.

**ЛИЦЕВОЙ ЛЕТОПИСНЫЙ СВОД XVI ВЕКА**  
Русская летописная история. Книга 19. 1528-1541

Конечно же, уже построенные города продолжали расти и укрепляться, и в первую очередь Москва. В 1535 году состоялась закладка так называемого Китай-города, который должен был опоясывать кремль и посад. Для строительства нового вида крепостной стены был приглашен итальянский зодчий Петрок Малый. Он заложил несколько смотровых башен по длине всей стены. Название «Китай» к азиатской стране Китай не имеет никакого отношения. В старину так назывался сплетенный вручную забор из тонких и длинных ветвей, а его основание вкапывалось в землю.

Елена провела новую денежную реформу, сделав московский рубль главной государственной расчетной единицей, запретив удельным князьям выпускать свои монеты. Такие «фальшивки» изымались и переплавлялись на московские, которые чеканились в новом построенном монетном дворе. На оборотной стороне этих монет было написано «Великий князь Всея Руси Иван». Это был рубль, а еще появилась копейка с изображенным на аверсе всадником с копьём, затем деньга — полкопейки, еще полушка — четверть копейки, полтина — 50 копеек, гривна — 10 копеек, алтын — 3 копейки, была принята единая система мер длины и веса. В общероссийском обращении остался только новгородский рубль. Он был вдвое дешевле московского. Эти экономические введения укрепили централизацию власти страны. Очень популярным законом стало ограничение полномочий князей в городах, вводилась судебная система, устранившая беспредел и вседозволенность воевод на местах.

За годы правления Елена установила дружеские отношения с Молдавией, астраханским и ногайским ханствами, был подписан мирный договор с Ливонией. С северным соседом Швецией регентша заключила удачный мирный договор о свободной торговле и нейтралитете. Развязанная война с Литвой продолжалась недолго, быстро закончившись очередным поражением короля Сигизмунда. По составленному договору двух сторон княжеству Московскому отошли Смоленск, Чернигов и еще несколько городов вдоль приграничной полосы.

Эти и другие изменения к лучшему в стране находили своих недоброжелателей, как и сама правительница, прекрасная в расцвете женской красоты, ведь по законам того времени вдова должна была, не снимая траурные одежды, находиться в монастыре, молясь денно и ночью. Но не такова была Елена, к огромному сожалению



**ВАСИЛИЙ III БЛАГОСЛОВЛЯЕТ ПЕРЕД КОНЧИНОЙ СЫНА СВОЕГО ИВАНА IV**  
Рисунок С. Зейденберга, гравюра Ю. Мультиановский

Елена оказалась хорошей хозяйкой в доставшемся ей немалом государстве, об устройстве которого она постоянно заботилась: ввела современную по тем временам стандартизацию всех мер в стране, ускорила строительство новых городов, которые располагались по периметру государства. Их возводили из расчета, что они будут защищать страну от нашествия врагов.





#### «ШАПКА МОНОМАХА»

Художник изобразил Венчание на Великое княжение трёхлетнего Ивана, будущего "Грозного", на руках его держит мать и опекунша - Елена Глинская. Художник С.А. НИКИТИН (фрагмент)

нию, во время своего пятилетнего правления не успевшая совершить еще немало добрых дел, поскольку ее враги в ночь с 3 на 4 апреля 1538 года расправились с ней. Тридцатилетняя правительница при своем малолетнем сыне скоропостижно скончалась. По одной из версий, ее отравили представители семейства Шуйских, которые всегда ненавидели царствующую династию Рюриковичей. И, конечно же, они возглавили боярщину при 5-летнем царе Иване, не забыв расправиться с Телепневым-Оболенским: брошенный в крепость, он скончался там от голода.

В XX веке останки Елены были исследованы, и результаты показали, что содержание ртути в ее теле превышало допустимую норму в тысячу раз. Такое могло произойти, если человек был отравлен сулемой, самым известным ядом в ту эпоху.

Елена Глинская была для своего времени очень прогрессивной, что, конечно, раздражало сторонников старых устоев, для которых женщина не имела практически никаких прав, тем более стоять во главе государства. Своими нововведениями она проложила дорогу последующим русским царицам — Елизавете, Екатерине II, показала им, что женщина тоже способна стать умелым правителем. Она первой ввела фаворитизм, который со временем приобрел официаль-



#### ДЕНЬГИ С ИЗОБРАЖЕНИЕМ ВСАДНИКА С КОПЬЁМ, отчего и монеты называли "копейками"

ный статус. Все венценосцы имели своих любимцев, ставших неотъемлемой частью монархии, и некоторые из них внесли неоценимый вклад в развитие России. Если бы Елена смогла дожить до восхождения на престол своего сына Ивана, то, возможно, он тоже стал бы прекрасным царем, не прибегая к жестоким мерам в правлении, и народ назвал бы его не Иваном Грозным, а Иваном Разумным.

*Любовь Корсакова*

Наверное, неслучайно эту новую рубрику открывает рассказ нашей доброй и милой подруги — председателя регионального отделения СЖР Республики Адыгея Галимет Вороковой. И тоже неслучайно, что она очень трогательно рассказывает о своем отце, живущем в ее памяти и душе. Спасибо, Галимет, за Вашу искренность!

# Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ, ПАПА...



С детства я всегда знала, что у меня есть человек, знающий и умеющий абсолютно все. Это мой отец — Аскарбий Хаджимосович Хачемизов, которому сегодня было бы 90 лет. 20 лет назад он ушел в мир иной, но я продолжаю считать его живым, равняюсь на него, советуясь с ним во всем...

Я росла под его крылом в абсолютной уверенности в его архивозможности, его надежности, которая только у меня одной и крепче которой на свете нет. Из всех чувств, что может испытывать единственная и любимая дочь, растущая с четырьмя сыновьями отца, у меня более всего превалировало чувство гордости. Кажется, что я с этим чувством родилась, росла и продолжаю до сих пор жить, хотя моего любимого и мудрого отца нет уже около 20 лет. Любая трудная задача, неразрешимый спор, горькая обида или боль,

разъяренное животное, летящее на тебя, пожар или потоп — любая безвыходная ситуация разрешалась только потому, что просто рядом был такой всеильный мой ПАПА. Мне кажется, что он и сейчас есть...

Потому что примерами его поступков и ценностей у меня выверяется и корректируется мой жизненный путь. Всегда подспудно думаю: «Ему бы это не понравилось» или «Он бы это одобрил», а еще: «В таких случаях он поступал так...»

Он всегда говорил: «Свои поступки выверяйте, оглядываясь на тех, кто рядом с вами, чтоб им не было стыдно за вас». Ему не нравилось хвастовство, если мы теряли чувство меры: «О твоей «хорошести» пусть мне другие расскажут».

Человеческие качества папы основывались на принципах человеколюбия, мужественности, оптимизме. И он уважал в любом человеке терпимость к другим.

Сам презирая малодушие, он умел поднимать дух человека, зная психологию взрослых и детей. Как можно дольше он оберегал их от жизненных неурядиц, способствовал сохранению детской мечтательности, веры в будущую счастливую жизнь.

Он особо почитал старших и этому учил и нас.

Повзрослев, я поняла, что мой отец уникален. Творческая натура, он вобрал в себя не только строгость, принципиальность, последовательность, сдержанность во всем, но и обладал широким мировоззрением, политической грамотностью, деликатностью и благородством по отношению ко всем без исключения.



На все случаи жизни имел быструю реакцию: на хорошее отвечал красноречиво, глубоко веря в духовную чистоту созданного Богом любого человека; с юмором — если его ожидания кто-либо не оправдывал. Но всегда был тактичен и деликатен, удерживаясь от высказываний в лоб, пользовался иносказанием: говорил так, чтобы человек сам осознавал ошибки.

Шутил так, что провинившийся человек никогда не повторял потом такой же проступок. Однако никто и никогда на него не обижался — все знали, что мудрее моего отца еще не создавал Всевышний.

Пообщавшись с ним однажды, никто потом его не забывал: широкое мировоззрение, ораторские и организаторские способности, его харизматичность трудно было забыть.

Понимая силу слова как опытный пропагандист на партийной работе, он говорил, что нельзя просто транслировать услышанное и увиденное. «Полученная через органы чувств информация должна пройти через фильтр головного мозга. Только проанализированную информацию можно вещать», — так он выразился в 1999 году на встрече В.В. Путина, еще премьер-министра, с муфтиями северокавказских республик.

Папа искусно владел адыгейским языком, писал на нем и прозу, и поэзию, постоянно ратовал за его развитие. У нас имеется рукопись составленного им алфавита, основанного на обозначении одной буквой одного звука.

Красной нитью в воспитании у него проходило незыблемое: «мужчинам — мужское», «женщинам — женское». «Поскольку такими их Бог сотворил», — утверждал он. Воспитывал личным примером, держал нас в строгости, приструнивал, если надо, одним взглядом. Папа часто цитировал Антона Семеновича Макаренко.

Сам он, имея пылкий и аналитический ум, всегда приветствовал стремление к знаниям. Говорил, что выше глубокого ума и широкого кругозора нет ничего важнее. «Отсутствие ума — бедственный порок», — всегда приводил свою поговорку, если мы допускали что-то такое, что ему не нравилось. И этого было достаточно: ни мальчишки, ни я больше никогда его не огорчали подобными проступками.



Главным жизненным принципом моего отца, как сейчас говорят, кредо, которого он неуклонно придерживался в своем поведении, было Адыгэ хабзэ. Отец проверял, как мы следуем этому принципу, испытаниями, о которых мы и не подозревали. Как-то раз, навещая меня в Костроме, где я училась в вузе, папа посвятил своего соседа по гостиничному номеру в секреты нашего Адыгэ хабзэ, в основе которого — особое почитание старших младшими. И заверил, что соблюдение Адыгэ хабзэ свято для всех и поныне.

Не ведая о состоявшемся разговоре, я после занятий зашла к ним в номер. Включилась в беседу, стояла и отвечала на вопросы про учебу и дела. В ходе разговора то и дело отец или наш собеседник между прочим просили меня присесть. Глядя на отца в недоумении, я, естественно, мягко отказывалась, но в душе возмущалась настойчивостью отца: сидя на диване, он пододвинулся и вновь пригласил сесть рядом с ним! Это не укладывалось в моей голове, и ничего не оставалось, кроме как сослаться на срочные дела по учебе и убежать.

Впоследствии на мои возмущения папа, смеясь, ответил: «Я тоже напрягся, думая: вдруг моя



«дурочка» поверит и сядет со мной, да еще при чужом человеке! Не беспокойся, моя милая, мы просто показали москвичу, что наше Адыгэ хабзэ живет и будет жить всегда».

Отец большую трудовую жизнь был партийным идеологом. Но никогда не отвергал религию, при необходимости деликатно обходя эту тему. С гордостью и благодарностью он рассказывал о Туркубие Мамишеве, обучившем его в детстве чтению Корана.

Он еще не был избран аулом эфенди, но задолго до этого мамина незрячая бабушка преклонных лет говорила во время уразы: «Я завидую тем, кто вместе с Хачемизовым держит уразу и делает намаз. Посмотрите, я вижу его во главе молящихся». Окружающие смеялись: ведь он — коммунист, парторг и абсолютный атеист! Но папа радовался словам старенькой женщины, потому что только он сам знал свою веру в Тхьа.

Я же думаю, что это было некое пророчество через нашу бабушку...

Помню отцовское выражение сразу после развала Советского Союза: «Коммунисты ошиблись в одном: они отвергли веру в Бога. С верой в Бога они были бы неуязвимы».



Нашего отца, проработавшего несколько лет эфенди, избрали муфтием Духовного управления мусульман (ДУМ) Адыгеи и Краснодарского края в 1988 году. С тех пор наша семья стала скучать без него: он постоянно находился по делам ДУМ то по аулам республики, то в зарубежных поездках, где он участвовал в различных форумах по приведению мусульманских традиций и обрядов к единой форме. Много времени он тратил на стройке соборной мечети, которую начали в Майкопе.

Непосильно сложная работа подорвала силы отца. Однако он еще совершил хадж в Саудовскую Аравию.

Когда отец начал болеть, аульчане постоянно засиживались у его постели, словно хотели успеть услышать и вобрать в себя больше его мудрых слов. В нашем роду и среди аульчан он был человеком, которому доверяли все независимо от возраста и беспрекословно следовали его указаниям. Его мудрые советы, знаю не





понаслышке, сохранили не одну семью в ауле, предотвратили опрометчивые поступки, помирили поссорившихся... Он был категоричен в одном — в предотвращении разладов между соседями и родственниками, всегда находя компромисс и требуя его соблюдения.

В нарушение обычаев встречался с молодыми невестками рода, красиво и торжественно обыгрывая ситуацию, говоря при этом, что именно эта невестка (а это была каждая из них) достойна такой чести. На подтрунивания своих братьев по поводу нарушения традиций отвечал с юмором: «Не встречаются те свекры, кто сомневается в себе. Я же в себе уверен — не допущу неуважительного взаимоотношения». Его действительно уважали и любили, поскольку он привечал прибывающих и пополняющих род. При разных обстоятельствах поступал по-отечески.

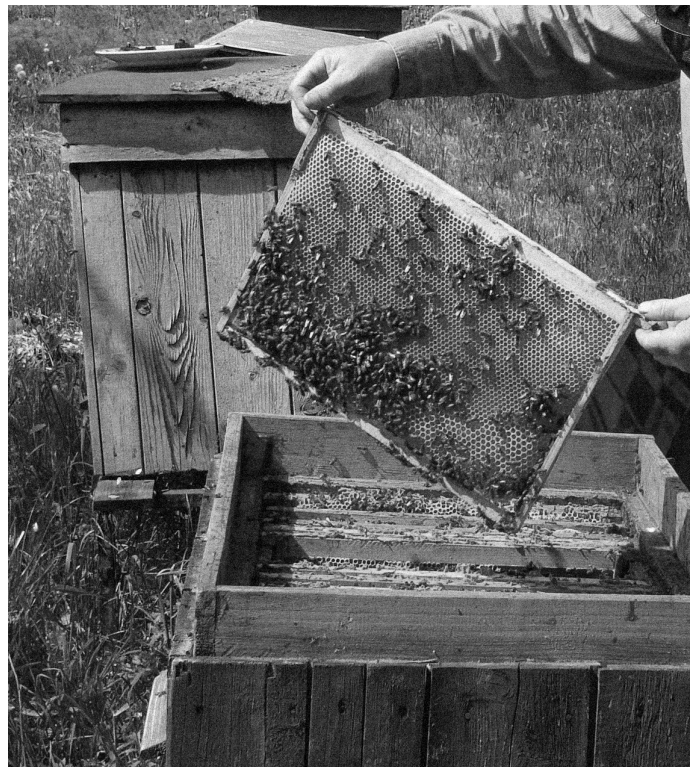
Внукам разрешал озорничать, что не дозволялось нам, говоря: «Мое дело — баловать внуков, а ваше — воспитывать их». Дети соревновались: кому из них достанется лечь поближе к дедушке. Приходилось сдвигать кровати, чтобы все оказались на равных, а он на ходу придумывал и рассказывал сказки, где главными героями были его внуки — поименно.

Мальчишек учил разным ремеслам: виртуозно работал как с железом, так и с деревом и электричеством. Развивал в них выдержку, постоянно подчеркивая, что они мужчины (посвятил им стихотворение о мужественности — «Лыгъэ»).

Девочек убеждал заняться рукоделием, цветоводством. Помню, как-то у мамы однажды пришить не получался врезной карман на сарафане, с которым он справился мастерски. К чему ни приложит руки — всегда получалось.

Папа, правда, в редкие моменты играл на мандолине, подыгрывая пению мамы. А сам он любил заниматься садом. Он был потомственным пчеловодом, секретам которого научил сыновей. Он умел ловить рой и собирать пчел в улей. В период медогонки он обязательно созывал детей со всей округи — для угощения.

Мерой благополучия у него было не материальное богатство, а окружающие его люди: он судил о состоятельности человека по количеству людей, пришедших к нему по разным поводам.



Видимо, и его похороны были под стать всей его жизни. Слезы родных и близких перекрывались многочисленными молитвами за его душу, что смягчало даже мою душевную боль: я знала, как это было бы важно для него. В наш двор в день прощания с ним со всех мест стекалось огромное число людей, желавших попрощаться с ним. Многие приехали из дальних регионов. На траурном митинге было сказано много теплых слов и признаний. И я слушала все это, распираемая гордостью за то, что я его дочь...

Ты ушел, папа, но продолжаешь жить во мне, в других твоих детях, в твоих внуках, в памяти благодарных тебе людей. Тебя нет почти 20 лет, а ты живой и останешься живым. Ты мне необходим всегда.

*Галимет Ворокова*

Сколько сказано и спето про мам! Сколько детских рисунков и высокохудожественных полотен посвящено матери! Сколько написано книг и снято фильмов... И все равно и слов, и стихов, и песен, и картин будет мало!

Потому что для выражения любви, уважения, признательности женщине- маме не хватит ни слов, ни страниц, ни холстов.

Мы можем только молиться за ушедших от нас (всегда безвременно!) мам и вспоминать самые светлые моменты, когда мы были вместе с мамой.

Но мы можем говорить им, сегодня живущим, как мы их любим. Пожалуйста, не стесняйтесь этого. Как не стесняются родные по крови и приемные (и от этого не менее родные!) дети большой семьи Светланы Лаврухиной говорить о своей маме.

# СВЕТЛАЯ МЕЧТА МАМЫ СВЕТЛАНЫ



Рассказывает Ксюша:

— Казалось бы, о чем может мечтать девочка 13 лет? Да о чем угодно: стать известным блогером, иметь крутой телефон, купить красивое платье... Но девочка Света, совсем юная, амбициозная, целеустремленная, талантливая, прекрасно танцующая, рисующая, серьезно занимающаяся плаванием и вполне себе перспективная личность, однажды, попав в больницу и заглянув в палату к отказникам, навсегда поменяла вектор своей жизни и связала себя мечтой. Какой? Не поверите: иметь много детей, еще не зная, каким же интересным и необычным способом будет исполнено ее желание.

Господь говорил: «Просите и дано вам будет по вере вашей». И очень скоро мечта Светланы исполнилась. Это сильно перевернуло ее мир, взгляды на жизнь, траекторию судьбы. Она стала тем самым большим кораблем, который с годами будет наполняться детками разных возрастов, подростками со своими судьбами и ранеными душами. Здесь ею будет вложено столько труда, любви и сил, чтобы помочь и дать тепло каждому, что кто-то может не поверить, что такое под силу одной женщине...

А она сможет и даст самое важное: почувствовать и понять, что же такое мама, любящая тебя просто так, потому что ты есть. Но обо всем по порядку.



Мама — это же самый важный и нужный человек в жизни каждого человека. Хотя бывают ситуации, в которых эта логическая цепочка, мама — ребенок, обрывается. Быть мамой — огромное счастье и огромный труд, а быть приемной мамой — это великий дар и большая ответственность, с которыми по-настоящему способен справиться только человек с огромным сердцем, наполненной душой и поцелованный Богом. Да-да, именно так. Умеющий отдавать, слышать и слушать.

Наша мама именно из тех прекрасных людей, которая ценит в ребенке личность. Не банально и не по шаблону она достает из уголков своей души самое нужное для каждого, любит всех искренне, просто и нежно, обогревая и давая понять, что ты такой, какой ты есть. Она как теплый и уютный плед, как сладкое утреннее какао, наполняющее своим ароматом все вокруг. Думаете, я идеализирую? Нет, уж поверьте, я знаю, о чем говорю.

20 лет эта хрупкая женщина гордо несет на своих плечах звание приемной мамы, 20 лет официально, а если по-честному, то все 34 года, с того самого момента, когда 19-летняя Света усыновила меня, полуторагодовалую девочку, навсегда сделав самым счастливым человеком. Спасибо, мам, я тебя очень сильно люблю.

Что важно, мама, верующий и православный человек, вымолила всех своих детей: каждый ребенок, попавший в семью, оказывался в ней во время постов — либо Рождественского, либо Великого. Удивительно, но факт!

Сейчас у нашей мамы 17 детей, большинство уже живет своими семьями, каждый нашел свой путь, получил достойное образование... Однако все, кто живет самостоятельно или в нашей семье, бесконечно благодарны маме за тепло и ласку, за семейный уют, которые она подарила каждому.

Мама никогда не сидит на месте, она человек с неутомимой энергией, всегда молодая, активная, генератор идей. А у нее, между прочим, уже 10 внуков! Печет для нас самую вкусную пиццу, хлеб, булочки, собирает своих взрослых детей на праздники, которые стали для нас традицией и необходимым звеном жизни для всех нас. Двери ее дома всегда открыты. Она человек, без сомнения, готовый прийти на помощь, выслушать, понять...

При этом она активная и в общественной жизни — является членом Союза женщин России, все так же амбициозна, всегда готова на новые подвиги.



С 8 Марта, наша любимая и неповторимая! Спасибо тебе за твою мечту, которая сделала нас всех счастливыми и родными. Благодаря ей мы стали обладателями самого важного звена в жизни — мамы. Спасибо за веру в нас, за семью, любовь, традиции и тепло, которое ты подарила нам всем и даришь до сих пор.

#### *Рассказывает Лиза:*

— Когда мне было 12 лет, я вновь попала в семью. И это была третья приемная семья в моей жизни, и я искренне не хотела этого, потому что просто больше не верила людям: мне казалось, что безопаснее всего в приюте, детском доме, да где угодно, но только не в семье. Этот вывод был сделан мной, конечно, от пережитого ранее опыта. Оказавшись в доме мамы Светы (еще необустроенном, без удобств, но таком настоящем, теплом, где было много детей и животных), я, полная подозрений и недоверия, постепенно отогрелась. В этом доме нам всем нашлось ме-



Мама всегда относилась к нам с уважением, приучала нас к труду, к чистоте, к приготовлению пищи и много разговаривала с нами о жизни, о нас самих. И это было самое любимое и ценное время. До сих пор вспоминаю об этом с теплом и все, что мне было дано, бережно и с благодарностью храню в своем сердце.

Какая же она, наша мама, воспитавшая столько детей? Она у нас красивая, очень сильная и никогда не перестающая мечтать и верить в чудо, несмотря ни на что. Каждый день она борется с последствиями детских травм, со всякой неправдой, с жестокостью, несправедливостью (неважно: к животным, взрослым или детям). Двери ее дома открыты, на кухне всегда вкусная еда, сердце ее чуткое, руки ее натружены, а лицо молодо, потому что она делает много добра в этом мире!

Быть мамой чужим детям — это, конечно, огромный и редкий талант, призвание, и наша мама обладает этим даром!

**Рассказывает Настя Кузнецова:**

— Я попала в семью из детского дома в 12 лет. Я всегда хотела иметь семью, маму, которой мне так не хватало. И, когда я попала к маме, ощутила себя самым счастливым человеком. У меня появилась настоящая семья: мама, бабушка, дядя и еще две сестры. Жили мы дружно и весело. Я в силу своего возраста старалась помогать маме. На тот момент у нас было свое хозяйство (козы, куры, гуси, утки, свиньи). А потом со временем наша семья расширилась, мама взяла еще детей, и у меня появилось много братьев и сестер. Мама меня многому научила и подготовила к жизни. Сейчас я уже сама мама двоих детей и понимаю, как ей было с нами непросто, ведь все мы были каждый со своим характером. Однако, несмотря на все трудности, мама находила подход к каждому ребенку. Она человек с большим сердцем, ставшая для меня самым дорогим человеком. Да, где-то мне ее не хватало, но я понимала, что есть маленькие детки и им она нужнее на данный момент. Мама, ты самая лучшая мама на свете! Если мы порой тебя огорчали или обижали, прости нас. Я благодарна Богу и тебе, моя мама, что у меня есть такая большая и дружная семья.

**Рассказывает Алина:**

— Будучи ребенком, ты не осознаешь, насколько важны те слова и напутствия, которые



сто: и животным, которых подкидывали, и детям, которым так нужен был дом, где их не предадут, а полюбят, услышат и примут...

Было удивительно оказаться в такой семье. На тот момент, чтобы нас всех вырастить, маме приходилось много трудиться, было свое хозяйство, огород, четверо малышей, множество бытовых трудностей. Но мы старались ей во всем помогать, и это приносило нам радость, делало нас всех роднее. А мне это принесло исцеление от многих проблем, даже физических.



говорят тебе родители. И не напрасно считают, что иногда чужие люди становятся ближе родных. Я уже почти год проживаю в своей новой приемной семье. Я пришла сюда, не надеясь ни на что, просто скоротать время, и даже не могла подумать, что эта семья станет для меня родной. Они создали мне уют, комфорт, спокойствие, приняли меня с пониманием и уважением.

Я благодарна маме за ежедневные вечерние разговоры на кухне, где я получаю советы, поддержку. Благодарна за то, что выдерживает все мои психи и перепады настроения. Благодарна, что она подарила мне вторую жизнь и показала, как можно жить по-другому, она дает мне путь в светлое будущее.

Мама, ты заботишься обо мне, отдавая любовь, нежность и ласку. Ты в любой ситуации находишь подход ко мне. Чтобы я ни натворила, ты не ругаешь, ты находишь слова, которые заставляют задуматься над своими поступками. И хотя я редко это показываю, но всегда испытываю чувство безграничной благодарности и любви к тебе. Благодаря тебе я не потерялась в этом огромном мире. Спасибо, что ты стала мне лучшим другом и человеком, на которого я равняюсь. И пусть мы не родные по крови, от тебя я получаю то, чего не получала ни от кого и никогда. Ты воспитала замечательных детей и воспитываешь по сей день. Я желаю, чтоб у каждого ребенка была такая мама, как наша Светлана Лаврухина.

#### *Рассказывает Коля:*

— Что для человека значит слово «мама»?

Мама — это человек, который может заменить всех, а ее никто не заменит. Точно я не вспомню предысторию моей жизни, но я помню то, что находился не в очень благоприятных условиях до тех пор, пока меня не забрала мама. Она дала мне все: еду, одежду, игрушки, свою любовь. Я благодарен ей за это. Я рос в семье, где всегда царили добро и любовь друг к другу.

Моя мама — сильный человек. Несмотря на то что в ее жизни и в жизни семьи случались неудачи, она не опускала руки, а шла к своей цели, добивалась ее, при этом ни на минуту не забывая о нас.

С детства и по сей день мама — самый дорогой человек для меня. Когда у меня случаются трудности, я смело могу подойти и спросить совет у мамы. И мне порой кажется, что моя мама умеет буквально все, а ведь это и вправду так. И я хочу, чтобы мой самый дорогой человек, мама,



жила в удобстве и комфорте. Я буду делать все для этого.

Спасибо, мама, что ты у меня есть!

#### *Рассказывает Игорь:*

— Наша мама, Светлана Анатольевна Лаврухина, думаю, самый сильный и терпеливый человек, которого я видел в своей жизни.

Мама — лекарь наших жизней.

Этот вывод я сделал из того, что она дала нам за все время. Всех нас, детей, она лечила теплом,



любовью. Она для нас и терапевт, педиатр для самых маленьких и психолог уже для взрослых и выросших ее детей.

Главным делом ее жизни, о котором она, думаю, и сама не догадывается, стало разрушение аксиомы: «Дети вырастут такими, какими были их биологические родители, мол, это все гены».

Она же доказала, что первостепенным являются не гены, а воспитание и окружение, любовь и забота, внимание и понимание, честность и справедливость.

Наши изменения благодаря ее труду и заботе доказали, что гены можно победить, их можно исправить духовной работой и большим терпением, любовью и жертвенностью.

Мы всей семьей гордимся ей. Она — смысл жизни для нас, так же как и мы для нее.

*Рассказывает Алена:*

— Сначала я была в доме малютки, потом меня забрали в семью. Однако в четыре года я столкнулась с предательством. Маленького ребенка просто отвезли в отдел опеки и отказались от меня. Но, как говорят, что Бог ни делает — все к лучшему. Там я впервые встретила своих нынешних родителей. И очень рада, что попала в эту семью, ведь дом — это не стены и крыша, а люди. Не знаю, как сложилась бы моя судьба, если бы я не встретила замечательную и добрую женщину — мою маму.

Мама — это не та, у кого ты проживаешь. Мама — это та, которая переживает за тебя, заботится, любит и волнуется, когда ты идешь в первый класс, радуется, когда у тебя все хорошо, смеется, когда тебе весело. Мама — та, кто всегда поддержит тебя и даст совет, та, кто поставит тебя на ноги и подарит крылья.

Моя мамочка сильная духом и чистая душой, я восхищаюсь ее благосердием и отзывчивостью. Всегда подскажет и поможет в трудную минуту и согреет всех своей заботой. Она открытый и честный человек. И я ее сильно люблю.

*Настя Лаврухина*

*цитирует стихи Андрея Шаврина:*

Мама — это значит нежность,  
 Это ласка, доброта.  
 Мама — это безмятежность,  
 Это радость, красота!  
 Мама — это на ночь сказка,  
 Это утренний рассвет.  
 Мама — в трудный час подсказка,  
 Это мудрость и совет!  
 Мама — это зелень лета,  
 Это снег, осенний лист.  
 Мама — это лучик света.  
 МАМА — это значит ЖИЗНЬ!

**ОТ РЕДАКЦИИ.** Редакция присоединяется ко всем добрым словам, сказанным в адрес Светланы Лаврухиной. Переехав два года назад в Краснодарский край из Подмосковья, она и на новом месте создала уют и комфорт, вступила в ряды Союза женщин России и отправила нам короткое сообщение: «В станице будет женсовет! И в Ейске пошло движение!» Мы рады, что Светлана вместе с нами! У ее семьи 20-летний юбилей! С праздником Весны и Вашей семьи, дорогая мама!



На прошедшей итоговой отчетно-выборной конференции делегаты избрали новый состав бюро. Сегодня мы знакомим с членами бюро Союза женщин России наших уважаемых читателей. Перед вами лица нашего сообщества.

# ЗНАКОМЬТЕСЬ: БЮРО СОЮЗА ЖЕНЩИН



**Екатерина Филипповна ЛАХОВА,**  
председатель Общественно-государственной организации  
«Союз женщин России»



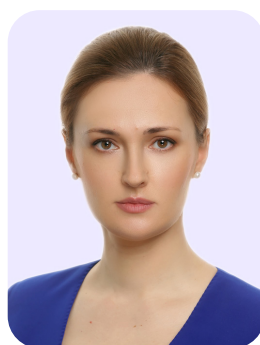
**Ольга Юрьевна БАТАЛИНА,**  
первый заместитель  
министра труда  
и социальной защиты  
Российской Федерации



**Татьяна Викторовна ВАСИЛЬЕВА,**  
заместитель  
министра просвещения  
Российской Федерации



**Надежда Александровна ПРЕПОДОБНАЯ,**  
заместитель  
министра культуры  
Российской Федерации



**Александра Викторовна ДРОНОВА,**  
статс-секретарь,  
заместитель министра  
здравоохранения  
Российской Федерации



**Валентина Николаевна АРТАМОНОВА,**  
заместитель председателя  
СЖР по Северо-Западному  
федеральному округу,  
председатель  
Вологодского РО СЖР



**Наталья Александровна БАСКОВА,**  
председатель  
Челябинского РО СЖР



**Екатерина Юрьевна  
БОГДАСАРОВА,**  
председатель Московского  
областного РО СЖР



**Наталья Леонидовна  
БОНДАРЕНКО,**  
заместитель председателя  
СЖР по медико-  
социальному направлению,  
главный врач клинической  
больницы № 85  
ФМБА России



**Юлия Александровна  
БЕЛЕХОВА,**  
руководитель автономной  
некоммерческой  
организации «Комитет  
семей воинов Отечества»



**Дарья Александровна  
ДЕЛЬ,**  
председатель  
Общественной  
организации «Иркутский  
областной совет женщин»



**Елена Ивановна  
КАЛИНИНА,**  
председатель  
Санкт-Петербургского  
РО СЖР



**Наталья Дмитриевна  
КОРШУНОВА,**  
заместитель председателя  
СЖР по Дальневосточному  
федеральному округу,  
председатель  
Сахалинского РО СЖР



**Ирина Алексеевна  
КРЫМ,**  
председатель  
Кемеровского РО СЖР



**Елена Викторовна  
МАЛЫШЕВА,**  
председатель  
Карельского РО СЖР



**Людмила Николаевна  
МАРКИНА,**  
председатель  
Московского РО СЖР



**Лидия Юрьевна  
МИХЕЕВА,**  
секретарь  
Общественной палаты  
Российской Федерации





**Ирина Геннадиевна  
МОРОЗОВА,**  
председатель  
Кировского РО СЖР



**Наталья Алексеевна  
НИКИФОРОВА,**  
председатель  
Псковского РО СЖР



**Галина Павловна  
ОКОРОКОВА,**  
председатель  
Курского РО СЖР



**Надежда Степановна  
РЕМНЕВА,**  
заместитель председателя  
СЖР по Сибирскому  
федеральному округу,  
председатель Алтайского  
краевого РО СЖР



**Ольга Викторовна  
САВАСТЬЯНОВА,**  
заместитель председателя  
СЖР по связям с  
федеральными органами  
власти, руководитель  
секретариата председателя  
Государственной думы  
ФС РФ



**Лариса Николаевна  
ТУТОВА,**  
председатель  
Ростовского РО СЖР



**Ольга Владимировна  
ХИТРОВА,**  
заместитель председателя  
СЖР по Центральному  
федеральному округу,  
председатель  
Ярославского РО СЖР



**Ольга Николаевна  
ХРОМУШИНА,**  
заместитель председателя  
СЖР по Приволжскому  
федеральному округу,  
председатель  
Оренбургского РО СЖР



**Нина Алексеевна  
ЧЕРНЯЕВА,**  
заместитель председателя  
СЖР по Южному  
и Северо-Кавказскому  
федеральным округам,  
председатель  
Волгоградского РО СЖР



**Наталья Александровна  
ШЕВЧИК,**  
заместитель председателя  
СЖР по Уральскому  
федеральному округу,  
председатель Тюменского  
РО СЖР

Ее называют видным общественным деятелем России, и с этим сложно не согласиться. Ответственная, решительная, неугомонная и одновременно женственная, обаятельная, трогательная.

Как **Юлия Белехова** успевает справляться со всем, остается только удивляться и... восхищаться хрупкой и сильной женщиной, возглавляющей Комитет семей воинов Отечества.

В ближайшее пятилетие Юлия Александровна, войдя в состав бюро Союза женщин России, будет еще больше взаимодействовать с нашей организацией. А мы, являясь учредителями Комитета СВО, станем еще активнее помогать нашим защитникам.

---

# ЮЛИЯ, СПЕШАЩАЯ НА ПОМОЩЬ



— Конечно. Опыт общественной работы у меня более 10 лет. В свое время я создала и возглавляла в Подмоскovie общественную организацию «Ассоциация председателей советов многоквартирных домов Московской области». Четыре года руководила исполкомом Народного фронта в Подмоскovie. Когда началась СВО, стало понятно, что бойцам и их семьям нужно помогать. И сделать это можно, только объединившись. Союз женщин России — это один из наших учредителей и фактически родитель КСВО.

— Я прочла в Интернете, что женщина с именем Юлия (цитирую) «готова отдать все, что у нее есть, чтобы вытащить из беды близкого человека. Умеет дружить и точно знает цену верным людям». Мне кажется, это прямо про вас. Скажите, предложение возглавить Комитет СВО застало вас врасплох или вы были готовы к нему?

— Как интересно про имя. Да, я была готова к помощи людям. И неважно, в какой роли. Руководить такой организацией — это большая ответственность, потому что на том конце каждого письменного обращения, смс, звонка — человеческая судьба, а порой и жизнь.

— Какую задачу вы считаете самой главной в своей работе?

— Юлия Александровна, сегодня вы возглавляете Комитет семей воинов Отечества, одним из учредителей которого выступил Союз женщин России. Несмотря на важность задач, которые вы выполняете во имя нашего государства, КСВО все же общественная организация. У вас за плечами есть опыт именно общественной работы?



— Быть человечной и разумной. Человечной, потому что людям требуются забота и помощь, и они чувствуют, насколько ты искренна. Разумной, потому что нужно оценивать ресурсы, принимать взвешенные решения, научиться слушать и слышать разные мнения. И никогда не сдаваться.

— Сотни встреч, судеб, историй... Помните, какая наиболее поразила, удивила, а может быть, и вдохновила вас?

— Таких историй много, даже очень. И как хотелось бы, чтобы грустных совсем не стало. Вспоминаю, как мама погибшего единственного сына пришла в комитет со словами: «Я хочу продолжать дело своего сына и приближать нашу победу!» И сегодня она работает в одном из штабов, собирает гуманитарную помощь, общается с семьями, в том числе и с теми, кто потерял своих близких так же как и она сама. И помогает им пережить горе, найти новый путь в жизни.

— Если вы не против, давайте поговорим о вашей семье. Знаю, что вы многодетная мама. Расскажите о ваших детях и семье, пожалуйста.

— Я многодетная и приемная мама. Как сказал президент, дети — это счастье. У меня его много. Их поддержка дает мне возможность помогать другим. Они у меня сильные духом, самостоятельные, ответственные, понимающие. Моя опора и мой надежный тыл, если говорить военным языком.

— Когда у вас очередная командировка, кто и насколько успешно ведет домашнее хозяйство?

— Да, командировки случаются часто. Вот даже сейчас мы беседуем, а я еду в командировку, на полпути до места назначения. Мои дети умеют и готовить, и убирать квартиру. Те, кто еще учится, привыкли самостоятельно делать уроки. Ну и, конечно, мой супруг! Наш папа помогает им в мое отсутствие.

— Вы часто бываете в самой гуще событий. Скажите, какие, на ваш взгляд, черты, качества женского характера помогают слабому полу находить силы?

— На мой взгляд, это самообладание, уверенность в себе и правоте своего дела, любовь к Родине и вера в людей. Пожалуй, это главное.

— Юлия, вы на самом деле крутитесь как юла... Откуда черпаете силы?



— Откуда? Из своей семьи и из наших побед.

— Есть ли у вас какое-то хобби, может быть, какое-то женское увлечение? Крестиком не вышиваете?

— Люблю ходить в лес за грибами и ягодами. Люблю наш Кавказ и его невозмутимые величественные горы — там как-то успокаиваешься.

— И напоследок поделитесь с нашими читательницами своей мечтой — заветным желанием делиться не прошу (чтобы сбылось!) А вот мечта, какая-то манящая идея есть?

— Есть. И не одна. Мечта не только моя, но и многих сегодня в нашей стране — это наша победа! Это главная мечта, которой мы добиваемся всей Россией. А еще я мечтаю, чтобы каждый гражданин Российской Федерации наизусть знал гимн своей страны — России. Чтобы на каждом мероприятии мы исполняли его вживую. С чувством гордости за нашу великую державу! Без фонограммы — по-честному.

Беседовала Надежда Аленина.  
Фотографии из открытых источников

*Лариса Николаевна Тутова родилась 18 октября 1969 года в селе Песчанокопское Ростовской области. Образование высшее: окончила Ростовский педагогический институт (специальность — «Учитель истории, обществоведения и советского права»).*

*Работала в Песчанокопской средней школе №1 учителем истории и обществознания, затем директором школы. В 2011 году она стала лучшим учителем Дона. А еще через два года — депутатом донского парламента.*

*Сегодня Лариса Тутова — депутат Государственной думы, член Комитета по просвещению, руководитель Всероссийской общественной организации «Воспитатели России», председатель регионального отделения ООГО «Союз женщин России» в Ростовской области.*

---

# ДЕПУТАТ, УЧИТЕЛЬ, ВОСПИТАТЕЛЬ, НАСТАВНИК... И ПРОСТО ЖЕНЩИНА



— *Этот год объявлен президентом России Владимиром Путиным Годом семьи. Как вы думаете, чем продиктовано такое решение?*

— Это уже второй Год семьи в России (первый прошел в 2008 году). В нынешнем году тема повышения статуса семьи, равно как и сохранение традиционных духовных ценностей, очень актуальны.

Сегодняшние вызовы вынуждают нашу страну противостоять резко обострившимся угрозам со стороны наших недоброжелателей. Мы с вами понимаем, что справиться с этим можно лишь солидарными усилиями по сплочению и мобилизации нашего общества, а для этого необходимо укрепить связь поколений и веру детей и родителей в славную судьбу своего народа и Родины.

Сейчас одни из главных приоритетов России — поддержка материнства и детства, улучшение демографической ситуации. В связи с чем мы с коллегами — депутатами Госдумы прорабатываем новые законодательные инициативы в области семейной политики. На мой взгляд, важно менять сам подход, разработать новую идею-



логию, направленную на популяризацию семейных ценностей. И объявленный Год семьи — это лишь начало.

*— Какова роль женского движения в утверждении традиционных семейных ценностей и поддержке материнства и детства?*

— Региональное отделение ООГО «Союз женщин России» в Ростовской области, которое я возглавляю, нацелено на продвижение женских инициатив в самых разных сферах. Это и социальная адаптация, и женское предпринимательство, и поддержка старшего поколения, и участие практически во всех волонтерских и благотворительных акциях.

Однако первоочередная задача наших женсоветов — поддержка семьи. Сегодня в нашей стране для этого делается многое: строятся детские сады, школы, спортивные объекты, создается современная безопасная инфраструктура, улучшается социальная поддержка. Но нередко бывает нужна и адресная помощь конкретным семьям. И мы знаем такие случаи, отрабатываем, держим на контроле в каждом районе области.

*— В каких изменениях, на ваш взгляд, нуждается наша демографическая политика? Какой поддержки со стороны государства не хватает семьям?*

— Российские семьи могут рассчитывать на поддержку в самых важных вопросах: материнство, отцовство и детство находятся под защитой государства. Возможно, стоит расширить меры поддержки семей и граждан, оказавшихся в трудной ситуации. Они есть в каждом регионе. Увеличить диапазон направлений для освоения соцконтрактов. Проработать дополнительные льготы для поддержки многодетных и неполных семей. Поддержать молодые студенческие семьи.

Мы с коллегами-депутатами рассматриваем сейчас законопроект, согласно которому студентам, обучающимся по программам бакалавриата, специалитета или магистратуры, вступившим в брак во время учебы, предоставят приоритетное право совместного проживания в общежитии. А тем, кто воспитывает детей и проходит обучение, станут выплачивать дополнительную социальную стипендию, которая поможет обеспечить ребенка и позволит продолжить учебу.



*— Чем ценен проект «Десятилетие детства», и почему эта программа стала одной из ключевых?*

— Согласно указу президента Владимира Путина, период 2018–2027 годов стал в России «Десятилетием детства». Этот проект — наглядное доказательство того, что в России забота о детях не пустая декларация, а системная, продуманная политика. В рамках программы предусмотрены социально ориентированные меры поддержки семей. Так, к 2027 году 75% таких семей должны получить возможность оформлять все пособия и льготы на основании одного заявления, без каких-либо дополнительных документов.

В области здравоохранения большое внимание уделено поддержке детей с онкологическими заболеваниями и ограничениями по здоровью. Планируется повысить доступность и качество оказываемой им медицинской помощи. Для этого будут созданы детские реабилитационные службы и увеличено количество специалистов, помогающих таким пациентам.

В отношении детей, оставшихся без родителей, предусматривается реформирование си-



полнительного, социальной поддержки, медицинского обслуживания, культуры, спорта и туризма.

*— Какая законотворческая работа ведется Госдумой по улучшению демографической ситуации в стране? Какие меры для поддержки семей будут приняты в этом году?*

— В российской законодательной базе достаточно грамотных и эффективных законов, стоящих на защите семьи и детей. Зачастую проблема заключается в их исполнении и контроле над исполнением. В ближайшее время предстоит пересмотреть критерии выплаты единого пособия для семей с детьми, потому что сейчас оно предоставляется только малоимущим. Было бы правильно, если бы эта мера носила стимулирующий характер.

Нуждается в модернизации законодательная база, связанная с выплатой и взысканием алиментов на содержание детей. Самые наиболее проблемные у нас связаны с вопросами опеки над детьми после развода родителей.

Еще одна инициатива, о которой стоит подумать, — постоянно действующий механизм выплаты материнского капитала не только на второго, но и на третьего, и на последующих детей.

Надеюсь, что наконец-то мы законодательно приведем к единообразию статус и меры поддержки многодетных семей по всей стране. Сегодня это очень нужно в обществе. И мы, депутаты, внесли свои законодательные инициативы. Важно, чтобы закон защитил многодетную семью. Потому что без этого прорыва, путем рождения большого числа детей, мы просто не выберемся из демографической ямы, катастрофы, в которой оказались.

*— Детский отдых — одна из ключевых сфер поддержки семей с детьми. Какие изменения в этой сфере подразумеваются в этом году? Какие механизмы планируется запустить по здоровьесбережению наших детей?*

— В федеральном бюджете на трехлетний период законодатели дополнительно предусмотрели по 1 млрд рублей ежегодно на возведение модульных детских оздоровительных лагерей, что позволит расширить возможности летнего отдыха. У нас в Ростовской области есть 30 оздоровительных лагерей, где дети могут отдохнуть бесплатно.

системы опеки и попечительства, системы учета нуждающихся в жилье, расширение формы обеспечения сирот жилыми помещениями.

В сфере образования и всестороннего развития предполагается, что к 2027 году до 80% детей от 5 до 18 лет будет охвачено дополнительными общеобразовательными программами. Кроме того, возрастет число детских мероприятий в области культуры.

Будет продолжаться модернизация инфраструктуры детства, которая включает в себя в числе прочего строительство спортивных площадок, ремонт театров, школ искусств и домов культуры. Также предусмотрены меры господдержки для производителей детских товаров и средств реабилитации для инвалидов.

Важнейший акцент в программе сделан на повышении доступности для детей, особенно детей-инвалидов, всех имеющихся возможностей в области образования, в том числе до-



Получить бесплатную путевку в донские лагеря могут дети из малообеспеченных семей, дети мобилизованных и дети-сироты от 6 до 18 лет. В остальных случаях родители вправе компенсировать от 50 до 90% расходов. Считаю, что это весьма существенная поддержка для семей.

Что касается вопросов здоровьесбережения детей в детских садах и школах, то мы с коллегами-депутатами уже приняли законы о защите детей от пропаганды суицида в Интернете, о горячем питании школьников, о лекарственном обеспечении детей, о запрете мобильных телефонов на уроках и вейпов.

Законодатели провели анализ существующей процедуры закупок продуктов для питания детей в школах. Теперь следует настаивать на том, чтобы в каждом договоре, каждой закупке в обязательном порядке оговаривались особые критерии качества.

Одна из задач, которую необходимо решить сегодня, — совершенствование оказания медицинской помощи в школах и детских садах. Важно, чтобы был единый стандарт сопровождения детей в школах. Следует включить в штатные нормативы должность школьной медсестры.

**— Какова роль женских инициатив в нашем обществе?**

— Безусловная. Вместе с женсоветами мы формируем актуальную повестку на ближайшие месяцы в самых разных сферах. Это и социальная адаптация, и женское предпринимательство, и поддержка старшего поколения, и участие в практически всех волонтерских и благотворительных акциях.

Однако первоочередная задача наших женсоветов — поддержка семьи. Нередко бывает нужна и адресная помощь конкретным семьям. И мы знаем такие случаи, отработываем, держим на контроле в каждом муниципалитете.

В этом году мы планируем реализовать ряд мероприятий по поддержке, социализации и адаптации женщин после отбывания сроков наказаний в местах лишения свободы и — главное — их дальнейшее воссоединение с детьми.

Кроме того, усиленное внимание донские женщины в Ростовской области решили уделить мероприятиям по поддержке женщин с онкологическими заболеваниями и ограничениями по здоровью, по итогам которых планируется выпустить ряд информационных печатных матери-



алов в поддержку онкобольных и профилактического характера.

Важно проработать дополнительные льготы для поддержки многодетных и неполных семей. Возможно, стоит расширить меры поддержки молодых семей и граждан, оказавшихся в трудной ситуации. Они есть в каждом регионе.

Мы будем продолжать поддерживать семьи с детьми защитников Отечества, участвующих, а также погибших в СВО.

Мы, женщины — мягкая сила, будем и дальше учить и воспитывать наших детей, ориентируясь исключительно на ценности и интересы нашего народа, нашей страны. Только через воспитание молодежи сохраняется связь поколений, историческое единство нашей страны. Тем самым мы вместе формируем самодостаточность, духовность и ценностный суверенитет нашей страны.

**Юлия Лапыгина**  
Фото из личного архива Л.Тумовой

Всегда интересно узнавать о людях, которые не сдаются перед трудностями, всегда спешат на помощь другим, преодолевая не только тысячи километров, но и свои страхи и переживания. О такой женщине рассказывает участница нашего информационно-просветительского проекта «Имя ей – Женщина!» и победитель одноименного конкурса журналистов **Виктория Рыжих** из Новосибирска. Ее героиня – **Юлия Савельева**, получившая позывной «Ледокол», ездила в зону СВО и лично передавала нашим бойцам гуманитарную помощь. За что ей дали такой позывной, вы узнаете из статьи.

# ПОЗЫВНОЙ «ЛЕДОКОЛ»



— У вас такой обычный рабочий день, что вам каждые 2–3 минуты кто-то звонит?

— Еще ночь впереди. У нас же с Белгородом, Беловодском разница — четыре часа. До трех часов ночи я принимаю звонки.

— А как вы утром встаете?

— Я не знаю. Мне кажется, у меня время расширилось. Я уже не знаю, в каком измерении живу. Мне, правда, кажется, что у меня в сутках больше, чем 24 часа. Но сейчас, конечно, стараюсь больше делегировать.

К ней обращаются с самыми разными вопросами и просьбами — от получения пособия и проблем с документами для этого пособия до того, кто поедет забирать из Оби 40 пар сапог, 10 разгрузочных стелек и 240 обычных.

**Из телефонного разговора:**

— А они войдут в машину-то?

— Войдут. У вас на переднем сиденье никто не сидит, будут сапоги сидеть, — уверенно ответила Юлия Геннадьевна.

Если перечислять все должности и обязанности Юлии Савельевой, то регалии заняли бы целый абзац. Ее фотография есть на Доске почета Кировского района Новосибирска. Но сегодня самая главная ее даже не должность — миссия — это координатор по Беловодскому району ЛНР, в том числе и от Союза женщин России, а также социальный координатор фонда поддержки участников СВО «Защитники Отечества» и представитель Комитета семей воинов Отечества Кировского района.

Волонтерством Юлия Геннадьевна начала заниматься еще в ТОСе, ну а потом и в родительском комитете школы, где учатся ее дети. А их у нее пятеро: самому старшему — 27 лет, младшему — 9.

У нее дар координировать работу других, помогать нужным людям пересечься. — Я выходила на группу волонтеров, которым доверяю, либо я за ними наблюдала и потом предлагала, будете ли вы помогать мобилизованным на таких условиях, которые требуют части. Ну то есть кон-



фиденциальность, не распространять, в СМИ не бежать и т. д.

То, чем занимается Юлия Геннадьевна, сложно назвать работой. Это вся ее жизнь. Заботы не оставляют даже во сне.

— Я проснулась среди ночи, и мне пришли слова:

*Вот Матрешкино лукошко,  
Положи даров немножко,  
Мы в Луганск и на Донбасс повезем дары от нас.  
Деткам малым, что горюют,  
И ребятам, что воюют...*

Думаю, ну все. Совсем сбрендила.

«Матрешкино лукошко» — одна из многочисленных благотворительных акций по сбору гуманитарной помощи на Донбасс. Родилась она в Новосибирске, как и акция «Семена добра». Идея появилась у Юлии Геннадьевны спонтанно, а в итоге оказалось, что еще никто не додумался отправлять на Донбасс семена.

— Первой у нас была акция «Семена добра». У меня было две отправки — в ДНР и ЛНР. Только что наш Кировский женсовет собрал более 80 кг семян, все женщины сидели, как золушки, все это фасовали. Очень удивительно, что до нас никто этого никогда не делал. Мы первые в России начали собирать семена. Как мне рассказали в ДНР, кто-то когда-то отправлял им семена к зиме. А мы начали 20 февраля отправлять. Одну партию я отправляла через Ростислава Антонова, это в ДНР, другую — военным бортом.

**— Сейчас невероятное количество благотворительных организаций, сборов, сообществ волонтеров. Как в них не потеряться и не нарваться на мошенников?**

— Да, их много сейчас. И, возможно, даже не все порядочные. Или многие начинают как порядочные, а заканчивают потом не очень. Есть спрос, а значит, будет много предложений. Чтобы не нарваться на мошенников, надо проверять информацию, не переводить деньги в первую попавшуюся организацию. Лучше всего самому съездить и посмотреть, что делают, действительно ли плетут сети или собирают вещи.

Рассказала Юлия Геннадьевна и забавную историю, как она, в общем-то, не военный человек, но тоже получила свой позывной. Да не какой-нибудь, а «Ледокол».

— Как мне сказали: «Вам иногда достаточно позвонить — и лед тронется». Мне кажется, это







высокое звание. Периодически оно всплывает в разговорах, а мне смешно, думаю: ну какой же я ледокол? Вроде всегда мягкая, пушистая, улыбаюсь. А вот ребята-военные считают по-другому.

Юлия Геннадьевна впервые поехала на Донбасс летом 2023 года.

— Когда была мобилизация, мы здесь ребят собирали, отправляли, они просили к ним приехать, поддержать их там.

**— Вы больше ехали с воодушевлением или все-таки со страхом?**

— Я ехала с тем, что раз сказала, то должна сделать, раз ко мне такое отношение.

Сначала планировалось, что Юлия Геннадьевна поедет с артистами. Однако в последний момент они отказались.

— Тогда я взяла ребят, которые военные и обученные тактической медицине. Это оказалось более востребовано на тот момент. И потом, как мне объяснили, концерты все равно бы «зарубили»: боевые действия, подготовка, еще что-то. Я бы теряла много времени на этих концертах, не успела развезти всю гуманитарку.

Изначально Юлия Геннадьевна заявила 600–700 кг гумпомощи. А поехала с пятью тоннами.

— Меня, конечно, в самолет посадить было достаточно сложно. Первый, второй, третий самолеты — они все перегружены. Нужно было найти борт, чтобы меня загрузить. Я три дня там жила, на этом аэродроме. Обычно летают в Ростов или Миллерово. Я останавливалась в Миллерово. Мне без разницы было, откуда меня забирать. Откуда самолет вылетал, туда я и летела.

Юлия Геннадьевна объехала более тысячи километров: Донецк, Торез, Макеевка, Красный Лиман, Старобельск, Луганск, Мариуполь, Беловодск и Новая Алексеевка.

**— Вы там ходили просто в гражданке или в бронниках, в каске?**

— Со мной были броня и каски, меня полностью снарядили, сопровождала военная полиция. Одна я там не перемещалась. Они меня берегли, многие ребята просто выезжали со своих блокпостов к нам навстречу, на трассу, и мы им передавали, ночью в основном. Кто первый раз видел новосибирских, просто хотели обняться. Сказали, что их хорошо поддерживают Красноярск, Иркутск. «А новосибирцев мы не видели». Это было так трогательно...

*Виктория Рыжих*

*Фотографии из личного архива Юлии Савельевой*

Председатель Тацинского женсовета Татьяна Харитоновна во главе команды проекта «Герои земли Тацинской – имена и подвиги трех поколений», реализуемого при поддержке Президентского фонда культурных инициатив, проводит уроки мужества для старшеклассников района.

# ИМЕНА И ПОДВИГИ ГЕРОЕВ ТРЕХ ПОКОЛЕНИЙ

*«Дорогой солдат! Хочу выразить большую благодарность за то, что ты нас защищаешь, рискуя собственной жизнью. Я горжусь, что в России есть такие смелые, отважные и мужественные люди. Пусть тебя окружают верные товарищи. Никогда не падай духом и не отчаивайся!»*

Это строки из «Доброго письма солдату». 500 таких посланий на передовую было написано школьниками в рамках проекта «Герои земли Тацинской — имена и подвиги трех поколений». Эту акцию при поддержке Президентского фонда культурных инициатив воплощают в жизнь сотрудники МЦБ — проводят уроки мужества «Подвиг во имя Родины» для старшеклассников, готовят к изданию книгу о земляках.

В Тацинской СОШ № 3 говорили об участниках локальных конфликтов в Афганистане и Чечне, специальной военной операции в Украине. Ребятам рассказали о выпускниках школы, погибших в ходе СВО, **Денисе Житникове** и **Евгении Черепяхине**, посмертно награжденных орденом Мужества. У этих парней было много общего.



### ДВЕ ЖИЗНИ, ОДНА СУДЬБА

Денис Житников родился 23 июля 1997 года в ст. Тацинская. Окончил Тацинский казачий техникум по специальности «Слесарь по ремонту автомобилей». После срочной службы в Волгограде подписал контракт, стал кадровым военным. В должности начальника аппаратной взвода управления роты связи 454-го отдельного батальона 20-й гвардейской мотострелковой дивизи

ии принимал участие в СВО. 9 июля 2022 года в районе с. Александровка Херсонской области его подразделение попало под массированный ракетно-артиллерийский обстрел ВСУ. Сержант Житников погиб, выполнив свой воинский долг до конца.

Евгений Черепяхин родился 19 апреля 1998 года в ст. Тацинская. После учебки в в/ч 71718 в Шали служил в Волгограде. Во время СВО уча





ствовал в боевых действиях в г. Пологи Запорожской области. Рядовой Черепяхин погиб 15 марта 2023 года.

### МЫ НЕ ЗАБУДЕМ НИКОГДА

Среди гостей урока — родители погибших Дениса Житникова и Евгения Черепяхина Лидия Васильевна Житникова и Сергей Александрович Черепяхин, сестра Евгения Юлия Денисова, участник чеченской войны, выпускник школы Вячеслав Язепов, награжденный орденом Мужества.

Старшеклассники Тацинской СОШ № 3 зажгли свечи Памяти. Минутой молчания почтили всех героев, которые погибли при исполнении воинского долга, защищая Родину.

Герои жили или живут рядом. И очень важно сохранить в душе память о них и их мужестве. И передать ее своим детям и внукам через фильмы, песни, стихи...

*Наталья Игнатова,  
Амбассадор Союза женщин России.  
Фото автора*



### МЫ – РУССКИЕ...

Мы — русские, а это уже много.  
В беде привыкли всем мы помогать.  
Мы — русские, и по своей дороге  
Достоинно, смело мы хотим шагать.  
Мы — русские, а значит, всех смелее  
И учимся науке побеждать.  
Матросовы, Нечаевы, Гастелло  
Героями страны сумели стать.  
Мы — русские и птицей-тройкой мчимся  
К своей высокой и сияющей звезде,  
Своей великой Родиной гордимся,  
Не отступаем никогда мы и нигде.  
Мы — русские, а значит, россияне,  
Потомки тех, кто жил до нас.  
Мы — русские, как исстари, — славяне,  
Кто нашу землю защитил не раз!  
Мы — русские, а значит, не оставим  
В беде Донецк, Макеевку, Славянск.  
В стихах и песнях Родину прославим  
И наш трехцветный самый мирный флаг.

*Автор — Любовь Белимова*



Журналист *Октярина Рыбникова* из Ненецкого автономного округа рассказала в журнале «Сава юн» («Хорошие вести») о чумработнице *Тамаре Семяшкиной*, которой присвоили почетное звание «Заслуженный работник сельского хозяйства Российской Федерации». Государственную награду Тамаре Александровне в Москве вручил президент страны Владимир Путин. После встречи с ним Тамара Семяшкина простодушно сказала: «Путин — обычный человек, такой же, как мы с вами...»

# ЧУМРАБОТНИЦА — ЕСТЬ ТАКАЯ ПРОФЕССИЯ

Торжественная церемония состоялась в Кремле ровно год назад. Выдающихся женщин страны — представительниц разных профессий Владимир Путин поздравлял лично. Глава государства отметил, что нет таких отраслей, сфер деятельности, в которых женщины не добились бы серьезных, значимых результатов.

— Ваши таланты, знания, компетентность, ответственность, целеустремленность вносят огромный вклад в развитие России, в достижение общенациональных задач, в создание достойного будущего для новых поколений. Вместе с тем признание заслуг женщин на профессиональном поприще у нас гармонично сочетается с глубоким пониманием непреходящей значимости материнства и традиционных ценностей страны. Для вас нет ничего невозможного. Вы умеете быть и нежными, и женственными, и в то же время очень сильными, всегда стремитесь к справедливости, делаете все для того, чтобы жизнь в семье, обществе, стране непременно менялась к лучшему, — сказал Владимир Владимирович.

Общий стаж работы Тамары Семяшкиной составляет 43 года. 38 из них она трудится в сельском хозяйстве — с 1985 года в Ненецкой агропромышленной компании.

Высокого звания Тамара Александровна удостоена за многолетний и добросовестный труд.

— Абсолютно заслуженная награда из рук президента, — поздравляя труженицу тундры, отметил губернатор Ненецкого округа Юрий Бездудный, когда встретился с ней после ее воз-



ращения из Москвы. В столице чумработница побывала впервые в жизни.

— Это было весьма неожиданно. Даже во сне не снилось, что приду в Кремль и меня будет награждать президент. Волновалась, но виду не подавала, взяла себя в руки, — рассказывает о своих переживаниях Тамара Семяшкина.

Она говорит, что с главой государства ей удалось перекинуться парой фраз:

— Когда Владимир Владимирович вручал награду, мы пошептались немного. Он поинтересовался, много ли у нас оленей, я ответила, что много. Он спросил, насколько много. А я ему говорю: «Приезжайте — сами увидите!»

### СМЕНИЛА ДОМ НА ЧУМ

У Тамары Семяшкиной необычная судьба. Никто из ее предков не был связан с оленеводством, да и сама она до замужества в тундре не жила. Родилась в 1961 году, выросла в многодетной семье в старинном селе Коткино.





— Отец был рыбаком-охотником, а мама работала в больнице и растила детей. Нас у родителей было двенадцать, — рассказывает наша героиня.

Тамара окончила в Коткино восьмилетку и отправилась в Выборг поступать на повара-кондитера.

— Через неделю захотелось домой. Никому ничего не сказала, бросила учебу, улетела обратно, — смеясь, вспоминает она.

Устроилась на работу в детский сад, затем окончила 10-й класс в Великовисочном и до 1985 года трудилась на хлебопекарне.

Именно тогда в жизни Тамары произошло радостное событие — она вышла замуж.

Ее избранником стал Николай Семяшкин — потомственный оленевод. Вот и поехала вместе с супругом жить в тундру.

Сменить образ жизни настолько кардинально — не каждая девушка на такое решится. Но Тамару трудности не пугали.

— Мы знакомы с детства. Раньше оленеводы часто ночевали у нас, когда переезжали от одного места кочевки к другому. И семья мужа оста-



навливалась не раз. Говорю ему: «Вышла замуж не за тебя, а за твою маму», — с улыбкой продолжает Тамара Александровна.

Она с ходу влилась в тундровую жизнь. Быстро всему научилась, стала прекрасной хозяйкой чума и ни разу не пожалела, что выбрала этот путь.

Если вкратце, то день жены оленевода проходит примерно так: подъем в пять утра, а то и раньше, чтобы затопить печь. Затем — готовка, уборка, стирка, шитье или ремонт одежды, обуви. И так по кругу каждый день — без выходных и праздников.

— Меня встретили хорошо, поддержали. Мужики помогали носить воду, колоть дрова. Деверь с невесткой, Митрофан Федорович и Анастасия Николаевна, всему научили. Спрашивали, не замерзла ли я, не устала ли. Чувствовала себя как дома. Я ведь выросла в большой семье — приучена к труду. В тундре народ добрый, гостеприимный. И у нас в отчем доме двери всегда были открыты, мама говорила: «Всех прими, накорми и обогрей», — вспоминает собеседница.

С малых лет Тамара гоняла на собачьей упряжке по селу, поэтому ездить на оленях научилась, как только очутилась в тундре. Прыгнула на нарты и помчалась по бескрайним просторам.

— На первой кочевке дали сразу пять возов, — с улыбкой произносит Тамара Семяшкина.

### ЖЕНЩИНА, ОНА И В ТУНДРЕ ЖЕНЩИНА

Родились сыновья — огромное счастье, но бытовых хлопот прибавилось. Это теперь проще, а раньше никаких благ цивилизации в тундре не было. И сейчас на вопрос, как вы отдыхаете, чумработница затруднилась с ответом:

— Отдых? Ну... могу иногда радио послушать. На безделье времени нет. Если стану в Интернете сидеть или книги читать, работники будут ходить голодные и холодные.

Жители тундры предпочитают простую пищу, без изысков. В меню в основном одни и те же блюда: суп, жаркое, рыба и, конечно, блины.

— Мне нравится готовить, делаю это с удовольствием и очень люблю угощать, — признается Тамара Александровна.







Сама она потрясающе выглядит: тонкая талия, модная прическа, аккуратный маникюр. Женщина, она и в тундре женщина.

Старший сын Семяшкиных Антон живет и работает в Нарьян-Маре, младший Степан — рядом с родителями — трудится в оленеводстве, руководит бригадой № 2. Тамара Александровна сетует, что невесту в тундре найти непросто, как все матери мечтает, чтобы сын был счастливым.

Гордится успехами внуков. Их пока двое: младшего зовут Максим, он в пятом классе. Старший — Вадим — учится на автомеханика, летом приезжает в стойбище к бабушке с дедушкой, любит рыбалку и совершенно не боится комаров, но работать в тундре не планирует. Впрочем, молодежи в бригаде хватает — отцы вырастили новое поколение оленеводов.

— В бригаде шесть пастухов, я седьмая. Ребята молодые, но я с ними нахожу общий язык, меня слушают, уважают. Пока они пасут оленей и охраняют стадо, обустроиваю быт. Все, как и 30 лет назад, разве что сейчас приходится меньше

шить. Раньше чумработницы изготавливали малицы и смольные тобоки. Теперь мужчины носят в основном бродовые и пробковые сапоги, они легче и удобнее, — объясняет наша героиня.

Она давно на пенсии, но работа в тундре, несмотря на все сложности, как и раньше, приносит удовольствие.

— Пока могу, помогу, чем смогу, — говорит Тамара Александровна.

Напоследок прошу еще раз поделиться впечатлениями от встречи с Путиным. Все-таки не каждому посчастливится пожать руку президенту.

— Владимир Владимирович такой, каким вы себе и представляли? — допытываюсь.

Тамара Семяшкина, рассмеявшись, согласно кивает:

— Он такой же человек, как мы с вами, обычный. Пусть приезжает, мы будем рады!

*Октябрина Рыбникова*



Для каждого взрослого человека важно не только физическое здоровье своих детей и внуков, но и духовное. Несмотря на то что сейчас и государство, и институты гражданского общества, и родительские объединения уделяют много внимания вопросам воспитания детей и молодежи, их усилиям противостоит мощная армия пропагандистов, готовых расшатать нравственные устои нашего общества.

О безопасности детей в цифровой среде сегодня говорит **Андрей Афанасьев**, координатор Комитета по информационной безопасности семьи Союза «Родительская палата». Его слова суровы, но, как говорится, справедливы.

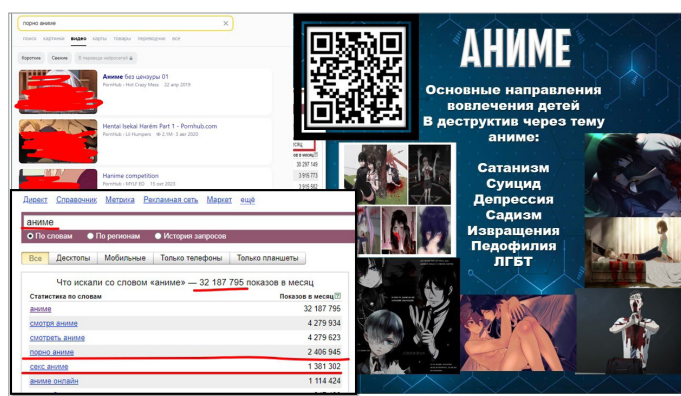
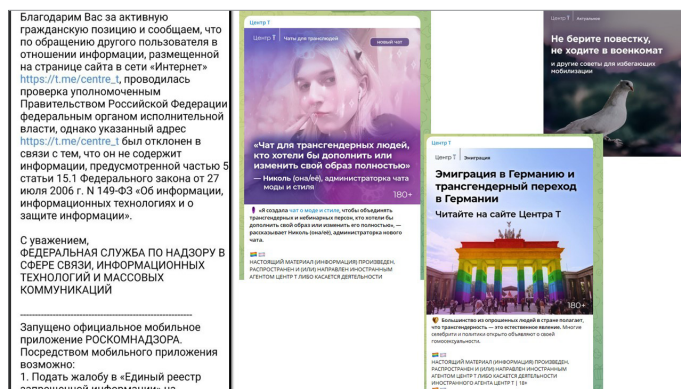
## МЫ В ОТВЕТЕ, ЧЕМ УВЛЕЧЕНЫ НАШИ ДЕТИ

Я давно занимаюсь изучением деструктивных явлений в цифровой среде, и в первую очередь тех направлений, которые касаются детей и молодежи. Сейчас я хочу поднять вопрос о текущей ситуации в сфере ЛГБТ-пропаганды. К сожалению, несмотря на то что с 1 сентября 2023 года вступил в силу приказ Роскомнадзора об утверждении критериев пропаганды ЛГБТ, педофилии и смены пола, ситуация в Сети принципиально не поменялась, хотя, конечно, стало немного лучше.

Но проблемы все равно есть, и они касаются в первую очередь блокировок, вернее, их отсутствия. Так, в группе «Центр Т», который признан иностранным агентом, не просто пропагандируется смена пола, а и оказывается помощь для ее осуществления. Однако Роскомнадзор до сих пор не нашел признаков ЛГБТ-пропаганды. И это не единичный пример.

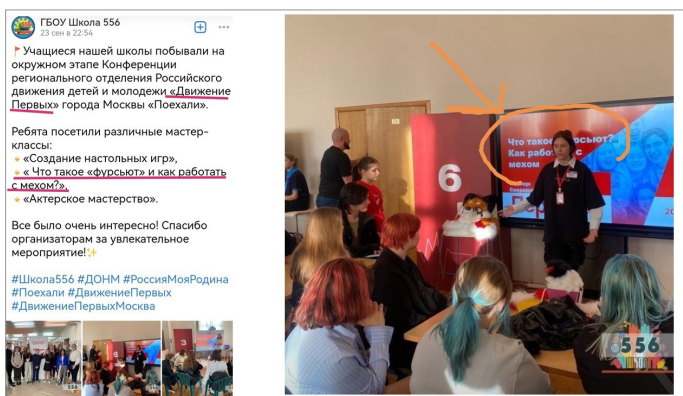
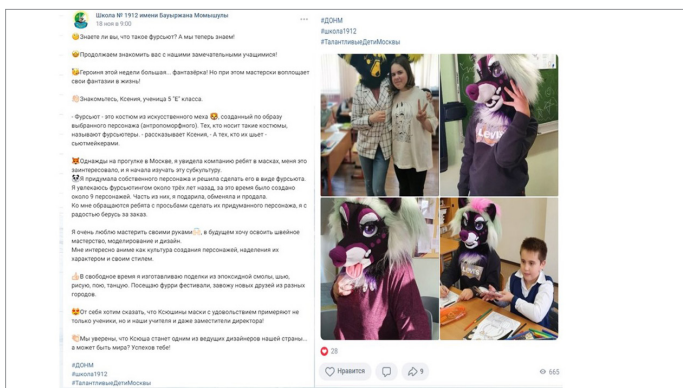
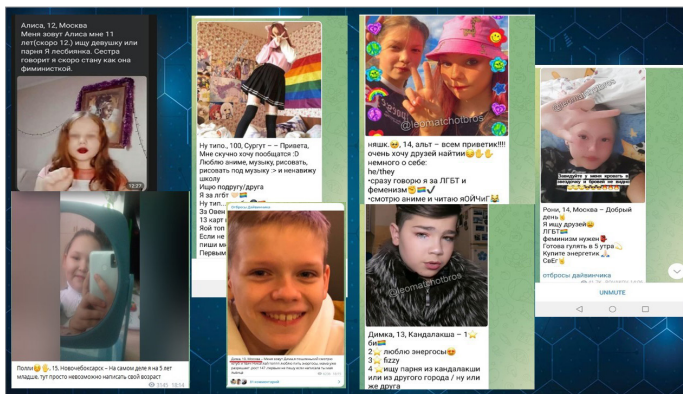
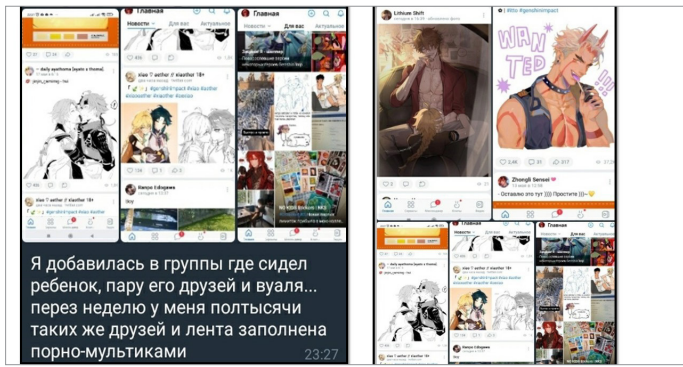
Что касается тех субкультур, через которые молодежь вовлекают в деструктивные сообщества, на первом месте, безусловно, идет аниме. Там есть с десятков порножанров, полностью посвященных пропаганде извращений. К сожалению, и у нас в стране они находятся в свободном доступе, а значит, их массово смотрят дети (для них это в первую очередь мультипликация).

Я специально сделал скрин статистики поисковых запросов на тему аниме, чтобы вы понимали масштаб. Вот результат: около 32 млн



запросов в месяц, из них более 4 млн — это порноаниме. И Яндекс все это показывает без каких-либо фильтров и ограничений. Для него это трафик и деньги, а на опасность «заражения» этой хворью наших детей внимание не обращается.

Аналогичная ситуация — в соцсетях, особенно в «ВК». Там такие порноаниме-каналы даже



Несколько слов о работе сайтов знакомств. В телеграме работают боты знакомств, где дети оставляют свои ЛГБТ-анкеты. Я думаю, несложно догадаться, кто потом этим детям пишет, куда приглашает и что обещает... Понятно, что затем с этими детьми происходит. Так вот, хочу сказать: бесчисленная череда сайтов знакомств у нас сейчас полностью бесконтрольна. Сервис знакомств у нас уже встроен в «VK»-мессенджер, который теперь заставляют ставить в школе.

Субкультура «фурри». Еще одна огромная воронка вовлечения детей, причем самых маленьких, в тему извращений. На западе «фурри» — это часть ЛГБТ-сообщества. Они участвуют во всех гей-парадах и, естественно, в каждой стране продвигают свою ЛГБТ-повестку, не забывая между строк касаться и «украинской темы» в том ракурсе, который считают важным для себя.

А вот так выглядит их контент у нас в «VK». Причем это я выбрал самое безобидное, ведь в «фурри», как и в аниме, масса порнографии, которую «VK» тоже не блокирует.

А вот так «фурри» сейчас заходят в наши школы. Это с официальной страницы одной московской школы. Дети приходят в костюмах «фурри», а учителя это выкладывают на официальные страницы школ.

Вот еще такой же пример, и такого сегодня много.

А вот как в одной крупной детской организации учат шить фурсыют. У них на эту тему было официальное мероприятие. Я пытался выяснить, кто же организатор такого «важного идеологического» мероприятия, ждал ответа месяц. В итоге они ответили, что «организатора установить не представляется возможным».

Но они все равно не считают, что делают что-то не так. И учителя, и представители этой организации доказывали мне, что это хорошая, безобидная субкультура, потому что в википедии так написано. Хотя даже «VK» начала пометать их как «потенциально опасных».

Проблема ЛГБТ-пропаганды в играх, к сожалению, тоже не решена. На Западе дошло до того, что там больше не вручают премии тем играм, в которых нет ЛГБТ-персонажей. Там определенные квоты, как в Оскаре.

Скажу, что весь киберспорт у нас привозной. Все чемпионаты по киберспорту у нас проводят по играм, которые, к сожалению, поддерживают ЛГБТ-повестку. Я писал про это Юнармии, спрашивал, почему они проводят киберспортивные



турниры по играм, содержащим ЛГБТ-пропаганду. Однако я второй год жду от них ответа.

ЛГБТ-пропаганда в Тик-Токе тоже присутствует. На данный момент по тегу ЛГБТ там уже более 10 млрд просмотров. Я не оговорился, млрд. А топовыми блогерами остаются Милохин и Даша Корейка, которые открыто и очень активно рекламируют смену пола. И это все встроено в рекомендательную систему и попадает в ленту детям. У Тик-Тока есть представительство в России. Почему никто не требует от него соблюдать наши законы?

В ютубе ситуация аналогичная. Но с ним все понятно, это его политика. Здесь помимо пропаганды ЛГБТ и смены пола крутятся мультяшные каналы, прививающие не просто недоверие, а настоящую ненависть к родителям.

Теперь хочу затронуть отечественных производителей. К примеру, сайт Фикбук — крупнейший в России ресурс по производству порнорассказов, что называется, на любой вкус. Количество написанных рассказов начинается с цифры от 70 000. На тему педофилии — 153 000 рассказов! У этого сайта почти 2,5 млн просмотров в день. Это 32-е место рунета. По посещаемости он находится между РИА «Новости» и WhatsApp. Почему его не блокируют? С этого сайта, кстати, вышло «Лето в пионерском галстуке» (там оно было фанфиком).

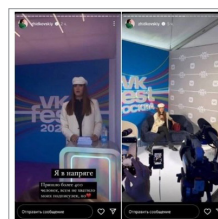
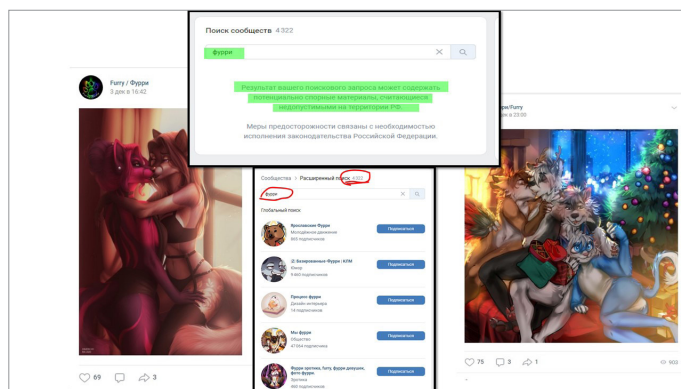
Ну и, конечно, куда же без «VK»! Она сразу заявила, что не будет соблюдать закон о запрете ЛГБТ. Вместо блокировки она на каждое ЛГБТ-сообщество повесила плашку, а это всего лишь означает, что в нем «могут быть спорные материалы». «VK» официально отказывается блокировать открытые порнотранс-группы. На любые жалобы родителей или ответственных граждан «VK» дает формальные отписки. И, скажу вам, «VK» — единственная в мире социальная сеть, где, к нашему великому сожалению, разрешена любая порнография.

Вот кадры с их «VK»-феста. Их почетный трансгость дает автографы детям.

Эта реклама сейчас висит по всей Москве.

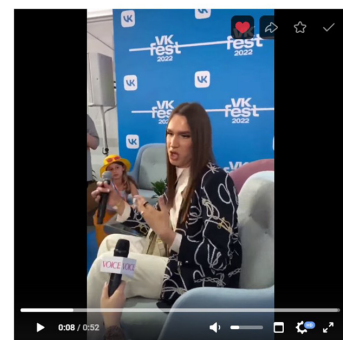
А вот лучшая исполнительница года, по версии «VK». И этой платформе сейчас отдали образование.

Ну и в конце я хочу сказать о том, что у нас происходит в школах. Пока министр Кравцов рассказывает президенту страны о традиционных ценностях, школьникам 11-го класса преподают гендерную теорию. Это официальный учебник, по которому прямо сейчас учатся дети.

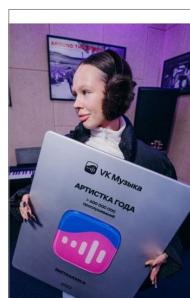


Россия: запрещает ЛГБТ-пропаганду и операции по смене пола. Президент РФ издает указ на сохранении традиционных ценностей.

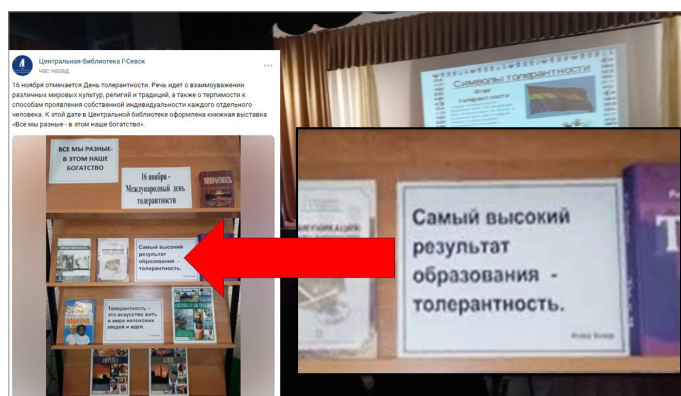
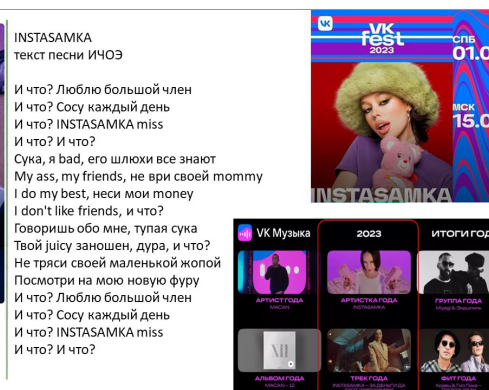
Также Россия, спикер главного молодежного события лета, VK FEST, трансвестит Жидковский



Трансгидро в окружении детей на VK Fest 68 352 просмотра



К новостям культуры: INSTASAMKA названа артисткой года по версии «VK Музыки»



А каждое 16 ноября у нас по всей стране в школах и детских садах проводят дни толерантности. Это фотографии этого года. Сами учителя выкладывают сотнями, и их ничего не смущает.

Особенно мне нравится вот эта картинка.

Андрей Афанасьев

*Нередко можно услышать, что после 50 лет интерес к жизни у людей пропадает: налажен быт, выросли дети, внуки уже не требуют много заботы и внимания...*

*Случается и так, что людям, когда-то востребованным в профессии и активным по жизни, не хватает мотивации для реализации свежих идей или смелых планов, а порой знаний и компетенций, чтобы решиться на новое дело.*

*В Центре образовательных технологий НТИ, расположенном в Иннополисе в Татарстане, знают, как вдохновить взрослых людей на осуществление своих мечтаний.*

# ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЖЕНЩИН



появляются новые форматы образования, позволяющие женщинам успешно сочетать домашние обязанности, обучение и профессиональную карьеру, включая работу на фрилансе.

Благодаря усилиям многих людей, включая **Регину Цыганкову**, основательницу одного из крупнейших образовательных проектов в Иннополисе, ситуация с получением дополнительных компетенций меняется к лучшему. Вопросы о роли женщины в современном образовании, актуальные проблемы и вызовы, с которыми она сталкивается, а также перспективы, которые открываются перед теми, кто прошел обучение в Центре образовательных компетенций НТИ (ЦОК НТИ), мы постараемся раскрыть в этой статье.

С момента основания в 2019 году ЦОК НТИ обучил более 50 тыс. человек, завоевав репутацию одной из лидирующих организаций в своей отрасли. Уровень трудоустройства выпускников после окончания курсов — свыше 93%. Центр успешно реализовал более 120 образовательных курсов, привлекая для преподавания лучших экспертов отрасли, что является важной составляющей успеха. Опытные и признанные эксперты, среди которых — авторитетный специалист в области маркетинга **Игорь Манн**, основатель школы электронной коммерции **iWENGO Юлиана Гордон**, основатель Академии маркетинга **MAED Андрей Гавриков** и основатель консалтинговой компании **Ou-li Екатерина Уколова**, передают необходимые практические знания слушателям.

По признанию Регины Цыганковой, основная миссия центра — обеспечение доступа к каче-

В наше время, когда технологии и требования рынка труда меняются с удивительной скоростью, непрерывное образование и самосовершенствование стали не просто желательными, но и необходимыми компонентами успешной карьеры.

Сегодня несложно заметить, как расширяются границы возможностей для самореализации,



ственному образованию и разработке инновационных методов дистанционного обучения. Работая над совершенствованием методик и программ, ЦОК НТИ делает значительный вклад в развитие образовательной отрасли всей России.

Регина и ее команда наглядно показали, что современные женщины могут быть не только студентами, но и лидерами, активно формирующими образовательное пространство. Перспективы онлайн-образования для женщин в России предоставляют широкие возможности для профессионального и личностного развития. Это не просто инструмент для получения знаний, но и мощное средство для социальной интеграции, карьерного роста и личностного развития.

Основными слушательницами курсов становятся женщины в декрете, мамы с детьми в возрасте до 7 лет. Их доля составляет 62% против 22% мужчин. Очень много людей старше 50 лет — это особенная категория, которая занимает 30% всего состава обучения. Они чувствуют в себе силы и стремление учиться, идеально выполняют все домашние задания.

Основные курсы состоят из обучающего процесса протяженностью в 72, 144, 256 часов. При этом большую часть всего времени занимает практика. «Без опыта никого не отпускаем, поэтому любой ученик после курса может прийти к работодателю и предоставить готовые кейсы», — говорит Регина Цыганкова.

По ее словам, популярным становится и микрообучение, когда с помощью краткого концентрированного курса за короткий промежуток времени специалист может закрыть пробел в образовании, повысить свои профессиональные компетенции, за счет чего быстро увеличить свою производительность. В центре есть и такие предложения — быстрое эффективное обучение за 10 часов.

### КАКИЕ КУРСЫ ДОСТУПНЫ СЛУШАТЕЛЯМ?

К слову, в новом учебном году ЦОК НТИ запустил более 20 новых программ обучения, из которых 15 будут бесплатными. Уже стартовали курсы «Веб-дизайнер с нуля», «Цифровой маркетинг», «Менеджер по работе с маркетплейсами», «Предпринимательство», «Специалист по таргетированной рекламе» и другие. В ближайшее время начнется запись на современный курс по освоению инструментов общедоступных нейросетей ChatGPT и Midjourney.





Также в рамках национального проекта «Демография» ЦОК НТИ организовал курсы «Менеджер маркетплейса, менеджер интернет-магазина: Маркетплейс на 360 градусов», «Создание онлайн-курсов», «SMM-специалист, stories-мейкер и контент-менеджер».

Для получения бесплатного образования необходимо зарегистрироваться на сайте «Работа России» и авторизоваться через Госуслуги.

### ОСНОВНОЕ ПРЕИМУЩЕСТВО ОНЛАЙН-ОБРАЗОВАНИЯ

Основное преимущество онлайн-образования особенно важно для женской аудитории, так как главные его особенности — доступность и гибкость. Для женщин с детьми, прежде всего тех, кто находится в декретном отпуске или занимается воспитанием детей младшего возраста, такой формат обучения предоставляет уникальную возможность совмещать уход за семьей и получение новых знаний и навыков.

Неоспоримыми преимуществами являются:

— Гибкий график. Женщины могут изучать материал в удобное для себя время, что идеально подходит для мам, подстраиваясь под режим дня ребенка.

— Возможность быстрого переобучения. Микрообучение позволяет женщинам быстро закрыть пробелы в образовании и начать работать в новой профессии, даже если ранее они были далеки от этой сферы.

— Социализация и возвращение на работу. Онлайн-курсы дают женщинам возможность вернуться на рынок труда с новыми компетенциями, что особенно актуально после длительного перерыва в связи с рождением и воспитанием детей.

— Специализированные программы, такие как «Менеджер маркетплейса» или «Специалист по таргетированной рекламе», дают женщинам специализироваться в высоко востребованных областях, учитывая их навыки и интересы.

— Бесплатные программы. Благодаря курсам, которые предлагает ЦОК НТИ, женщины могут получать бесплатное образование, что снижает финансовые барьеры для доступа к обучению.

В целом онлайн-образование предлагает женщинам широкие возможности для профессионального и личного развития, позволяя им быть конкурентоспособными на рынке труда и успешно реализовывать свой потенциал.





## РЕКОМЕНДАЦИИ ОТ РЕГИНЫ ЦЫГАНКОВОЙ

Основательница ЦОК НТИ дает женщинам, стремящимся к саморазвитию и реализации себя на более высоком и востребованном обществе поприще, свои рекомендации. Уверена, к ним стоит прислушаться.

Советы от Регины:

— Не ограничиваться достигнутыми результатами, а активно развивать свои компетенции и углублять знания. В мире, где изменения происходят стремительно, обновление навыков просто необходимо. А постоянное обучение через вебинары, мастер-классы и курсы позволит оставаться в тренде.

— Для эффективности обучения комбинируйте теорию с практикой, ведь без последней знания теряют свою актуальность. Будьте активными: ищите возможности, участвуя в конференциях и воркшопх.

— Создайте личный бренд — в современном мире это необходимо. Работайте над портфолио, активно присутствуйте в социальных сетях и включайтесь в профессиональные дискуссии.

— Найдите ментора — наставника, который сможет стать вашим путеводителем, давая ценные советы и делаясь опытом.

— Научитесь управлять своим временем грамотно — для этого вам на помощь придут современные инструменты и приложения.

Соблюдая эти рекомендации, женщины с большим успехом смогут реализовать свои образовательные и карьерные амбиции, оставаясь востребованными на рынке труда.

Для женщин, особенно тех, кто стремится сочетать семью, работу и учебу, гибкость и доступность онлайн-образования предоставляют уникальные возможности.

Не стоит забывать простые истины: каждая ошибка может стать уроком, каждое препятствие — возможностью для роста, а каждый приобретенный новый навык или новое знание открывает перед нами широкие горизонты.

Неважно, где и когда вы начинаете свой путь самосовершенствования. Главное — двигаться вперед с открытым умом и желанием учиться.

*Фото из архива ЦОК НТИ*



*Все чаще и чаще женщины, не желающие поддаваться унынию и сетовать на тяготы жизни, сами становятся инициаторами не только разговоров, но и конкретных добрых дел. А как известно, добро всегда помогает преодолеть трудности, а «подружеский» совет дает силы начать все заново. Так живут наши подруги в Удмуртии.*

# ОТ МАМ ЗАВИСИТ БУДУЩАЯ ЖИЗНЬ



Однажды на женском форуме в Москве в выступлении врача прозвучала фраза, что каждая женщина, которая дважды делала аборт, должна стоять на учете подобно инвалидам и наблюдаться у специалиста. Сидящая рядом коллега переменялась в лице. Уже в поезде, когда мы возвращались домой, она тяжело вздохнула:

— Знаешь, я на учете должна стоять уже не один раз, потому что делала пять аборт.

Типичный это случай для нашей страны или нет, рассуждать можно долго, приводить примеры, статистические данные. Только общественные организации давно пришли к единственному действенному способу профилактики страшного способа регулирования деторождения. Он не уникален. Это просто адресная конкретная помощь будущей маме в трудной ситуации, сложившейся во время беременности.



Знаю также немало успешных благополучных современниц, которые из-за занимаемых высоких должностей отказывались от детей, а потом горько жалели, заявляя в свое оправдание, что никто по-хорошему не посоветовал им вовремя переориентироваться на мужа, семью.

— Деньги были, возможности кормить, няню привлечь, одеть и обуть, но все говорили: «Зачем тебе эта обуза? Ты по заграницам не сможешь ездить, по вечерам по театрам ходить будет сложно»... Вот так и жили для себя, а теперь в доме пусто, а у соседней рядом семеро по лавкам и всегда весело.

То, что в школе учат русскому языку, математике и химии, а не учат терпению, преодолению преград, понимать близкого, договариваться, подставлять плечо, то, что выросшие в семьях с одним родителем дети не видят примеров создания полноценной счастливой семьи, — факторы, приводящие к увеличению числа разводов и отказу от счастья материнства.

И это лишь одна из тем, которая обсуждалась на начавшихся в этом году женских днях в Штабе общественной поддержки партии «Единая Россия». С легкой руки руководителя Союза женщин Удмуртской Республики Елены Анатольевны Дербиловой в штабе собрались члены бюро такой многочисленной общественной организации, как «Союз женщин России», активисты регионального отделения Союза православных женщин, сторонники православного общественного движения «За жизнь» во главе с инициатором Анной Викторовной Воскресенских, благодетели, педагоги, издатели.

Анна Викторовна, или матушка Анна, как с любовью называют ее в приходе, рассказала собравшимся о традициях праздника Водосвятия и завершении очередного фестиваля ангелов и архангелов у Свято-Михайловского собора в Ижевске. С собой она принесла освященную воду и угостила ею женщин.

В этом году незабываемо и ярко прошла акция «Белый цветок», в рамках которой особенно значимо звучали слова о благотворительности и милосердии. Именно эти идеи, объединяющие общество и сто, и двести лет назад, актуальны сегодня, когда в зону проведения СВО неравнодушные граждане отправляют собранную всем миром гуманитарную помощь, технику, снаряжение, автомобили, письма поддержки и т. д. Конечно, кому-то помощь требуется и в Удмуртии. Семьям с детьми, одиноким старикам, набирающимся сил после ранений военнослужащим,



жертвам насилия. Для них есть центры, работают фонды, но важна и забота близких, их поддержка.

Десять лет в республике идет борьба за сохранение жизни детей с момента зачатия. С беременными женщинами и молодыми мамами беседуют психологи и специально обученные специалисты, православные духовные лица. Сохранившим деток мамам многодетных семей в роддоме вручают подарочные наборы для младенцев, детскую косметику, сюрприз для «самой лучшей мамы на свете». Есть те, кто вяжет в подарок пинетки, есть помогающие финансово, продуктами. Помощь принимается в любое время в специальном «Маминном окне» самого большого собора Ижевска.

Нет сомнений, что побывавшие на встрече участницы тоже будут сторонницами многих добрых начинаний и подписчиками группы «ВКонтакте» «Удмуртия за жизнь», что когда-нибудь по Ижевску поедет трамвай счастья, в котором будет собрана вся информация по государственным пособиям и льготам для семей и родителей, в одиночку воспитывающих детей. Хотелось бы, чтобы в Год семьи на щит были подняты многие нерешенные проблемы, чтобы шире пропандировались ценности большой и крепкой семьи, чтобы в школах с учениками говорили и как с будущими родителями. Хотелось бы помечтать и о появлении в Ижевске Аллеи материнской славы, по которой будут гулять папы и мамы с детскими колясками, а дети постарше найдут себе занятие на разнообразных игровых площадках и в сказочных городках.

Встреча, где слово было предоставлено каждой из участниц, получилась теплой и доброй, а закончилась чаепитием, обменом контактами и идеями для новых встреч.

*Светлана Сентякова*

Казалось бы, к чему эта публикация именно в рубрике «Женская повестка...»? А все на самом деле просто: чтобы избежать ошибок молодым мамам или наверстать упущенное опытным мамам и бабушкам. Ведь иногда нехватка маминого внимания, ее тепла, поддержки, понимания помнится всю жизнь...

Об этом пишет наш уважаемый автор Наталья П.

# МАМИНЫ ОБЪЯТИЯ

Мне почти 50 лет, и мне до сих пор не хватает маминых объятий. Иногда бывают моменты, когда они особенно необходимы. А не хватает их потому, что их не было и в детстве. Я понимаю, что мама любила меня. Видимо, она просто такая — сдержанный на эмоции человек.

Мои родители привили мне понимание честности и порядочности, но всю свою жизнь я ощущаю нехватку их душевного тепла. Поэтому, воспитывая своих детей, я стараюсь быть другой, понимая, что обеспечение детей вещами, питанием и всем необходимым для жизни не является главным в становлении их личности. Гораздо важнее любить их: не просто на словах и в своих мыслях, но и, казалось бы, в таких незначительных мелочах, как поцелуи и объятия. Ведь именно эти, пусть мимолетные, «обнимашки» дают то тепло, которое ребенок помнит и несет в себе всю свою жизнь.

Я решила разобраться: может быть, со мной что-то не так, и я держу на родителей какую-то детскую обиду? Оказалось, что все гораздо сложнее, и этому моему состоянию есть вполне серьезные объяснения.

Родительские объятия очень важны и играют огромную роль в развитии и благополучии ребенка. Почему?

- Объятия матери укрепляют эмоциональную связь и делают ее более прочной. Это по-



вышает доверие ребенка к матери, чувство безопасности и любви.

- Физический контакт объятий стимулирует развитие нервной системы и улучшает сон.
- Объятия стимулируют выработку окситоцина (гормона любви и привязанности) и серотонина (гормона счастья и благополучия), что помогает поддерживать эмоциональное равновесие и снижает стресс, а это особенно необходимо в подростковый период.
- И, конечно же, объятия улучшают настроение и снижают уровень тревоги.
- Объятия помогают и в социальном развитии: ребенок учится эмпатии и умению устанавливать и поддерживать отношения с другими людьми.
- Обнимая ребенка, мама поддерживает его здоровье! Ведь такой физический контакт способствует улучшению кровообращения, что снижает риск сердечно-сосудистых заболеваний, способствует снижению уровня кортизола (гормона стресса) и стимулирует иммунную систему.
- Любовь мамы и ее объятия способствуют развитию здоровой самооценки ребенка, так как он чувствует себя ценным и любимым.

К этим выводам пришли ученые и практики: врачи, психологи, педагоги, которые утверждают, что объятия мамы важны для психологического, эмоционального и физического развития ребенка. Они помогают ему чувствовать себя любимым, ценным, в безопасности, способным справиться со всеми трудностями жизни. И не нужно обнимать ребенка за какие-то заслуги. Это должно быть просто так, от души, от сердца. Только в этом случае у ребенка будет осознание тепла объятий.

Обнимать ребенка независимо от его пола и возраста нужно не менее 4–8 раз в день. Люди, обделенные теплом объятий, более склонны к депрессиям и суицидам и даже раннему старению. У взрослого человека, обнимающего ребенка, также повышается настроение, снижается чувство раздраженности и одиночества. Возможно ли, что те объятия, которые мы подарим своим детям, в дальнейшем избавят нас от одиночества в старости? Жизнь непредсказуема и сложна, но, даря тепло, всегда хочется получить хоть немного взамен.

*Наталья П.*



**ОТ РЕДАКЦИИ.** К празднику 8 Марта дети учат стихи и песни. Предлагаем вниманию ваших детей и внуков доброе и светлое стихотворение Агнии Барто. Возможно, оно станет любимым у ваших дорогих наследников...

### **БЫЛО УТРОМ ТИХО В ДОМЕ**

Было утром тихо в доме,  
Я писала на ладони  
Имя мамино.  
Не в тетрадке, на листке,  
Не на стенке каменной,  
Я писала на руке  
Имя мамино.  
Было утром тихо в доме,  
Стало шумно среди дня.  
— Что ты спрятала в ладони? —  
Стали спрашивать меня.  
Я ладонь разжала:  
Счастье я держала.

*А. Барто*

Как часто случается так, что в блеске имени великого мужчины теряется имя его спутницы жизни. Об этом много сказано и написано, но мне ближе слова Бернарда Шоу, который утверждал: «За каждым великим мужчиной всегда есть женщина, которая в него верила. И любила по-настоящему».

Такой и была героиня нашего повествования. Верная, способная ждать своего избранника всю жизнь; любящая, несмотря на огромное количество женщин своего великого мужа; сильная, сумевшая удержать в руках огромную империю.

Прежде чем приступить к чтению, ответьте: имя Бортэ говорит вам о многом?

---

# ВЕЛИКИЙ. УЖАСНЫЙ. ЖЕНАТЫЙ



Догадаться, кто отвечал этим определениям, несложно. Он действительно великий вождь, равного ему нет в истории, многие безуспешно пытались повторить его завоевания, которые обогреты кровью. Называют число сорок миллионов жертв, что невозможно представить даже в тот жестокий век. Поэтому он был так же ужасен, как и велик. И женат был, жен было «и не сосчитаешь», но с этим тоже не все просто.

Написать, что Чингисхан, а речь о нем, мог влюбиться, было бы слишком наивно, а вот Темучин (это его настоящее имя), девятилетний мальчик, которого отец привез в дом хана, чтобы тот выбрал себе невесту, сделал это. Пройдя мимо всех девочек, он подошел к Бортэ, дочери хана, и указал на нее. Как оказалось, выбрал свою вторую половинку раз и на всю жизнь. Количество женщин, окружавших властелина одной пятой части мира, не поддается представлению, но Бортэ — единственная для него жена и мать его первых, самых близких детей.

По обычаям того времени, чтобы брак был крепким, будущих мужа и жену воспитывали



вместе в доме девочки. Предполагалось, что к моменту взросления они привыкнут друг к другу и будут жить дружно. Однако для Темучина, как оказалось, судьба уготовила особый путь. Через две недели к хану приехал человек и попросил мальчика вернуться домой на две недели. Когда Темучин был уже в седле, Бортэ подала ему чашу с молоком, таков был обычай, и сказала: «Я буду ждать тебя всегда». Он удивился и ответил, что скоро вернется, но...

А дома его ждал дядя, который убил брата, отца Темучина, потому что всегда ему завидовал, а его «волчонка», не по годам крепкого и сильного, заковал в колодку. Пять лет мальчик вырос с деревянным «ошейником» на теле, потом не выдержал и сбежал. Он нашел свою мать, жену отца и десять своих братьев и сестер, которые жили в нищете, и начал... работать. Научившись в плену строгать из дерева разные предметы, стал их делать и менять на овец. Через два года у него уже было восемь лошадей, большая отара, и он отправился к Бортэ. Около десяти лет ханская дочь, как и обещала, ждала его. Ее отец был уверен, что Темучина давно нет в живых, а его дочь, умница-красавица, всем отказывала и ждала своего принца, что не могло не удивлять. Почти все источники говорят, что он был необычайно обаятелен и харизматичен, к тому же зеленоглазый рыжеватый блондин (таким его описал китайский биограф). Потрясающая деталь его влияния на людей — он брал в плен воинов своих врагов, они, переходя в его армию, демонстрировали фанатичную преданность, доходившую до культа.

И в тот день он обаял тестя, пообещав позже отдать выкуп за жену, проявившую трогательную верность. Отец Бортэ и в самом волшебном сне не мог представить, какие сокровища получит за нее! Историки не зря назовут то соглашение XII века самой выгодной сделкой в истории человечества. Его дочь будет править огромной империей от Желтого до Красного моря, императоры и короли Европы будут ей низко кланяться. А Бортэ, как будто предвкушая все это, была счастлива! Она дождалась своего принца. В небогатой юрте мужа девушка забыла о высоком происхождении, подружилась со свекровью (ну не умничка ли!), и они вместе занимались хозяйством. Однако счастье длилось недолго. Когда Темучин отправился в поход, Бортэ выкрали. И с того момента начал заро-







ждаться Чингисхан (в переводе Великий хан). Пустив в ход все свое умение убеждать, Темучин собрал сорок тысяч воинов, согласившихся пойти за ним, чтобы освободить жену, что было невысказано даже произнести, ведь женщина была для мужчины исключительно прихотью и матерью детей. Он вернул любимую, разметав захватчика по степи. И тут выяснился щекотливый момент: Бортэ носила под сердцем ребенка, отцом которого, по подсчетам, мог быть и похититель. Когда первенец родился, Чингисхан поднял мальчика над головой и произнес: «Это мой сын, а кто против, узнает остроту моего меча».

Великий хан, имея небольшое войско, так умело строил свою тактику, что практически не знал поражения, завоевав почти всю Азию, приближался к Европе. А Бортэ действительно оказалась достойной своего великого мужа. Не зря, видимо, она его ждала, предугадав, какая жизнь ей предстоит. У нее был такой же сильный характер, даже более жесткий, чем у Чингисхана. Она в его отсутствие правила всем государством, которое было в идеальном состоянии и только приумножалось благодаря ее заботе.



Меж тем Темучин уже стал Чингисханом. Его воины не знали поражения, была создана знаменитая «железная» дисциплина, и, собственно, весь объединенный этим человеком народ превратился в четко отлаженный и безотказно работающий механизм.

А женщин у него было много, ну очень много, хотя главной всегда оставалась Бортэ. Ее место никто и никогда не мог занять, только ее дети, четверо сыновей, считались чингизидами, кровными потомками Чингисхана. На ступень ниже были еще три жены, считавшиеся законными, и лишь после законных жен находилось потрясающее воображение число женщин, ублажающих взор и тело Великого хана, и было их около 7000. В этом «цветнике» содержались редкие красавицы из разных стран.

Когда завоевателя мира не стало, Бортэ десять лет была во главе личных владений семьи Чингисхана. Однако всему приходит конец, так и эпоха великого и ужасного хана растаяла в глубине веков.



*Любовь Ильченко*



«Всеу свое время, и время всякой вещи под небом: время рождаться, и время умирать; время насаждать, и время вырывать посаженное; время убивать, и время врачевать; время разрушать, и время строить; время плакать, и время смеяться; время сетовать, и время плясать; время разбрасывать камни, и время собирать камни; время обнимать, и время уклоняться от объятий; время искать, и время терять; время сберегать, и время бросать; время раздирать, и время шивать; время молчать, и время говорить; время любить, и время ненавидеть; время войне, и время миру» — цитата из Ветхого Завета (Екклесиаст, 3).

Настало время и для Союза женщин России собрать на одной площадке своих подруг из стран ближнего зарубежья, чтобы поговорить о вызовах нашего времени и женском ответе на них, обозначить проблемы и задачи, которые предстоит решать, делясь опытом, ресурсами, лучшими практиками.

Союз женщин России в партнерстве с МИА «Россия сегодня» (РИА «Новости») инициировал видеомост «Партнерство без границ!». Журналист Эмма Борисова делится своими впечатлениями о прошедшей встрече...

# ЖЕНЩИНЫ, ГОВОРЯЩИЕ НА ОДНОМ ЯЗЫКЕ

В феврале вместе с секретарем Союза журналистов России и председателем Союза журналистов Подмосквья Натальей Чернышовой я приняла участие в видеомосте «Москва — Минск — Сухум — Цхинвал», организованном Общероссийской общественно-государственной организацией «Союз женщин России».

Российские, белорусские, абхазские и осетинские женщины поделились своими проблемами, не стесняясь обозначать еще нерешенные вопросы и предлагая совместные пути их решения. Женщины-спикеры хорошо понимали друг друга, потому что говорили на одном языке в самом широком понимании этого слова: русском как языке межнационального общения, языке доверия и понимания волнующих тем разговора.

Тон этому важному разговору задала председатель Союза женщин России Екатерина Лахова. Она представила деятельность союза, назвав основные направления и акции: «Защитникам с любовью», «Школа гражданской активности», «Собери ребенка в школу», «Женское лицо Победы», «Семейное агропредпринимательство», информационно-просветительский проект «Имя





ей — Женщина!» и одноименный всероссийский конкурс среди журналистов.

Екатерина Филипповна подчеркнула, что союз всеми способами пропагандирует позитивный образ современной женщины: выпускает журнал, наполняет глубоким содержанием сайт организации, активно действует в соцсетях, развивает информационный интернет-портал «Женщины России». Также проводятся различные конкурсы для женщин и семей.

Лидер организации заявила, что для российского общества с вековыми семейными ценностями чужды нетрадиционные понятия о семье, которые Запад закладывает в сознание людей и которым Союз женщин России активно противостоит, так как защита семьи, культуры, истории стали актуальными задачами женского движения.

«Мы рады, что в Конституции нашей страны закреплено понятие брака как союза мужчины и женщины и создания условий для достойного воспитания детей. Мы следовали и следуем этим словам», — сказала Е.Ф. Лахова.

В разговоре с российской стороны приняли участие от Общественной палаты РФ — Сергей Рыбальченко, от Дома народов России — Мехрибан Садыгова.

По-человечески тронуло выступление первого заместителя председателя Комитета Государственной думы РФ по международным делам известной российской спортсменки Светланы Журовой, которая также представляла спикеров с российской стороны. Депутат, избранный от Ленинградской области, тесно работает с женской организацией региона. Обратившись к участникам видеомоста, она сказала: «Знаете, что такое абхазское золото? Это мандарины. Благодаря дружбе с Союзом женщин Абхазии женщины наладили доставку этого «золота» врачам, спасавшим жизни в ковидных госпиталях, а сейчас — это прекрасный подарок семьям, детям, чьи отцы находятся в зоне СВО. И всем семьям, которые нуждаются в опеке. Мы очень благодарны женщинам южной республики. Эта дружба продолжается, и ей не страшны расстояния!»

В выступлениях белорусских подруг прозвучала интересная тема — женщины проводят акцию «Неделя родительской любви», которая начинается в День матери и заканчивается в День отца. В это время навещают, звонят своим родителям, дарят им подарки. Вот вам прекрасный пример воспитания в семье уважительного отношения к родителям, бабушкам-дедушкам.





В Белорусском союзе женщин, а точнее, по инициативе его молодежного крыла проводится акция «Голоса белорусок», цель которой — повысить активность девушек на выборах. И еще. Символом счастливой семейной жизни здесь является цветок василек — по примеру ромашки в России. И васильками одаривают молодоженов.

Вслед за Россией в белорусской Конституции по предложению женсоветов прописана статья «Семья — это союз мужчины и женщины». И женщины выступают за традиционные духовные ценности.

По словам секретаря Общественной палаты Республики Абхазия Гульнары Кичба, женщины России всегда были лидерами. С них берут пример еще со времен работы Комитета советских женщин. «Если женщины разных национальностей объединятся, Россия станет еще сильнее и богаче. Сейчас непростое время, но политики должны всегда прислушиваться к голосу матери», — сказала Кичба.

Женщины Абхазии уделяют большое внимание сохранению семейных традиций, культуре отношений в семье, прививают уважение к старшим.

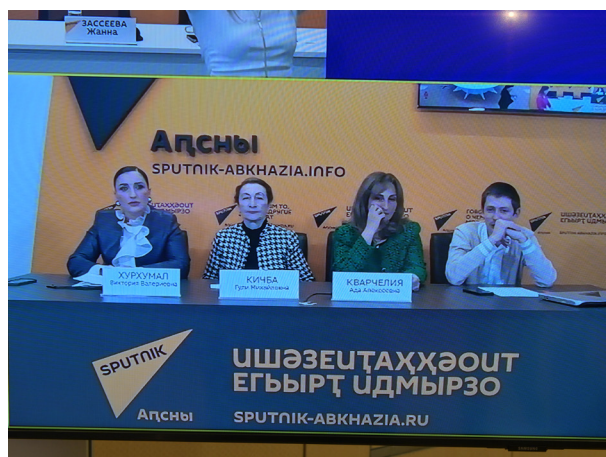
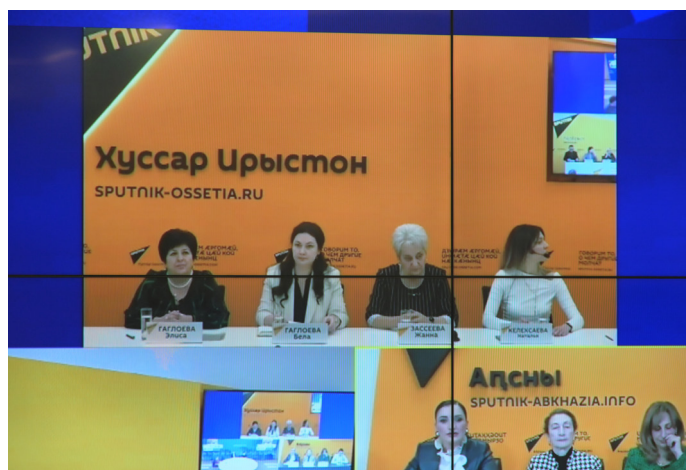
Осетинские подруги, подключившись к разговору из Цхинвала, рассказали о том, как женщины сохраняют память, историю своего народа. Всех тронуло выступление Жанны Виссарионовны Зассеевой, председателя Лиги женщин Южной Осетии, которая рассказала: «В годовщину «пятидневной войны», развязанной грузинским президентом, состоялось шествие к центральной площади. И в его рядах была группа женщин, которые до сих пор носят траур. Эти женщины в одной руке несли фотографии своих погибших мужей, сыновей, а в другой — фотографии павших русских воинов, защищавших осетинский народ».

Этот телемост надолго останется в памяти. Женщины разных национальностей познакомились друг с другом, обменялись опытом работы, взяли на заметку интересные акции. Очень понравилось, что в ходе общения они часто употребляли слово «подруги». Невольно приходит на ум девиз Союза женщин России: «Наша сила — в единстве, наше богатство — в многообразии!».

И я в очередной раз убедилась, что тысячи километров — не преграда для женщин, которые говорят на одном языке и хотят сделать наш мир лучше. Во имя детей и внуков! Во имя жизни!

*Эмма Борисова*

*Фото пресс-службы МИА «Россия сегодня»*





# РОЛЬ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ ЖЕНЩИНЫ



Под таким названием 27 февраля в Москве, в здании Союза женщин России, прошел межрегиональный форум женского актива Липецкой области, участниками которого стало более 100 человек.

Союз женщин в очередной раз радушно встречал гостей, для которых была подготовлена содержательная экскурсия по историческому зданию в Глинищевском, б: рассказ об истории строения и его хозяевах, краткий экскурс по этапам становления нашей организации от Антифашистского комитета советских женщин до сегодняшних дней, ознакомительный показ Музея женского движения России, знакомство с издательской программой и библиотечным фондом, экспонатами картинной галереи... К сожалению, не всем удалось увидеть и услышать эти рассказы, так как час пик на московских дорогах внес свои коррективы в ранее намеченные планы.

До начала пленарного заседания Юрий Таран, уполномоченный по правам ребенка в Липецкой области, провел содержательную презентацию проекта «Непридуманные истории. Обыкновенные мамы необыкновенных детей». По сути, это книга-буклет с короткими рассказами о мамах и самих мам о своих непростых, но таких дорогих им детях. Уверены, что проект будет продолжен: найдутся новые герои со своими непридуманными историями, о которых интересно узнать всем.

Пленарное совещание форума открыла председатель Союза женщин России, которая после приветственных слов всем участникам рассказала о деятельности СЖР, принципах его работы и актуальных задачах, которые нашей организации предстоит решать в Год семьи. Особое внимание Екатерина Филипповна уделила всероссийским акциям, направленным на поддержку участников СВО и их семей, вопросам сохранения семейных ценностей. Лидер СЖР также рассказала о том, как развивается и каких результатов достигает





наш информационно-просветительский проект «Имя ей — Женщина!».

Тему взаимодействия органов государственной власти и женского сообщества обозначил вице-губернатор Липецкой области Александр Николаевич Рябченко, который отметил, что считает наших подруг-липчанок самой серьезной, активно действующей и ответственной организацией в регионе.

На пленарном совещании с приветственными словами выступили Татьяна Ивановна Дьяконова, депутат Государственной думы, и Оксана Владимировна Хлякина, сенатор Совета Федерации от Липецкой области.

С интересом участники выслушали выступление Андрея Игоревича Галкина, директора департамента демографической и семейной политики Министерства труда и социальной защиты РФ. Андрей Игоревич заявил, что женщины — значимый ресурс развития российского общества, инструмент роста бизнеса и экономики страны. Особо он отметил, что наша общая задача — возродить уважительное отношение к многодетной большой семье, способствовать укреплению семейных ценностей, а также озвучил, что год от года увеличивается число многодетных семей. За последние пять лет их число увеличилось почти на 27%, а число детей в таких семьях возросло на 30% и составило 7,4 млн человек.

Завершая свое выступление, Андрей Игоревич поблагодарил Союз женщин России за многолетнюю плодотворную работу над женской повесткой, результатом которой стали разработанная и утвержденная Национальная стратегия в интересах женщин на 2023–2030 годы и совместные издательские проекты, в частности, выпуск брошюр по социальному контракту.

Председатель регионального отделения СЖР Вера Ивановна Урываева в своем эмоциональном выступлении рассказала о наиболее ярких событиях, инициаторами которых в регионе выступает женский актив, и от души поблагодарила самых ярких и надежных помощников в продвижении важных вопросов женской повестки.

Участников форума ожидала не только деловая программа, но и неожиданные сюрпризы: награды от губернатора Липецкой области и Союза женщин России и концерт музыкальной группы театра «Казачи России».

Уверены, что эта встреча станет точкой отсчета новых инициатив и проектов, способствующих укреплению роли женщин в делах государства, что приведет к улучшению качества жизни россиян.



Союз женщин России – организация, открытая к продуктивному сотрудничеству и любому диалогу, который пойдет на пользу нашей организации, а значит, и нашим большим и добрым делам.

В январе Союз женщин обрел надежного партнера в лице МИА «Россия сегодня» – российской медиагруппы, созданной 9 декабря 2013 года указом президента России В.В. Путина на базе «РИА Новости». Именно на площадке этого авторитетного агентства состоялась пресс-конференция СЖР, посвященная старту Года семьи в нашей стране. О том, как проходила эта пресс-конференция, наш короткий репортаж.

# ГОД ПЛАНЫ И ДЕЛА СЕМЬИ: СОЮЗА ЖЕНЩИН РОССИИ



Старту объявленного президентом страны Года семьи была посвящена пресс-конференция, прошедшая в МИА «Россия сегодня» 22 января 2024 года.

Союз женщин России сделал девизом года слова «Защитим себя, семью, Отечество».

Как отметила в своем вступительном слове председатель СЖР Екатерина Филипповна Лахова, забота о детях, укрепление семьи, ее нравственных основ и традиций, поддержка семей участников СВО, содействие реализации программ народосбережения — приоритетные направления деятельности Союза женщин России. Также лидер российских женщин обратила внимание и на тот факт, что пресс-конференция проходит в дни, когда вся страна дает старт Году семьи и что именно сегодня В.В. Путин издал указ «О мерах социальной поддержки многодетных семей». И это еще раз подчеркивает роль Союза женщин России в выполнении программ социального и экономического развития нашего государства.

Юлия Александровна Белехова, член Правления Союза женщин России, председатель Комитета семей воинов Отечества, в своем выступлении неоднократно подчеркивала значимость активного взаимодействия региональных отде-





лений Союза женщин России и Комитета СВО, которое дает высокие результаты, выраженные в тоннах гуманитарного груза для защитников и жителей освобожденных территорий, детей и лечащихся в госпиталях воинов.

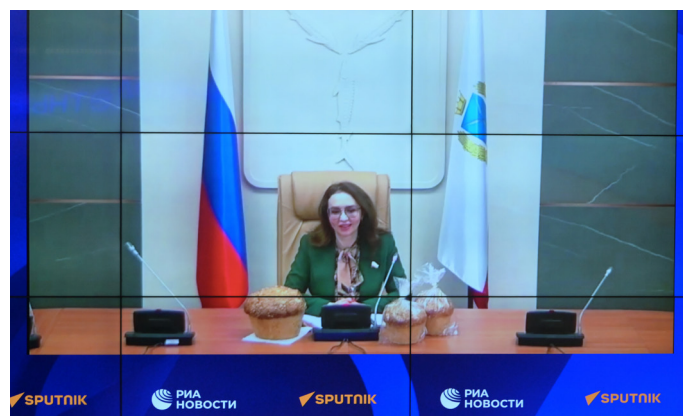
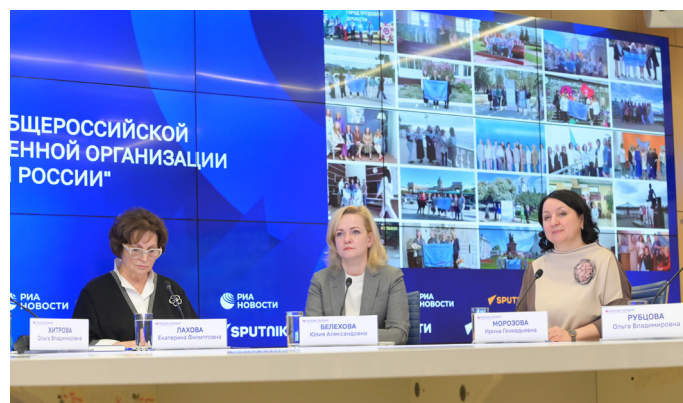
Выступление Ольги Владимировны Хитровой, заместителя председателя СЖР по Центральному федеральному округу, председателя Ярославского регионального отделения Союза женщин России, было посвящено вопросам поддержки семьи и укрепления ее традиционных ценностей. Ольга Хитрова убеждена, что в современном обществе институт семьи выступает точкой отсчета благополучия общества.

Ирина Геннадьевна Морозова, член Правления, председатель Кировского РО Союза женщин России, рассказала о региональных законах поддержки семьи, о лучших практиках поддержки семьи с первенцами. Сама являясь заместителем председателя заксобрания региона, Ирина Морозова прекрасно понимает, насколько важно сегодня помогать региональным органам власти в реализации предложений и инициатив женской общественности.

В выступлении Ольги Сергеевны Красновой, члена Правления, председателя Нижегородского РО СЖР, были представлены инициативы муниципальных женсоветов, женского актива на предприятиях, которые способствуют самореализации женщин и их продвижению в социуме. В регионе действует проект «Женское единство», который позволяет найти партнеров, единомышленников, вместе решать проблемы.

Амбассадор Союза женщин России, ректор Академии инновационного образования и развития Ольга Владимировна Рубцова подняла вопросы информационной безопасности семьи. Особо подчеркнув необходимость создания общего детско-родительского контента информационного пространства, Ольга Рубцова призвала родителей, бабушек и дедушек быть внимательными к запросам своих детей и внуков, их интересам и окружению.

Юлия Михайловна Литневская, председатель Саратовского РО СЖР, в онлайн-режиме ярко и эмоционально представила учебную программу Союза женщин России «Семейное агропредпринимательство», обозначив ее ресурсом для



укрепления семьи и ее экономической безопасности. Юлия привела примеры активного участия женского актива отдаленных от столицы региона районов в общероссийских акциях СЖР: выращенные своими руками продукты в виде сухих супов и консервации отправляются нашим бойцам «за ленточку», напоминая о родном доме, где их ждут с победой.

Модератор пресс-конференции озвучила вопросы, которые поступили в адрес участников и на которые спикеры дали исчерпывающие ответы.

Стоит отметить, что пресс-конференция вызвала большой интерес: только во время ее проведения зрителями стало более тысячи человек.

# ОНЛАЙН-ВЕБИНАРЫ И МАСТЕР-КЛАССЫ

ДЕКАБРЬ 2023 – ФЕВРАЛЬ 2024

онлайн-вебинар



Яна  
ТОНОЯН

## «Женщине грустить нельзя!»

Как себя поддерживать, когда весь мир против тебя, и даже самые близкие? Как духовно оставаться в ресурсе, даже не имея материальной поддержки? Как вести бизнес, имея на руках двоих детей, без поддержки мужа, в чужом городе? О преодолении сложных жизненных ситуаций мы говорили в прямом эфире с Яной Тоноян, общественным деятелем, автором всероссийского литературного проекта «Мягкая сила женщины бизнеса».



13 декабря  
2023 года

мастер-класс



Ольга  
ЛЕБЕДЕВА

## Вкусно, стильно и красиво мы встречаем Новый год

Как выбирать элементы декора для украшения праздничного стола, совмещать изобилие новогоднего ужина со стильной сервировкой, рассказала Ольга Лебедева, дизайнер жилых и общественных пространств, член Союза «Содействие женскому предпринимательству», лидер сообщества «Нежный бизнес. Удомля».



27 декабря  
2023 года

онлайн-вебинар



Ольга  
БАХМУТОВА

## «Учиться надо весело!»

Возвращаемся в школу после каникул: режим сна, режим дня, питание. Говорим с детьми о том, что им интересно. Зачем учиться? Ставим цели. Учеба, оценки и домашние задания – ответственность ребенка. Учимся планировать время. Об этом и не только говорили с гостем студии Союза женщин России Бахмутовой Ольгой Владимировной, председателем Химкинского женсовета, руководителем Женского ресурсного центра г. Химки, мамой четверых детей.



24 января  
2024 года



## мастер-класс



Наталья  
РЕЗНИКОВА

### «Традиции семейного чтения»

Гость студии Союза женщин России Резникова Наталья Николаевна, писатель, автор сказок для взрослых и детей предложила поговорить о пользе совместного чтения, о том, как сформировать привычки семейного чтения.



31 января  
2024 года

## онлайн-вебинар



Яна  
ФИЛИМОНОВА

### «Поздравляем мужчин».

#### История и традиции семейных подарков в России

Этикет подарков: как выбирать, дарить и принимать подарки. Традиции празднований и одаривания - от Древней Руси до наших дней. Семейные традиции: как сохранить и упрочить. Подарки близким: как порадовать дорогих нам людей. Особенности подарка для мужчины. Эти и другие вопросы мы обсудили в студии Союза женщин России с бизнес-наставником, экспертом в области делового этикета и стиля Яной Филимоновой.



14 февраля  
2024 года

## онлайн-вебинар



Наталья  
БОНДАРЕНКО

### «Зимние неприятности». Первая помощь при традиционных зимних повреждениях и заболеваниях

На этот раз в прямом эфире мы говорили о проблемах со здоровьем, которые чаще всего возникают в холодное время года. В первой части нашего вебинара главный внештатный специалист по терапии и общей врачебной практике ФМБА России, главный врач Клинической больницы № 85 ФМБА России, кандидат медицинских наук Наталья Леонидовна Бондаренко рассказала: как быстрее помочь организму бороться с острой респираторно-вирусной инфекцией? Как защитить себя от удара по здоровью без постельного режима? Кто в первую очередь подвержен простудным заболеваниям? Эффективные методы закаливания: можно ли их считать альтернативой вакцинации? Продолжил тему сезонных проблем со здоровьем заведующий травматолого-ортопедическим отделением, врач травматолог-ортопед, к.м.н. Клинической больницы №85 ФМБА России Павел Леонидович Жадан, рассказал о том, как правильно падать, если падение неизбежно и какую обувь надевать, если на улице скользко.



Павел  
ЖАДАН



28 февраля  
2024 года

Хранить и приумножать традиции! Пожалуй, это один из ответов на вызовы сегодняшнего времени. Союз женщин всегда стоял на страже духовных, культурных, семейных традиций нашего многонационального народа. Конкурс, итоги которого мы публикуем на страницах журнала, тоже стал доброй традицией, которую с благодарностью и интересом поддерживают и развивают сотни людей.

# ИМЯ ЗВУЧАТЬ НЕ ПЕРЕСТАНЕТ! ЖЕНЩИНЫ

Союз женщин России уже в третий раз проводит Всероссийский конкурс журналистских работ «Имя ей — Женщина!», направленный на продвижение позитивного образа современной женщины в СМИ, привлечение внимания к освещению деятельности Союза женщин России и его региональных отделений. В 2023 году конкурс перерос в одноименный информационно-просветительский проект и был включен в число важных инициатив Совета Евразийского женского форума.

15 декабря завершился прием заявок, и к работе приступили члены авторитетного жюри конкурса:

- **Владимир Леонидович Касютин**, председатель жюри, секретарь Союза журналистов России, главный редактор журнала "Журналистика и медиарынок";
- **Надежда Владимировна Аленина**, советник председателя Союза женщин России, главный редактор журнала «Союз женщин России» и интернет-портала «Женщины России»;
- **Людмила Юрьевна Борщева**, генеральный директор РБК Юг и Северный Кавказ;
- **Елена Леонидовна Вартанова**, секретарь Союза журналистов России, декан факультета журналистики МГУ;
- **Петр Иванович Игнатов**, председатель Союза журналистов Липецкой области, заместитель генерального директора ИД «Липецкая газета»;
- **Любовь Владимировна Петрова**, генеральный директор «Медиагруппы «Журналист», главный редактор журнала «Журналист»;
- **Наталья Александровна Чернышова**, секретарь Союза журналистов России, председатель Союза журналистов Подмосковья.

### НЕМНОГО СТАТИСТИКИ:

в ходе конкурса в адрес жюри поступило 1368 работ из 72 регионов России.

Если в прошлые годы наибольшее количество работ поступало в номинации «Женщина и ее дело», «Хозяйки села», «Нет предела совершенству», то сейчас абсолютным рекордсменом стала номинация «Преодоление». В ее адрес поступило 302 журналистские работы. Об этом стоит серьезно подумать и сделать все, чтобы ситуаций преодоления стало как можно меньше.



# ПОБЕДИТЕЛИ И ЛАУРЕАТЫ ВСЕРОССИЙСКОГО КОНКУРСА ЖУРНАЛИСТОВ «ИМЯ ЕЙ — ЖЕНЩИНА! — 2023»



## Номинация «Женщина и ее дело»

Дарья Владиславовна Коробская, «ДГ-Юг» (Краснодар);  
Бэлла Ильдаровна Волкова, ИА ТАСС (Москва);  
Ксения Владимировна Калинина, ИА «Башинформ» (Уфа).

## Номинация «Преодоление»

Дарья Владиславовна Елина, Добро.Журнал (Москва);  
Надежда Ивановна Уварова, «АиФ» в Челябинске;  
Сергей Юрьевич Виноградов, газета «Речь» (Вологодская область);  
Надежда Юрьевна Курилина, ВГТРК «ГТРК «Дальневосточная» (Хабаровск);  
Наталья Александровна Сирота, Российская газета-Воронеж;  
Ирина Федоровна Соловьева, МК-Кемерово.

## Номинация «Нет предела совершенству»

Марина Анатольевна Кочнева, «КП-Барнаул»;  
Бэлла Борисовна Накусова, НТК «Осетия-Ирыстон» (Владикавказ);  
Константин Борисович Хлебников, газета «Наш Красноярский край».

## Номинация «Хозяйки села»

Светлана Александровна Хлыстун, «АиФ-Ростов» (Ростов-на-Дону);  
Лариса Владимировна Дормидонтова, газета «Сельская новь» (Нижегородская область);  
Екатерина Александровна Круглова, газета «Шенталинские вести» (Самарская область).

## Номинация «Много — не мало»

Елена Мирошниченко, газета «Белгородская правда»;  
София Равиловна Гафарова, ВГТРК «ГТРК «Тула»;  
Ольга Ивановна Силиванова, газета «Знаменка» (Кемеровская область).

## Номинация «Всегда в форме»

Марьяна Александровна Наумова, АО «Первый канал» (Москва);  
Мария Юриковна Марикиян, РИА «Новости» (Москва);  
Виталий Анатольевич Лазарев, интернет-газета «Вслух.ру» (Тюмень).

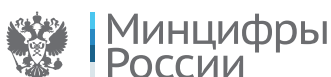
# ПАРТНЕРЫ КОНКУРСА УЧРЕДИЛИ СВОИ НОМИНАЦИИ, ПОБЕДИТЕЛЯМИ КОТОРЫХ СТАЛИ:

- Тамара Борисовна Борчик, «Калининградская правда» (Московская область)  
специальная номинация Клинической больницы № 85  
Федерального медико-биологического агентства РФ
- Сульгият Халидовна Булгаева, журнал «Женщина Дагестана» (Махачкала)  
специальная номинация Фонда региональных социальных программ «Наше будущее»
- Сергей Александрович Зубков, «Ямал-Медиа» (Салехард)  
специальная номинация Министерства экономического развития РФ
- Елена Владимировна Кочегарова, газета «Сахалинский нефтяник» (Южно-Сахалинск)  
специальная номинация Всероссийского общества охраны природы
- Издательский дом «Липецкая газета»  
специальная номинация Союза женщин России

Чествование победителей конкурса состоится 28 марта 2024 года в Москве на площадке Союза женщин России (Глинищевский пер., д. 6).

Церемония награждения проводится при поддержке Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации.

## Союз женщин России благодарит партнеров Всероссийского конкурса журналистов «Имя ей — Женщина! — 2023»:



И выражает надежду на дальнейшее творческое и деловое сотрудничество.

Оргкомитет конкурса «Имя ей — Женщина!»



Как часто мы признаемся в любви и верности своей Родине? Как часто мы с гордостью можем назвать себя патриотами? В последнее время некоторые стыдятся и этого слова, и этой любви. А мы – нет! Поэтому и решили провести марафон творческих работ (стихов, фотографий, эссе, песен, рисунков) о нашей стране – России.

Признаемся: мы не ожидали, объявляя творческий марафон «Уголок России», что марафон превратится в конкурс, а конкурс соберет около 400 работ, авторами которых стали россияне самого разного возраста, профессии, места жительства.

Мы благодарны всем, кто принял участие в конкурсе-марафоне «Уголок России», и очень надеемся, что в текущем году этот творческий конкурс соберет еще больше работ.

# "УГОЛОК РОССИИ": ПОБЕДИТЕЛИ И ЛАУРЕАТЫ



В адрес конкурса поступило **385** работ из **41** региона страны. Скажем сразу: очень непросто было определить лучших. Каждая присланная работа была пронизана искренней любовью к своей малой родине и людям, живущим рядом, неподдельным восхищением красотой родного края и его достопримечательностями.

Мы не смогли отметить победителей в шести заявленных номинациях и решили учредить еще четыре специальные номинации. Знакомьтесь с именами победителей и лауреатов:

## Номинация «Родные лица»

<b>КОСТЮНИН</b> Александр Викторович	Республика Карелия, г. Петрозаводск	<b>Победитель</b>
КОВАЛЕВА Светлана Юрьевна	г. Томск	Лауреат
КОРОБОВ Юрий Иванович	Тамбовская область, с. Татаново	Лауреат

## Номинация «В каждом рисунке солнце»

<b>КАМАЕВА</b> Наталья Николаевна	Кировская область, дер. Большой Ихтиал	<b>Победитель</b>
ПАВЛИЧЕНКО Акилина Валерьевна	Ставропольский край, г. Ессентуки	Лауреат
БАЙГУЗИНА Алина Газинуровна	Ульяновская область, р. п. Старая Кулатка	Лауреат

**Номинация «Горжусь своим Отечеством»**

<b>ГЕРАСИМОВ</b> Алексей Ильич	Свердловская область, г. Верхняя Пышма	<b>Победитель</b>
СУРТАЕВА Наталья Дмитриевна	Республика Алтай, с. Чендек	Лауреат
СОБОЛЕВСКАЯ Наталья Владимировна	Смоленская область, с. Новодурино	Лауреат

**Номинация «Народное творчество»**

<b>ФЕДОРОВА</b> Екатерина Вячеславовна	Республика Чувашия, дер. Новые Тренькасы	<b>Победитель</b>
ШНАЙДЕР Наталья Викторовна	г. Пермь	Лауреат
МАКСИМЕНКО Евгения Владимировна	Ярославская область, дер. Федурино	Лауреат

**Номинация «Стоп-кадр»**

<b>ЗЕНЧЕНКО</b> Ирина Борисовна	дер. Ковалево-Сиженье	<b>Победитель</b>
ГОЛИКОВА Валентина Николаевна	Новгородская область, г. Валдай	Лауреат
ЗАХАРОВА Ольга Владимировна	Калужская область, дер. Панское	Лауреат

**Номинация «Крупным планом о малой родине»**

<b>КИСЕЛЬ</b> Татьяна Валентиновна	Орловская область, дер. Чермошное	<b>Победитель</b>
Вокальная группа «Хорошее настроение»	Курганская область, с. Плоское	Лауреат
ОЛЕЙНИКОВА Зинаида Валентиновна	Республика Адыгея, с. Натырбово	Лауреат

**Спецноминация «Маленькие граждане большой страны»**

Образовательные учреждения г. Ровеньки Луганской Народной Республики

**Спецноминация «Творчество без границ»**

Социально-реабилитационное отделение Урюпинского ПНИ Волгоградской области  
Ансамбль «Брусничка» Новооскольского дома-интерната для престарелых Белгородской области

**Спецноминация «Не иссякнет талантом Россия»**

Крылова Марина Константиновна, г. Кострома  
Студия кружевоплетения на коклюшках при Никольской СОШ: Голощапова Виктория, Денисюк Виктория, Круглова Александра, Соколова Татьяна, Ремова Юлия, руководитель Куликова Яна Эдуардовна, пос. Никольское Костромской области

**Спецноминация «Открытые сердца»**

- региональное отделение Союза женщин России Костромской области
- региональное отделение Союза женщин России Луганской Народной Республики

Победители и лауреаты конкурса-марафона «Уголок России» получили дипломы и призы от имени Союза женщин России.



Как же нам, женщинам, хочется, чтобы во всем была гармония! Как для нас важно в силу своих возможностей следовать модным тенденциям не только в одежде, но и в своем любимом доме. В этой статье дизайнер интерьера Ольга Лебедева раскрывает все секреты и называет самые актуальные оттенки для создания современного интерьера.

# ТРЕНДОВЫЕ ЦВЕТА В ИНТЕРЬЕРЕ — 2024

Говоря о модных цветах для интерьера, важно понимать, как формируются тренды, откуда они берутся и кто решает, какой цвет имеет право на громкое звание «Цвет года».

## ВОПРОС ЦВЕТА

Не секрет, что цвет играет огромную роль в интерьере любого помещения. Именно он формирует объем пространства и атмосферу: темные или светлые оттенки, монохром или контраст, теплые или холодные тона — огромное число решений нужно принять относительно палитры на этапе планирования интерьера.

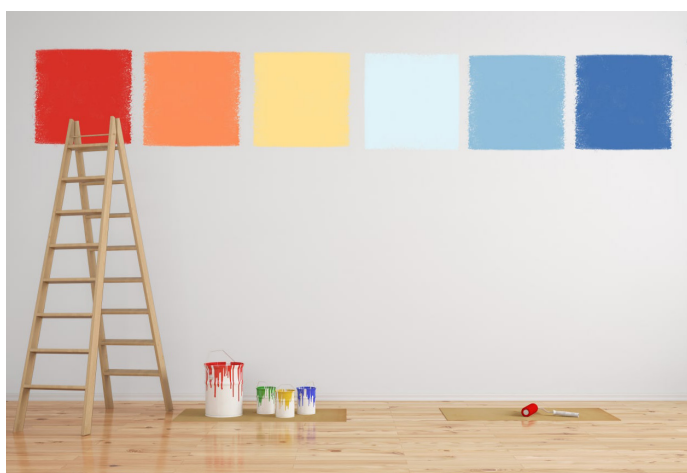
## О ТРЕНДАХ

Откуда же мы берем те самые трендовые цвета? Известные производители красок каждый год предлагают свой вариант модного цвета. Например, Dulux цветом 2024 года назвал свой серо-розовый оттенок Sweet Embrace («Теплые объятия»), Dunn Edwards — насыщенный оттенок голубого Skipping stones («Прыгающие камни»), Sherwin-Williams — Upward SW 6239 (224-c1) — свежий, блаженный серо-голубой тон. Benjamin Moore цветом 2024 года выбрал Blue Nova — смесь синего и фиолетового.

Надо сказать, что синие оттенки еще долго будут на пике, поскольку в условиях тотальной психологической перегруженности и избытка информации люди будут выбирать синий в поисках умиротворения.

Самый авторитетный эксперт в вопросе цвета на протяжении вот уже более 20 лет — Меж-





дународный исследовательский институт цвета Pantone. В конце каждого года эксперты института объявляют цвет, который будет отражать потребности людей в предстоящем году. Этот вывод специалисты цвета делают на основе многочисленных исследований социально-политических настроений в обществе, поэтому-то и случайных цветов в данном случае не бывает.

Тренд-аналитики считают каталог цвета Pantone политической структурой, которой хорошо известно, какие политические события нам всем предстоят, и через оттенки года/сезона нам предлагаются цвета-компенсаторы, чтобы мы эти самые события перенесли с меньшим ущербом для своей психики. В тонах цвета года будут представлены новые коллекции, предметы декора и товары всех сфер.

Как пример: начало пандемии — цветом года объявлен синий, чтобы люди успокоились и ушли в апатию; продолжение пандемии — нам было предложено сочетание цвета бетона и желтой разметки на полу, чтобы смирились; конец пандемии и подготовка к международному раздору — холодный фиолетовый для компенсации нереализованности (тоже для смирения). Цвет 2023 года в оттенках красного подготавливал общество к конфликтам на международной арене.

## ЦВЕТ ГОДА

Цвет 2024 года, по версии каталога Pantone, — Peach fuzz 13-1023 — «персиковый пушок». Звучит вдохновляюще и обнадеживающе. Тренд-аналитики предполагают, что раскочанная психика общества в результате израильско-палестинского конфликта нуждается в успокоении, а этот нежный оттенок оранжевого спектра, разбеленный и чуть припыленный, как раз и способен подарить нам эту успокоенность.

## ПЕРСИК В ИНТЕРЬЕРЕ

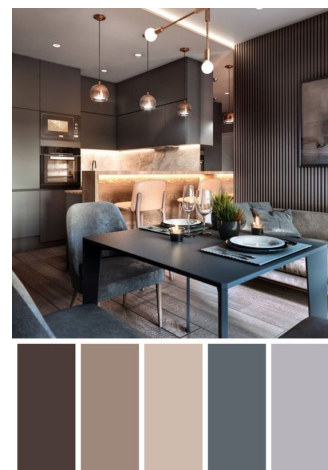
Если использовать этот персиковый оттенок в качестве основного в интерьере, то это может быть очень душно. Идеальным он может быть, пожалуй, лишь для примерочных — в таком окружении цвет лица будет красиво подсвечен. Для жилых и общественных пространств его лучше использовать как акцентный. В дуэте с нейтральным белым или серо-бежевым может получиться красивое сочетание. Хорош этот цвет для точек общепита, в случае если заведение рассчитано на долгое пребывание гостя и рост чека пропорционально времени его пребывания.





## ОТТЕНКИ ПОЧВЫ И ПРИРОДЫ — УСЛАДА ДЛЯ ГЛАЗ

Психика современного человека ищет отдыха от визуального шума; тишины, уюта и ощущения пещеры. Лучший выбор — монохром или спокойная палитра нейтральных цветов. Комфорт, душевный контакт с собой помогут создать телесные оттенки, цвет пудры и оттенки почвы (коричневые, темно-зеленые, оливковые оттенки). Самые востребованные интерьеры сейчас — это пространства в бежево-коричневой гамме. Коричневый — это тот же самый оранжевый, только приглушенный. Опять же для компенсации неустойчивости внешнего мира. Все эти оттенки идеально работают в паре с натуральными материалами — деревом, шпоном, камнем и кирпичом. К этой комбинации хорошо добавлять белый и яркие оттенки.



## ЦВЕТ ГОДА ДРАКОНА — ЗЕЛЕНый

Конечно, ежегодно готовясь к встрече нового календарного года, мы в первую очередь ищем информацию, год какого животного нам предстоит, какой цвет у этого года. Наступивший 2024 год — год зеленого деревянного Дракона.

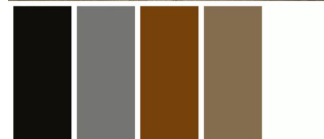
Вот пара советов о том, как применить зеленые оттенки в интерьере. Красивый зеленый позволит сделать интерьер эффектным, статусным, роскошным. Из широкой палитры зеленых оттенков элегантнее всего в интерьере будут смотреться цвет листа шалфея, серо-зеленые тона, глубокий изумрудный и беззащитный мятный. Отличным дополнением к зелени станут золотые, серебряные, серо-белые оттенки и цвет дерева.

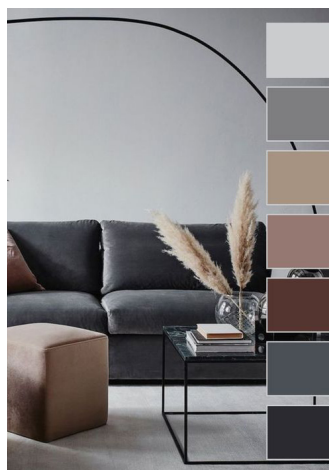


## УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СЕРЫЙ

Если не можете решить, в какой цвет покрасить стены, а чистый белый вызывает ощущение недоделанного ремонта, выбирайте серый. Это максимально нейтральный цвет с огромным перечнем оттенков разной светлоты. Сейчас и еще несколько лет будет популярен серый с добавлением коричневого и бежевого цветов (известный как оттенок тауре) все по той же причине бессознательного желания обрести опору через коричневый тон.

Серый нравится почти всем, по крайней мере не вызывает отторжения. К выбранному серому добавляйте его соседние оттенки. Теплые серые тона сочетайте с желтоватым или коричневатым деревом, с коричневыми или рыжими текстурами и рыжей кожей. Разбавляйте эту палитру





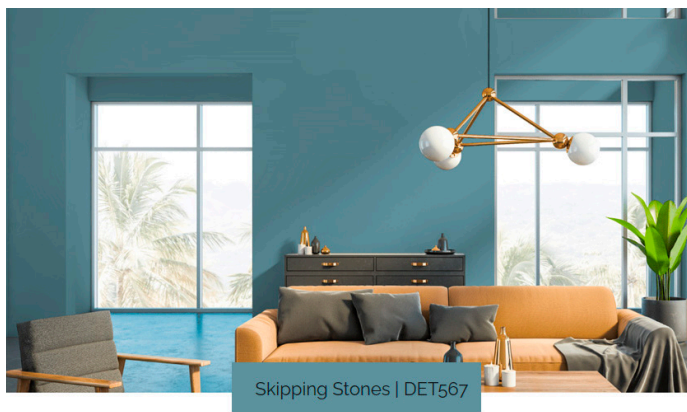
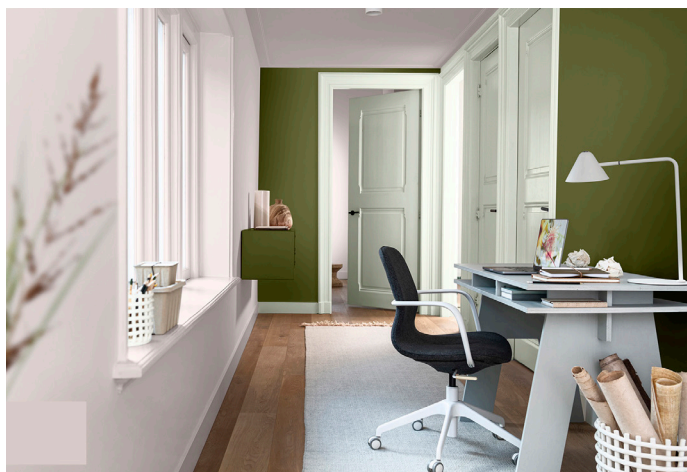
разнообразием, ставьте деликатные черные акценты и контуры. И тогда вы получите универсальный интерьер.

Серый — прекрасный фон для цветовых акцентов. На нейтральном сером лучше всего раскрываются цветовые акценты — ваши любимые цвета.

### ТРУДНОСТИ ВЫБОРА

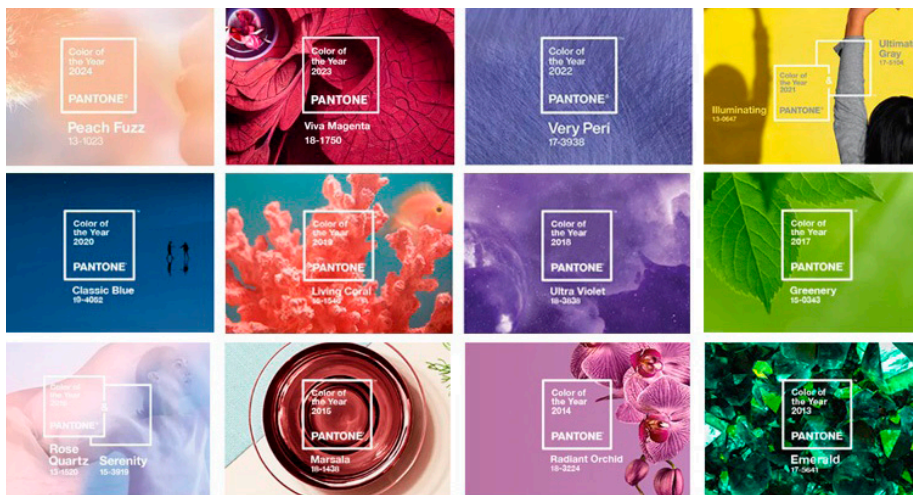
Предположим, вы определились с общей концепцией и цветовой палитрой будущего интерьера. Куда бежать и где покупать? Вряд ли порадуя, но без выкрасов и пробных баночек с цветом вам не обойтись. Никогда не покупайте весь объем краски сразу. Пробу цвета необходимо произвести прямо в помещении: посмотрите на выкрас при дневном и вечернем освещении. Выбирая цвет по колеровочному вееру в магазине, начните с тех, что находятся ПЕРЕД и сразу ПОСЛЕ понравившегося вам оттенка в веере. Так вы сможете быстрее понять, в какую сторону двигаться дальше. Размер выкраса на стене должен быть не менее, чем квадрат 50 на 50 см.

Определяя стиль и цветовую палитру своего будущего интерьера, не всегда стоит руководствоваться понятием «модный». В случае с общественными пространствами, где важно поразить гостей, зацепить их интересными, удобными и запоминающимися решениями, допустимо использование более ярких тонов и смелых подходов. Если же вы создаете домашний интерьер, не гонитесь за модой, прислушивайтесь к себе и лучше пройдите этот путь за руку с профессиональным дизайнером.



Ольга Лебедева

Иллюстрации к статье  
взяты из открытых источников





Согласитесь, как часто мы, следуя моде, не отдаем себе отчет: а на самом деле мне это нужно, подходит, идет, наконец?

Журналист из Сарова **Ольга Славина** попыталась разобраться в привычной женской прическе — косе и ее хитросплетениях (в прямом и переносном смысле), ее перерождении в брейды — красивый способ выделиться из толпы и забыть о расческе.

Сначала она рассказала об этом читательницам газеты «Городской курьер», а теперь делится с нами.

# КОСА — ДЕВИЧЬЯ КРАСА

Что привезти из отпуска у моря? Ровный загар, заряд хорошего настроения и яркую прическу из множества косичек.

Брейды и афрокосички — очень популярная летняя прическа. На югах ее плетут на каждом углу, носят долго, купаться не мешает. Но, вернувшись домой, люди, расплетая двух-, а то и трехнедельные косы, хватаются за сердце — полголовы вылезло!

Так ли вредны брейды и что нужно знать перед их заплетением, мы обсудили с дипломированным брейд-мастером **Ириной Безруковой**.

## ЗНАЙ И РАЗЛИЧАЙ

Вначале немного терминологии. Разберемся, что такое брейды, афрокосы, DE-комплекты и в чем их разница.

Брейдинг — это метод художественного плетения кос, плотно прилегающих к голове. А брейды — это сами косы. Их может быть заплетено разное количество, из них на голове можно создавать всевозможные узоры. Плюс кроме собственных волос в брейды часто вплетают искусственные пряди из канекалона. Тут огромное поле для творчества! Брейды также называют французскими косами, или корнроу.

Боксерскими косами называют прическу из двух брейдов, переходящих в две свободные косы за спиной. Считается, что моду на такую





прическу задали спортсменки-боксеры. Обычно они плетутся с тонким основанием у лица и постепенным подплетением дополнительного материала. В последние пару лет на висках или над центром лба приплетают еще пару очень тонких декоративных косичек.

Афрокосички, а также тайские или американские косички — это разновидности точечного плетения. Голова делится на множество квадратов (базы), и каждая заплетается в отдельную косичку. Афро можно заплести только из своих волос или, наоборот, с большим добавлением канекалона.

DE-косы — это тоже разновидность точечного вплетения. Но в этом случае уже готовые двухконечные косы вплетают в базу специальной косичкой у основания, а затем закрепляют нитками. Такой способ плетения раза в два быстрее классического афро, а заготовки кос могут быть вплетены повторно несколько раз.

Также огромной популярностью пользуются каркасные прически. Это когда собственные волосы прячутся в каркас из тонких брейдов, а сверху крепится искусственный материал в виде уже готовых кос или афрокудрей.

Чисто визуально афрокосы бывают разных форм. И странные словечки типа «твисты», «сенегалки» и «зизи» — это как раз о виде плетения.

Зизи — это уже готовая, заплетенная машинным способом классическая косичка шириной 3 мм. Они бывают прямыми, волнистыми и даже гофрированными.

Сенегалы, или просто твисты — тонкие косы из двух прядей, скрученных в виде жгутика. А мамбо твист — то же самое, но гораздо большего объема.

### МИФЫ О КОСАХ

— *Ирина, ответь сначала на самый важный вопрос: афропрически вредны для волос?*

— Конечно же, нет! Однако следует обращаться только к грамотным брейдерам, которые не перетянут и не навесят лишнего материала, а после соблюдать все рекомендации по уходу и не перенашивать прическу.

После расплетения вы счесете с головы большой комок, и покажется, что волосы полезли. Но паниковать не нужно, это нормально. Просто в среднем у человека выпадает до 150 волосинок ежедневно. Это нормальный процесс обновления волос, и для большинства людей он абсолютно незаметен.





В причёске волосы точно так же обновляются, выпадают и растут новые. А выпавшие волоски остаются в косичках. При расплетении причёски все волоски вычесываются одновременно, и даже за неделю с боксерками наберется заметный шарик, а представляете, какой там будет «склад», если вы носили афро 1,5–2 месяца?

Здесь нужно пояснить, что у афро есть ряд противопоказаний. И ответственный мастер откажется заплетать такого клиента.

— **Так, и кому нельзя заплетаться?**

— Категорически запрещаются любые плетения волос для людей с заболеваниями кожи головы. Например, при алопеции, псориазе, себорее и т. д. Также не рекомендуется любое плетение для людей с сильно выпадающими волосами. Обычно такое бывает при гормональных сбоях, недостатке витаминов и иногда после ковида. Не советую заплетаться людям, страдающим мигренью. Сильное натяжение волос и кожи головы может провоцировать приступы головной боли.

И если вы еще не знаете о диагнозе, но видите на коже головы какие-то воспаления или мокрые ранки, то идти нужно не к брейдеру, а к трихологу.

Ну и последнее. Очень важно не перенашивать причёску! Волосы отрастают, и вес канекалона начинает расшатывать корни, возрастает риск потери волоса.

— **Слышала, что такие косы плохо пахнут и вызывают зуд. Насколько это правда?**

— Это миф. Если ухаживать за головой, соблюдая рекомендации мастера, то никакого запаха от причёски не будет. Мыть голову с брейдами можно и даже нужно, но реже чем обычно — примерно раз в неделю. Мыть нужно не косы (волос в косичке защищен и пачкается меньше), а кожу головы. Для этого вспеньте в ладонях немного шампуня и аккуратно распределите вдоль корней заплетенных волос, а затем смойте теплой водой. И не используйте много шампуня, иначе излишки могут не смыться и забивать поры головы. Любимые маски и кондиционеры для волос тоже нужно отложить, пока вы носите причёску.

А вот зуд после заплетения действительно может появиться. Особенно если кожа головы чувствительная, а вы редко собираете волосы в какие-либо причёски.

Сам по себе зуд не вреден. Это нормальный процесс адаптации к изменению положения



волоса. Вредно, если вы начинаете расчесывать кожу. При этом вы рискуете вырвать некоторые волосы с корнем, занести инфекцию, из-за чего потом появляются красные неприятные прыщики.

Чувствительность головы тренируется. Первый раз брейды могут переноситься с зудом, а уже в третий раз вы вообще не почувствуете никакого дискомфорта. Но если вы никогда не заплетались, начинать лучше с чего-то несложного и ненадолго — боксерки, афрохвост.

**ВАЖНЫЕ ДЕТАЛИ**

— **Яркие брейды очень популярны у детей. А им это не вредно?**

— Да, с детьми нужно работать с большой осторожностью, поскольку такие причёски нагружают корень волоса. Не рекомендуется заплетать «пушковый» волос. Ну, такой мягонький, младенческий. Однако у некоторых детей он сохраняется лет до пяти, и тут мастер должен сориентировать родителей, чтобы они приняли взвешенное решение.



Малышам плетут прически на 1–2 дня, буквально только на утренник сходить. Когда корень волоса окреп, можно заплетать декоративные прически типа боксерки или брейды в хвост. Кстати, еще классная идея — заплетать не всю голову, а только пробор или несколько косичек на висок с добавлением ярких прядей и всяких бусин-шнурочков. Такая прическа быстро плетется (что важно для непоседы) и максимально комфортно носится.

Школьникам можно делать не тяжелые афро-косички, но и носить их не больше трех-четырех недель. На югах афро — весьма популярная услуга. Хотя обычно косы там довольно тяжелые, качество материалов не очень, и сплетены они на скорую руку на потоке. Такие не только детским, но и взрослым волосам могут навредить. Квалифицированный мастер должен учитывать особенности волос, знать безопасный вес и соблюдать пропорциональное соотношение своих волос и канекалона. Тогда от прически останутся одни положительные эмоции.

— *Как долго можно ходить с брейдами и другими афроприческами?*

— Зависит от прически. У боксерок рекомендованный срок носки — 2–3 дня, у брейдов с узорами — 3–5 дней, а афрокосы носят по полтора-два месяца. Однако в целом это все безопасные прически, которые сложно переносить. Они теряют внешний вид быстрее, чем начинают вредить вашим волосам.

— *В чем вред?*

— Когда волосы начинают отрастать, брейд, особенно если он с канекалоном, начинает расшатываться и тянуть корень волоса. И тут есть риск потерять какие-то волосочки. Хороший мастер всегда предупреждает клиентов о сроке носки прически, но пара лишних дней вреда не принесет.

Если хочется поносить прическу подольше (едете в отпуск, на фестиваль, в поход), то выбирайте более частое заплетение. Две косички разбалтываются быстрее, чем, например, шесть брейдов по голове.

— *Обязательно ли расплетаться у мастера?*

— Опять же зависит от вида плетения. У мастера нужно расплести долговременные прически (афрокудри, афрокосы). Потому что в них используются многоразовые комплекты, и просто удобнее, чтобы тебя кто-то аккуратно расплел, не повреждая заготовки. А брейды, даже с канекалоном, вы легко снимите сами. Только важно прочесывать каждую косичку по мере расплетения, а не драть сразу всю голову.

Летом так хочется яркости и новых эмоций! И брейды — это отличный способ быстро преобразиться и утонуть в комплиментах. А при соблюдении всех рекомендаций мастера ничего страшного вашим волосам не грозит.

*Ольга Славина  
Фотографии из личного архива  
Ирины Безруковой*

**ОТ РЕДАКЦИИ.** Думаем, что этот материал поможет мамам, бабушкам, старшим сестрам объяснить своим младшим членам семьи, желающим заплести брейды или афрокосы мальчикам и девочкам, все нюансы этой яркой прически.



Сооснователь «Мастерской этикета и коммуникаций», эксперт делового и международного этикета Яна Филимонова совсем недавно на нашем интернет-портале «Женщины России» начала разговор о традиции празднований на Руси. Сегодня Яна знакомит читателей журнала с азами приобретения и вручения подарков близким людям.

# ЭТИКЕТ И ПОЗДРАВЛЕНИЙ ПОДАРКОВ

## ПО КАКОМУ СЛУЧАЮ ДАРЯТ ПОДАРКИ?

На сегодняшний день существует огромное количество праздников, которые просто не могут обойтись без подарков. И даже имеется негласно принятый перечень таких праздников. Подсказать, какие?

♦ День рождения — в этом случае подарок подбирается, исходя из хобби и увлечений именинника.

♦ Новый год и другие общепризнанные праздники. В этот праздник принято дарить символические подарки, но тут все зависит от принятых в семье традиций.

♦ Личные значимые события: юбилей, свадьба, рождение ребенка, окончание школы, защита научной работы и т. п. — это по-настоящему значимое событие, поэтому и сам презент имеет большую ценность. Практически всегда мы задаемся вопросом: что подарить близкому человеку? Вот несколько советов.

Подарок не должен быть дорогим. Выбирая его, важно проявить персональный подход. Ценность подарка зависит и от того, сколько сил вы потратили на то, чтобы найти его и оформить. Так, через подарок мы можем показать, насколько нам дорог этот человек, насколько мы его ценим и сколько личных усилий готовы вложить в подготовку сюрприза для него. Речь идет именно о внимании к человеку, его интересам, о чем он, быть может, мечтал или намекал прямо или вскользь, а не о том, чтобы поразить его суммой потраченного. Впрочем, данный подход, через преодоление, вполне подойдет мужчинам. А вот подарок от женщины — это скорее про умение



слушать, найти подход, вложить личное внимание и эмоции. Излишне дорогой подарок мужчины могут воспринять как конкуренцию.

Основная рекомендация в части подарков: учитывать вкусы того, кому вы дарите, а не свое представление о том, что ему бы было полезно. Стоит проявить такт и избегать намеков. Например, не дарить абонемент в спортивный зал полностью неспортивному человеку или полезный, с вашей точки зрения, курс, который одаряемый не хотел пройти.



Идеи для подарка близкому человеку могут быть связаны с:

♦ хобби и увлечениями, причем не обязательно что-то дорогое. Это может быть фонарик, или шлем, или хороший набор красок; приспособления для хобби (сумка для спортзала, несессер для косметики или чехол для чемодана и т. п.), атрибутика с символикой любимой спортивной команды, что-то необычное для кухни и т. д.;

♦ аксессуары типа портмоне, записки, ежедневника, галстука, платка, шали. Залог успеха: наблюдение, уместность, хороший вкус;

♦ совместное времяпровождение — экскурсии в необычное место, поездка на теплоходе, концерт любимой группы (только того человека, кому вы это дарите, а не вашей), катание на лошадях;

♦ обучение — что-то из того, что человек давно мечтал попробовать, но не выделял себе времени. Или что-то, чем он увлекался в детстве, однако забросил в суете рабочих будней. К примеру, урок вокала, игры на гитаре, фламенко или акварель — в современном мире выбор велик;

♦ что-то, сделанное руками и с душой. Особый торт, картина, записанная в студии песня или декор будут теплее, чем захваченный по дороге стандартный и, к сожалению, формальный подарок.

### ЧТО ЕЩЕ ВАЖНО ЗНАТЬ О ПОДАРКАХ?

Не принято передаривать подарки. Эта традиция сохранилась и в наше время. Не следует дарить животных, заранее не обсудив с именинником этот шаг.

Вручать же подарки принято следующим образом: букет передается при входе в квартиру, а подарок — при всех гостях. Признаком хороших манер будет заранее подумать о емкости для цветов. Если планируется много гостей, то у хозяйки торжества могут быть сложности с достаточным количеством ваз, а значит, можно приобрести букет сразу с емкостью или подарить цветочную композицию в горшке или корзине.

Когда вы принимаете подарок, следует сразу поблагодарить и сразу его раскрыть. Ну и, конечно, неприлично сравнивать подарки разных людей между собой.

Цветы и съедобные подарки принято сразу ставить на стол, если только речь не идет о чем-то редком и коллекционном, что вы бы хотели сохранить на будущее (например, коллекционное вино).

Если подарок вам прислал человек, который не присутствует на мероприятии, обязательно поблагодарите его сообщением или личным звонком.

Способы подготовки подарков для вручения тоже бывают разные.

Традиционный способ — упаковка в подарочную коробку. Упаковкой демонстрируется отношение. По этикету подарок обязательно должен быть упакован — это значит не просто положить подарок в пакет, а упаковать в подарочную бумагу. На подарок лучше прикрепить открытку с пожеланиями адресату.



Существуют и более оригинальные варианты дарения. Так, например, можно устроить веселый квест с загадками и подсказками, где лежит презент. Или же составить настоящую карту. Небанальный и веселый метод вручения также — упаковка крошечного презента в огромное количество слоев подарочной бумаги. И таких способов можно придумать очень и очень много: закопать, спрятать, разобрать на детали, отправить по почте до востребования и т. д.

Способ вручения подарка может стать традицией вашей семьи, которые ребенок будет с теплотой проносить сквозь годы.

Подарки с корпоративной символикой, кроме как если вы собственник этой компании, в личных подарках не используются, так как одариваемый вами человек будет понимать, что это не вы его подготовили.

Если перейти к подаркам в деловом этикете, то следует различать понятия «подарок» и «сувенир». Цель сувенира — оставить в памяти какое-то событие, напомнить о прошедшей встрече или мероприятии; и это обычно что-то менее значимое, чем подарок. Главное правило для деловых подарков — они должны быть тактичными по стоимости и персонифицированными. Лучше заранее поинтересоваться политикой корпоративных подарков в одариваемой компании, если планируется преподнести что-то значимое. При этом следует учесть, что лицам, являющимся государственными служащими в России, нельзя дарить подарки в связи с их должностным положением или в связи с исполнением ими служебных обязанностей стоимостью выше 3000 рублей.

При преподнесении подарков партнерам из других стран необходимо заранее изучить традиции и обычаи этой страны в сфере подарков, чтобы не создавать неловких ситуаций.

Если же ваши иностранные партнеры интересуются тем, что принято, а что не принято дарить в бизнес-среде в России, то можно поделиться с ними следующей информацией.

Если иностранец планирует преподнести своему российскому партнеру памятный сувенир или подарок, то лучше всего выбрать подарок, который отражает культуру и традиции его страны, фотоальбом, книгу. Важные качества хорошего делового подарка российскому партнеру — корректность по стоимости и персонификация. В России существуют строгие ограничения в части дарения подарков иностранцами гражданам государственными служащим, которые нужно учитывать (об этом я писала чуть выше).



Во взаимоотношениях «бизнес — бизнес» нет таких строгих ограничений в части подарков, но всегда лучше уточнить о принятой в конкретной корпорации политике на этот счет. Кроме того, в России не рекомендовано дарить колющие и режущие предметы, часы, носовые платки, полотенца, зеркала, обувь, пустую посуду. Ввиду сложившихся обычаев такой подарок не всегда будет уместен. В то же время подарки деловым партнерам не являются в России обязательными.

*Яна Филимонова*





Александр Сергеевич  
**ПУШКИН**

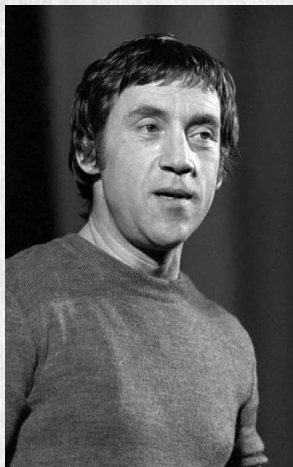
\*\*\*

Мы любим тех, кто нас не любит,  
Мы губим тех, кто в нас влюблен.  
Мы ненавидим, но целуем,  
Мы не стремимся, но живем.

Мы позволяем, не желая,  
Мы проклинаем, но берем.  
Мы говорим и забываем о том,  
Что любим вечно, — лжем.

Мы безразлично созерцаем,  
На искры глаз не отвечаем,  
Мы грубо чувствами играем  
И не жалеем ни о чем.

Мечтаем быть с любимым рядом,  
Но забываем лишь о том,  
Что любим тех, кто нас не любит,  
Что губим тех, кто в нас влюблен...



Владимир Семёнович  
**ВЫСОЦКИЙ**

### Лирическая

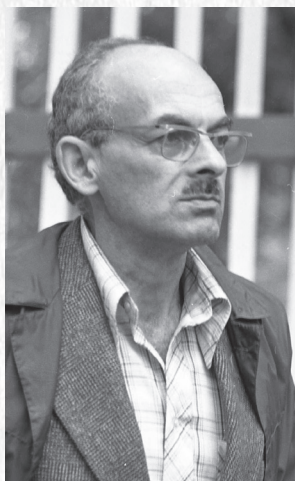
Здесь лапы у елей дрожат на весу,  
Здесь птицы щебечут тревожно.  
Живешь в заколдованном диком лесу,  
Откуда уйти невозможно.  
Пусть черемухи сохнут бельем на ветру,  
Пусть дождем опадают сирени —  
Все равно я отсюда тебя заберу  
Во дворец, где играют свирели.

Твой мир колдунами на тысячи лет  
Укрыт от меня и от света.  
И думаешь ты, что прекраснее нет,  
Чем лес заколдованный этот.  
Пусть на листьях не будет росы поутру,  
Пусть луна с небом пасмурным в ссоре, —  
Все равно я отсюда тебя заберу  
В светлый терем с балконом на море.

В какой день недели, в котором часу  
Ты выйдешь ко мне осторожно?



Когда я тебя на руках унесу  
Туда, где найти невозможно?  
Украду, если кража тебе по душе, —  
Зря ли я столько сил разбазарил?  
Соглашайся хотя бы на рай в шалаше,  
Если терем с дворцом кто-то занял!



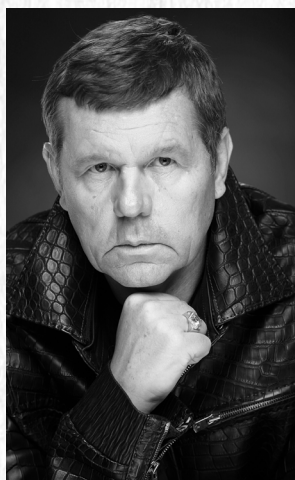
Булат Шалвович  
**ОКУДЖАВА**

### Дежурный по апрелю

Ах, какие удивительные ночи,  
Только мама моя в грусти и тревоге.  
Что же ты гуляешь, мой сыночек, одинокий, одинокий.  
Что же ты гуляешь, мой сыночек, одинокий, одинокий.

Мой сыночек, вспоминаю все, что было.  
Стали грустными глаза твои, сыночек.  
Может быть, она тебя забыла, знать не хочет, знать не хочет?  
Может быть, она тебя забыла, знать не хочет, знать не хочет?

Из конца в конец апреля путь держу я,  
Стали звезды и крупнее, и добрее.  
Мама, мама, это я дежурю, я дежурный по апрелю.  
Мама, мама, это я дежурю, я дежурный по апрелю.



Александр Васильевич  
**НОВИКОВ**

### А я ее любил

Вот вошла она, и стихло все крикливое,  
И зажегся словно в темени маяк.  
Погрустневшая и чья-нибудь любимая,  
Как когда-то много лет назад — моя.

Было жарко. А в душе хрустел мороз еще —  
Коль друг другу мы не первые уже.  
И вlepила мне губами с нежным прозвищем  
Клювом ласточки занозу на душе.

— Расстанься с ней!.. — весь мир кричал, вопил.  
Но я ее любил.  
— Она грешна, ей места нет в раю!..  
Но я ее люблю.  
— Умерить пыл ее не хватит сил!..  
Но я ее любил.  
— А локоны совьют тебе петлю!..  
Но я ее люблю.



Улыбнулась, и закончилась история.  
Покружилась и ушла, как тень из дня.  
И остался с целым миром в прежней ссоре я,  
Что когда-то перекрикивал меня.

— Расстанься с ней!.. — весь мир кричал, вопил.  
Но я ее любил.  
— Она грешна, ей места нет в раю!..  
Но я ее люблю.  
— Умерить пыл ее не хватит сил!..  
Но я ее любил.  
— А локоны совьют тебе петлю!..  
Но я ее люблю.



Юрий Иосифович  
**ВИЗБОР**

### **Здравствуй, я вернулся**

Здравствуй, здравствуй, я вернулся,  
Я к разлуке прикоснулся,  
Я покинул край, в котором  
Лишь одни большие горы,  
Меж горами перевалы, —  
В том краю ты не бывала,  
Там звезда есть голубая,  
В ней угадывал тебя я.

Здравствуй, здравствуй, друг мой вечный,  
Вот и кофе, вот и свечи,  
Вот созвездье голубое,  
Вот и мы вдвоем с тобою,  
Наши дни идут к закату,  
Мы, как малые ребята,  
Взявшись за руки клянемся, —  
То ли плачем, то ль смеемся.

Здравствуй, здравствуй, милый случай,  
Здравствуй, храбрый мой попутчик,  
Разреши идти с тобою  
За звездой голубою,  
И на рынок за хлебами,  
И с корзинкой за грибами,  
И нести вдвоем в корзинке  
Наших жизней половинки.

Здравствуй, здравствуй, я вернулся ...



Сегодня мы познакомим читателя с фактами, которые нашли на безграничных просторах Интернета и которые удивили нас. Надеемся, что они будут интересны и вам.

## ТЮЛЬПАНОВАЯ ЛИХОРАДКА

Знаете ли вы, что родиной тюльпанов является вовсе не Голландия? Эти удивительные, но дикие цветы появились в среднеазиатских степях и пустынях в предгорьях Тянь-Шаня. Древние персы, а позднее турки приручили «дикарей», и вот уже в серале Сулеймана Великолепного появились чудесные ковры из красных и желтых цветов. Особенно ценились удлиненные бутоны с сужающимися лепестками, похожие на клинок турецкой сабли. Австрийский посланник в Константинополе привез как-то несколько луковиц в Вену, а садовник императора Фердинанда I Шарль де л'Эклюз познакомил с удивительными

цветами все знаменитые сады Европы.

И понеслось! Венецианские купцы везли луковицы из турецких цветников, а коллекционеры собирали в своих садах до пятисот сортов! Тюльпаны стали символом богатства и знатности.

А известные своей коммерческой жилкой голландцы устроили у себя в 1630-х годах настоящую тюльпановую лихорадку. Безумное увлечение тюльпанами целого народа — тюльпаномания — привело к тому, что цены стремительно росли: одну луковицу уже давали в качестве приданого невесты, однажды покупатель отдал за луковицу целую пивную. Купцы, дворяне, моряки,



слуги — все потеряли голову. Тюльпаны стали продавать на бирже, на них заключались фьючерсные контракты. Потом, конечно, все рухнуло, тюльпановый пузырь лопнул. Кто-то нажился, кто-то оплакивал состояние над ящиками с обесценившимися луковицами. Но остались тысячи новых сортов и основная статья дохода многих современных голландцев.

## ЛЮБИМЫЕ ЦВЕТЫ НАШИХ МАМ

Знаете ли вы, что то милое желтенькое растение, которое все наше советское детство папы дарили мамам на 8 Марта, а детишки радостно изображали на открытках для своих мам и учительниц, вообще-то не мимоза? На самом деле это акация серебристая — ее раннее цветение объясняется тем, что родом она первоначально из Южного полушария, где с декабря по февраль — лето. Биологическая память времени цветения осталась, даже когда растение в середине XIX



века приехало на Кавказ, где и поныне цветет ранней весной.

Настоящая же мимоза произрастает в субтропиках Южной Америки, а самый известный вид — это «стыдливая мимоза». Свое необычное название растение получило, потому что его листья страшно чувствительны и складываются, прижимаясь к стеблю,

от малейшего прикосновения или другого раздражения. Конечно, и мимоза, и близкая нашему сердцу акация принадлежат к одному подсемейству мимозовых семейства бобовых. Но все-таки на всякий случай не путайте мимозу с акацией, а иначе зачем мы вам рассказываем все эти интересные факты.

## САМАЯ ДОРОГАЯ СПЕЦИЯ

А знаете ли вы, что пряность, придающую цвет и запах испанской паэлье, — шафран — делают из нежных цветков крокуса? Вернее, из тычинок этого цветка. Сборщицы вручную собирают нежные цветы, а потом отделяют тычинки от вполне бесполезных пестиков. В Месопотамии применяли шафран за 3000 лет до н. э. Гетеры Древней Греции, зная, что шафран — мощный афродизиак, рассыпали его в своих спальнях. Клеопатра, готовясь к романтическому свиданию, любила понежиться в ванне

с шафраном. А европейский травник Николас Калпепер в 1649 году предупреждал, что чрезмерное употребление шафрана может привести к смерти от неконтролируемого хохота, так как шафран — еще и природный антидепрессант. Шафран — самая дорогая специя. Раньше многие европейские страны, особенно Испанию, украшали поля фиолетовых крокусов; сейчас крокусы разводят в основном в Иране. Интересный факт: на производство 1 кг шафрана идет 170 тыс. цветков. Вот почему в Иране каждый год расцветает несколько десятков млрд крокусов. За этот килограмм в США готовы платить \$700, но так как в рецептах шафран используется щепотками, то даже его грамма хватит на множество паэлий.



тает несколько десятков млрд крокусов. За этот килограмм в США готовы платить \$700, но так как в рецептах шафран используется щепотками, то даже его грамма хватит на множество паэлий.

## КЕЛЬНСКАЯ ВОДА

А знаете ли вы, что одеколон происходит от французского «о де колон», что означает «кельнская вода»? Дело в том, что одеколон был изобретен в начале XVIII века итальянцем Джованни Фарина, который поселился в Кельне, открыл там парфюмерный магазин и начал торговать душистой водой.

Свое изобретение он решил назвать в честь новой родины, Кельна.

И, хотя Eau de cologne — защищенная торговая марка духов Фарины, духи продолжают производить, а их точный рецепт — хранить в тайне, с «кельнской водой» случилось то же самое, что позднее произошло с ксероксом. Никто уже



особо не задумывается о том, что одеколон — это торговая марка. Так называют (или по крайней мере до недавнего времени у нас так называли) все духи с легким запахом.

## УДАЧНАЯ СДЕЛКА



А знаете ли вы, что старейшая из когда-либо живших на Земле людей, чья дата рождения и смерти подтверждена документально, француженка Жанна Луиза Кальман родилась в 1875 году и прожила 122 года и 164 дня? Наверное, секрет ее долголетия заключался в движении: в 85 лет

она начала заниматься фехтованием, а в 100 лет еще каталась на велосипеде.

Жанна пережила всех своих наследников, и, когда ей было уже 90, она заключила договор о продаже квартиры с 47-летним адвокатом Раффре, который должен был выплачивать

ежемесячную ренту до смерти Кальман, причем стоимость квартиры оценивалась в 10 лет платежей.

Увы! Адвокату не повезло. Кальман пережила его, прожив после заключения сделки больше 30 лет. А вдова Раффре продолжала совершать платежи.



## ЧТО ОБЩЕГО У ЦЫПЛЕНКА ТАБАКА И ТАБАЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ?

Знаете ли вы, что цыпленок табака не имеет ровным счетом никакого отношения к табаку? Действительно, то, что табак среди ингредиентов цыпленка табака отсутствует, сможет подтвердить любая хозяйка, умеющая готовить это блюдо. А все потому, что название взялось вовсе не от табака. На самом деле это горячее

должно называться «цыпленок тапака». А происходит это название от массивной грузинской сковороды с тяжелой крышкой — тапы. Именно под гнетом этой самой сковороды и должен готовиться настоящий цыпленок тапака.

Собственно, это не единственное грузинское блюдо, которому как-то очень не повезло с переводом на русский язык.



Возьмем, к примеру, чахохбили из курицы — достаточно частое блюдо в наших грузинских ресторанах. Но ведь такое название — просто абсурд! «Чахох» по-грузински означает «фазан», то есть это блюдо должно готовиться из фазана, а вовсе не из курицы. А если уж что-то подобное сварганено из курицы, то называть его надо явно не «чахохбили».

## ТАКИЕ МНОГОГРАННЫЕ ЦИРЮЛЬНИКИ

Знаете ли вы, что цирюльники, которых все теперь отождествляют с парикмахерами, когда-то составляли особый цех и помимо, собственно, стрижки и бритья (и, кстати, педикюра) имели право заниматься малой хирургией (то есть вправлять вывихи, накладывать перевязки при переломах и ранах и т. п.)? Еще более важным занятием цирюльников было проведе-

ние кровопусканий, которые, как считалось в те времена, излечивали от абсолютного большинства недугов. Кстати, именно будучи специалистами по лечению людей, цирюльники в какой-то момент в Средние века получили статус хирурга-цирюльника — врача, занимавшегося лечением раненых солдат. Интересно, что в течение многих столетий не существовало другого пути для изучения хирургии, как только



через цирюльни. Ну а совмещали все эти вещи тогда с лечением зубов и другими процедурами по уходу за телом. Выделение более узких специалистов из числа цирюльников произошло лишь в XIX веке.

## САМЫЙ ДЛИННЫЙ ТРАУР В ИСТОРИИ

Знаете ли вы, что английская королева Виктория (правила с 1837 по 1901 год) так любила своего мужа Альберта, скончавшегося в 1861 году, что последующие почти 40 лет провела в глубочайшем трауре? Она никогда не снимала черного платья, а в комнате принца Альберта в Виндзорском зам-

ке был установлен буквально культ его личности.

После его смерти комната была сфотографирована, чтобы в дальнейшем сохранить все так, как было при принце. Например, стакан, из которого он пил, принимая последние в своей жизни таблетки, так и простоял у изголовья его кровати 40 лет. Каждый вечер по



специальному указанию королевы Виктории горничная приносила горячую воду в ванную принца и раскладывала на кровати его вечерний костюм. А посетители Виндзора должны были записываться в гостевую книгу принца, так же как и в гостевую книгу королевы, «как прежде». Вот так бывает.

В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ:

---

ПРОДОЛЖАЕМ ГОВОРИТЬ О БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ  
**«ЖЕНСКАЯ ПОВЕСТКА: ПРОБЛЕМЫ, РЕШЕНИЯ, ПЕРСПЕКТИВЫ»**

ЗНАКОМИМСЯ С НОВЫМИ ИДЕЯМИ НАШИХ РЕГИОНАЛЬНЫХ ПАРТНЕРОВ  
**«ЖЕНСКИЙ АСПЕКТ НАЦИОНАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ»**

РАССКАЗЫВАЕМ О «СОЧИНСКОЙ ВЕСНЕ»  
**«СОЮЗ ЖЕНЩИН В ДЕЙСТВИИ»**

ЧИТАЕМ ВМЕСТЕ С ДЕТЬМИ ИНТЕРЕСНЫЕ РАССКАЗЫ  
**«НЕВЫДУМАННЫЕ ИСТОРИИ»**

**НОВЫЙ КЛИП-МАРАФОН «МОЛОДЕЖЬ ГОВОРИТ ПО-РУССКИ!»**  
**«ВНИМАНИЕ, КОНКУРС!»**



[www.wuor.ru](http://www.wuor.ru)

---