



ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ОБЩЕСТВЕННО-ГОСУДАРСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ

# СОЮЗ ЖЕНЩИН РОССИИ



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

Москва 2023

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, Елена Башун, Магомед Евлоев, Анна Еланская, Наталия Жучкова,  
Анна Замотина, Виктория Иевлева, Любовь Ильченко, Любовь Корсакова, Елена  
Ломакина, Марина Лядова, Анастасия Мокова, Полина Николаева, Татьяна Поливанова,  
Ксения Татарник, Екатерина Лахова, Надежда Ремнева, Ольга Рубцова, Екатерина  
Щеголева, Ольга Яреньгина.

Главный редактор: Аленина Надежда Владимировна  
Оформление и верстка: Топанина Алина Юрьевна

Фотографии из личных архивов авторов и героев статей.

Журнал Союза женщин России №12 (март 2023), — М.: «Платинум Колор Принт», 2023. —  
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.  
Суцевский Вал, 64, тел.: +7 (495) 631-31-54  
Март 2023 г.  
Тираж 1500 экз.  
Заказ № 126  
РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ БЕСПЛАТНО





### **Дорогие подруги!**

Перед вами новый номер журнала — первый в наступившем 2023 году.

На страницах этого номера мы, конечно же, поговорим о нашей работе по реализации Национальной стратегии действий в интересах женщин на 2023–2030 годы; подведем некоторые итоги стратегических сессий, которые мы провели в каждом федеральном округе; познакомимся с судьбами интересных женщин из нашего сообщества; откроем Год наставника и педагога...

21 февраля 2023 года Президент РФ Владимир Путин обратился с Посланием к Федеральному собранию. Тезисы Послания президента широко обсуждают в различных аудиториях страны: каждый россиянин нашел в словах Путина что-то важное лично для себя.

И, конечно же, нам очень важно, что девиз Союза женщин России «Наша сила — в единстве! Наше богатство — в разнообразии!» созвучен основному тезису выступления президента: «Россия — одна страна, один большой и сплоченный народ, за нами — сила!»

Послание Президента еще раз доказало всем, что, несмотря на определенные трудности текущего периода, Россия остается социальным государством, в первую очередь решая вопросы по улучшению качества жизни наших граждан: всесторонняя поддержка семей участников СВО, новые подходы к решению проблем образования и культуры, укрепление и приумножение семейных ценностей и, конечно же, расширение мер социальной поддержки материнства и детства.

Для Союза женщин России выступление Президента — мотиватор для усиления своей деятельности, сплочения своих рядов и вовлечение в работу новых подруг.

Но за всеми заботами и делами мы, конечно, не будем забывать о том, что наступила весна со всеми ее радостными праздниками, нежными первоцветами, новыми надеждами и ожиданиями.

С весной вас, дорогие подруги! Будьте счастливы!

*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



**Баскова**  
**Наталья Александровна**  
председатель  
Челябинского  
регионального отделения  
СЖР



**Никифорова**  
**Наталья Алексеевна**  
председатель  
Псковского 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:**
- 4 ЖЕНСКАЯ СОЛИДАРНОСТЬ**
- ЖЕНСКАЯ ПОВЕСТКА:  
ПРОБЛЕМЫ, РЕШЕНИЯ, ПЕРСПЕКТИВЫ**
- 8 СТРАТЕГИЯ ДЕЙСТВИЯ ЖЕНЩИН**
- СОЮЗ ЖЕНЩИН В ДЕЙСТВИИ**
- 13 НЕ ПРОСТО УЧЕБА,  
А ПЛАН МИРНОЙ ЖИЗНИ**
- 17 ВОЗВРАЩАЕШЬСЯ ОТТУДА ДРУГОЙ...**
- ЖЕНСКИЙ АСПЕКТ  
НАЦИОНАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ**
- 21 СТРАТЕГИЧЕСКИЕ СЕССИИ —  
РАЗГОВОР О ГЛАВНОМ**
- ГОД ПЕДАГОГА И НАСТАВНИКА**
- 25 ЖЕНЩИНЫ И ЭКОЛОГИЯ**
- 28 КРУТЫЕ ВИРАЖИ НАТАЛЬИ ПОКАЦКОЙ**
- ЖЕНСКАЯ ПОВЕСТКА:  
ПРОБЛЕМЫ, РЕШЕНИЯ, ПЕРСПЕКТИВЫ**
- 32 ВОСПИТАТЬ ДОЧЬ МАМОЙ**
- 36 ПРОДУКЦИЯ СО ЗНАКОМ «ХАЛЯЛЬ»**
- 38 О ЧЕМ МОЛЧАТ ЖЕНЩИНЫ**
- 41 ЖИЗНЬ СПОРТСМЕНА ДО И ПОСЛЕ СЛАВЫ**
- 45 КАК ПЕРЕСТАТЬ ТЕРЯТЬ ДЕНЬГИ?**
- 48 «УЧИТЕЛЬ! ПЕРЕД ИМЕНЕМ ТВОИМ...»**
- ЛИЦА НАШЕГО СООБЩЕСТВА**
- 51 ЗА КРАСИВОЙ УЛЫБКОЙ — К ИРИНЕ**
- ЖЕНЫ ВЕЛИКИХ...**
- 54 ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА ДЛЯ ГЕНИЯ**
- КОР-ПУНКТ СЖР**
- 57 В РОССИИ РАСТЕТ ЧИСЛО  
СОЦИАЛЬНЫХ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ**
- 58 СМОТРИТЕ. ИСПОЛЬЗУЙТЕ.  
ВКЛЮЧАЙТЕСЬ**
- 59 КАТАЛОГ ПРОГРАММ  
«ЖЕНСКИЙ ВОПРОС»**  
ДЕКАБРЬ 2022 Г. – ФЕВРАЛЬ 2023 Г.
- 61 КАТАЛОГ ПРОГРАММ  
«СДЕЛАНЫ В РОССИИ»**  
ДЕКАБРЬ 2022 Г. – ФЕВРАЛЬ 2023 Г.
- 62 ВИВАТ, ПОБЕДИТЕЛИ!**  
ПОБЕДИТЕЛИ И ЛАУРЕАТЫ  
ВСЕРОССИЙСКОГО  
КОНКУРСА ЖУРНАЛИСТОВ  
«ИМЯ ЕЙ – ЖЕНЩИНА!» – 2022
- СОЮЗ СЕРДЕЦ — СОЮЗ ТРАДИЦИЙ**
- 64 ВАССА ЖЕЛЕЗНОВА И Ко**
- НА ВСЕ РУКИ**
- 68 СТИХИ**  
НАДЕЖДА СТЕПАНОВНА РЕМНЕВА
- И ЭТО ВСЕ О НАС...**
- 71 С ЛЮБОВЬЮ К ЖЕНЩИНЕ**
- 74 ВНИМАНИЕ, КОНКУРС!**  
ТВОРЧЕСКИЙ КОНКУРС  
«УГОЛОК РОССИИ»
- МЕЖДУ НАМИ, ДЕВОЧКАМИ...**
- 76 ПУСТЬ ВЕЩИ ПРИНОСЯТ РАДОСТЬ!**
-



В 2023 году исполняется 110 лет празднования в России Международного женского дня. Идея празднования женского дня принадлежала Кларе Цеткин, которую она высказала на второй Международной конференции женщин-социалисток в 1910 году в Копенгагене. В своем выступлении она предложила установить День международного протеста пролетариата против политического бесправия работниц как способ агитации за идею равноправия женщин во всех областях социальной и государственной жизни и проводить его ежегодно в один и тот же день в разных странах.

День солидарности и борьбы женщин в разных странах имел произвольную дату до тех пор, пока в 1975 году ООН не утвердила точную дату – 8 марта.

Почему именно 8 марта? Возможно, потому, что 8 марта 1857 года в Нью-Йорке текстильщицы прошли маршем по Манхэттену, желая уравновесить свои права с правами мужчин. Или потому, что как раз 8 марта (по старому стилю 23 февраля) 1917 года российские женщины направились на улицы Петрограда бастовать, требуя право женского голоса. Это дало старт такому важному историческому событию как Февральская революция, уничтожившая монархию...

Обратимся к историческим фактам.

# ЖЕНСКАЯ СОЛИДАРНОСТЬ



Клара Цеткин



Александра Коллонтай



Вторая Международная конференция женщин-социалисток в Копенгагене, 1910 г.

Как известно, инициативу Клары Цеткин на конференции в Дании поддержало более 100 женщин из 17 стран. Здесь же, на конференции, было решено ежегодно отмечать этот день как День международной мобилизации женщин с политическими партиями и профессиональными союзами, объявить его как специальный женский день, цель которого прежде всего — агитация в пользу женского избирательного права. Женский день должен был носить интернациональный характер и тщательно подготавливаться. На конференции в Копенгагене делегатом от России была Александра Михайловна Коллонтай. Позднее Коллонтай писала: «Женщины, их судьба занимали меня всю жизнь, и их участь толкнула меня к социализму».

Традиция проведения праздника стала укрепляться повсеместно после того, как уже в 1911 году в Германии, Австро-Венгрии, Дании, Нидерландах, США и Швейцарии состоялись митинги протеста или солидарности, и Международный женский день прошел под социалистическими лозунгами. Таким образом, изначально Международный женский день возник в качестве акта солидарности женщин, которые отстаивали свои права быть наравне с мужчинами, боролись против дискриминации, различных ограничений и социальной зависимости.

В России Международный женский день впервые удалось отметить только в 1913 году. Этому событию уделили большое внимание практически все партийные печатные органы, широко освещая подготовку и план проведения мероприятий.

Так, в газете «Правда» в конце января 1913 года был открыт специальный отдел — «Женский день и работница», где сообщалось о собраниях работниц, что отражало всю глубину идейно-политической работы, проводимой партией большевиков среди женщин. На страницах газеты был приведен перечень лекций в связи с празднованием Международного женского дня на темы: «Женский труд в капиталистическом производстве», «Современное положение работницы», «Законодательная охрана труда и закон о страховании работниц», «Женское рабочее движение на Западе и в России», «Классовый и международный характер женского рабочего движения» и другие.

Социал-демократическая фракция Государственной думы выступила в день 8 Марта в печати, опубликовав приветствие в адрес трудящихся женщин.

В зале Калашниковой биржи в Петербурге под девизом «Научное утро по женскому вопросу» 8 марта 1913 года прошло многолюдное собрание. Выступавшие на собрании призывали всех собравшихся встать на борьбу против фабрикантов, подвергавших женщин жестокой эксплуатации, на борьбу с царской властью против произвола и деспотизма. В тот день полиция и царская жандармерия разогнали собравшихся и арестовали организаторов митинга.

Однако уже в 1914 году Международный женский день был отмечен в Петербурге, Саратове, Иваново-Вознесенске и в Киеве. К этому дню усиленно готовились. Партийная работа среди женщин стала приобретать более планомерный характер. Международный день в Петербурге в 1914 году превратился в массовое выступление. Не только женщины-работницы, но и мужчины, прекратив работу, вышли на демонстрацию. Полиции с трудом удалось разогнать демонстрантов. В Москве этот день ознаменовался летучими митингами, которые разгоняла полиция. Все же на митинге ткачих удалось принять резолюцию протеста против запрещения празднования Международного дня работниц и послать приветствия Кларе Цеткин, российским и питерским женщинам.

Под организованным женским нажимом III Дума была вынуждена заняться решением некоторых проблем, с которыми сталкивались жен-







щины, а именно: вопросами о разводах, о раздельном жительстве супругов, о правах женщин на адвокатскую практику. В 1914 году был принят Закон «О некоторых изменениях и дополнениях действующих узаконений в личных и имущественных правах замужних женщин и об отношении супругов между собою и к детям».

Февраль 1917 года стал важной вехой в истории празднования Международного женского дня в России. 3 марта 1917 года Временное правительство опубликовало свою программу, в которой российские «равноправки» не нашли упоминания о предоставлении женщинам политических прав. Их реакцией стала бурная деятельность по привлечению внимания женщин и широкой общественности к этой проблеме. Российская лига равноправия женщин распространила воззвание к женщинам с призывом начать борьбу за политическое освобождение.

В 1917 году 8 марта (23 февраля по старому стилю) было ознаменовано революционным взрывом. На фабриках и заводах проводились митинги и собрания под лозунгами «Долой войну», «Долой самодержавное правительство», «Хлеба». Демонстрации сопровождалась забастовками. Женщины останавливали трамваи, шли с призывами прекратить работу. Женщины шли в казармы солдат, убеждали их объединиться с ними. Многие из солдат следовали за демонстрантами. В Международный женский день 8 Марта 1917 года, послуживший катализатором революционного взрыва, к выступлениям работниц, служащих, домохозяек, студенток, представительниц различных социальных слоев и профессиональных групп примкнули и другие петроградские женские организации. В этот день бастовало более 128 тыс. рабочих, а колонны демонстрантов с рабочих окраин направились к центру города и прорвались на Невский проспект, по которому к городской Думе прошла процессия с требованиями женского равноправия и хлеба.

Эти выступления и требования женщин Петрограда слились с общим выступлением трудящихся в других городах России. Таким образом, забастовка превратилась во всеобщую. Восстание охватило всю страну. Так началась Февральская революция, которая завершилась свержением самодержавия в России.

В первые дни Февральской революции, ознаменованные небывалой политической активностью женщин, возникла первая женская организация, работавшая под непосредственным руководством коммунистической партии.



Петроградские большевики воспользовались празднованием Международного женского дня для организации своих митингов, а 13 марта 1917 года на расширенном заседании Петроградского комитета РСДРП(б) было предложено организовать при Петроградском комитете Бюро работниц и возобновить выход в свет большевистского журнала «Работница», основанного в 1913 году и прекратившего свою деятельность в связи с начавшейся Первой мировой войной.

Предложение получило одобрение. Было решено направить в бюро представительниц партийных и районных организаций и всю работу среди женщин проводить под непосредственным руководством ЦК РСДРП(б). С создания этой организации началась история коммунистического женского движения.

Массовые акции и давление на Временное правительство привели к тому, что 20 июля 1917 года на очередном этапе трансформации политической системы страны Временное правительство объявило о решении предоставить российским женщинам все политические права, признав, в частности, что «право участвовать в выборах в Учредительное собрание принадлежит всем гражданам России обоих полов, достигшим 20 лет к моменту выборов». Россиянки наконец получили избирательные права.

Что же касается Клары Цеткин, которая хорошо знала В. Ленина, то она впервые посетила Советскую Россию в 1920 году и взяла у вождя интервью для журнала «Женский вопрос». Она резко осуждала фашизм и после поджога Рейхстага в 1932 году не могла оставаться в Германии. К. Цеткин приехала в Советский Союз, где и умерла в 1933 году.

*Елена Башун*



Клара Цеткин и Надежда Крупская



Дейкин Б. 8 марта – день восстания работниц против кухонного рабства, 1932 г.



Новое время ставит перед нами новые задачи. И чем труднее дается решение, тем значимее и радостнее результат. О том, как Союз женщин России будет действовать в ближайшее время, говорит его председатель **Екатерина Филипповна Лахова**.

# СТРАТЕГИЯ ДЕЙСТВИЯ ЖЕНЩИН



Обсуждаем Национальную стратегию действий в интересах женщин на 2023-30 годы



Наша многочисленная и дееспособная организация вступила в новый календарный год с новыми идеями, нестандартными социальными и гуманитарными инициативами, креативными предпринимательскими и образовательными проектами, соответствующими основным направлениям нашей деятельности, которые определены Указом Президента об общественно-государственном статусе Союза женщин России.

Президент неоднократно подчеркивал, что решить большие задачи в кратчайшие сроки можно только при активной поддержке гражданского общества. И Союз женщин России всегда одним из первых отвечал на вызовы времени.

На саммите спикеров парламентов стран «Двадцатки» Валентина Ивановна Матвиенко заявила, что справиться с глобальными проблемами современности можно только в результате тесного и доверительного сотрудничества, и это должны донести до всего мира женщины в ходе своей общественной и политической деятельности. Политическая активность — важный фактор прогресса.

Именно в трудные исторические моменты голос женщины начинает звучать громче. Именно женщины укрепляют веру в победу.

Так было на протяжении всей истории России. И в сентябре 1941 года, когда в суровое военное время был создан Антифашистский комитет советских женщин, и сегодня, когда Союз женщин России, по праву являясь его правопреемником, проявляет солидарность с нашими братьями и сестрами освобожденных территорий, поддерживая участников специальной военной операции.

Стоит отметить, что с первых дней ее проведения члены нашей организации по зову своего сердца мобилизованы на поддержку наших защитников.

За прошедшие месяцы в рамках акций «Поможем детям Донбасса», «Посылка солдату», «Защитникам с любовью», которые поддержали все женсоветы от Камчатки до Калининграда, на Донбасс отправлено более двух тыс. тонн гуманитарного груза и посылок для военнослужащих.

Хочу особо подчеркнуть: мобилизация общества — это то, что мы обязаны сделать для защиты права россиян жить на своей земле, жить по своим законам и говорить на родном языке. В новых условиях мы должны помочь обществу сохранить психологическую устойчивость.



Наши подруги работают добровольцами в военных госпиталях, в пунктах приема беженцев, оказывают психологическую, правовую и социальную поддержку семьям военнослужащих. Более того, наш союз стал одним из учредителей Комитета семей воинов Отечества, предоставил для сотрудников этой новой организации помещение для работы.

Региональные отделения союза выстраивают партнерские отношения с луганскими и донецкими женсоветами: работают адресно, по запросу предоставляя донбасским подругам все необходимое, принимая детей в лагерях отдыха, организуя лечение и т. д.

Но какими бы трудностями ни сопровождалась наша жизнь, женщинам всегда свойственно думать о завтрашнем дне. Вот и Союз женщин России определяет свои перспективы, исходя из задач общественного участия в реализации национальных проектов «Демография», «Здравоохранение», «Образование», «Культура», «Экология», «Поддержка малого и среднего бизнеса».

Свои планы мы связываем и с реализацией утвержденной Правительством РФ Национальной стратегией действий в интересах женщин на 2023–2030 годы. В рабочую группу по подготовке этой, в каком-то смысле, «женской конституции» входила и я, внося предложения лидеров нашего сообщества.

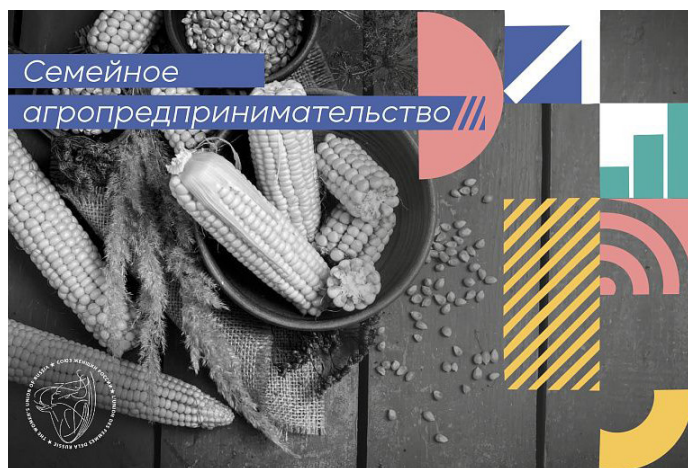
Сегодня мы должны проявить свою активную гражданскую позицию по продвижению новой стратегии на местах. Здесь огромное поле для реализации общественных инициатив, особенно в условиях санкционного давления Запада.

Первостепенное значение мы придаем поддержке женской предпринимательской инициативы и, главным образом, социального предпринимательства, в котором сейчас занято 85% женщин.

С этой целью в целом ряде регионов России при поддержке органов государственной власти и участии центров «Мой бизнес» нами проведены тематические школы гражданской активности и женские форумы: в Амурской, Курской, Ленинградской, Липецкой, Омской, Тюменской областях, Санкт-Петербурге, Карелии и других регионах. Участниками таких школ стало более тысячи начинающих предпринимателей и лидеров женского предпринимательства, для которых в новых экономических условиях открываются дополнительные возможности для развития социального бизнеса в сфере дошкольного образо-







институт наставничества. Этой работе мы придаем особое значение. Тем более что 2023 год Указом Президента объявлен Годом педагога и наставника. Целый ряд региональных отделений союза давно и успешно развивает наставничество в своих субъектах в сфере образования, а сейчас мы делаем акцент на продвижении наставничества в женском предпринимательстве.

Кроме того, хотелось бы отметить, что в своей практической деятельности женсоветы стали активнее использовать технологию социального проектирования. Только за последний год более ста проектов женсоветов получило президентские гранты и региональные субсидии.

Многие из них направлены на решение практических задач развития малых территорий: это формирование благоприятной социокультурной среды, обустройство общественных пространств, скверов, спортивных и детских площадок. В ответ на потребности местных жителей женсоветы участвуют в народном бюджетировании, в развитии акции «Хозяйки села», в организации благотворительных акций и в реализации программы «Семейное агропредпринимательство», которая была разработана Союзом женщин России и включена Минэкономразвития России в реестр рекомендуемых программ для субъектов малого и среднего предпринимательства. А начало реализации этой программы было положено в Карелии, Республике Марий Эл, Курской области. И уверены, что благодаря ей участникам удастся не просто разработать бизнес-идею и запустить свой агробизнес с нуля, но и создавать заинтересованное сообщество, обмениваться опытом, проводить общие праздники, фестивали и, наконец, менять облик села.

К сожалению, отсутствие системной информации не позволяет в полной мере использовать все меры поддержки женской предпринимательской инициативы и обеспечить полноценное участие НКО в комплексном развитии территорий.

Поэтому Союз женщин России, решая задачу организации информационно-просветительской деятельности для повышения социальной активности граждан, уверенно и планомерно развивает свои информационные ресурсы: продолжает работу интернет-портал «Женщины России», в рамках которого мы ежедневно печатаем самые интересные новости и статьи, ежемесячно выпускаем до 10 программ «Сделаны в России», «Женский вопрос» и подкасты «Союзницы», проводим различные тематические вебинары, онлайн-кон-



вания, обслуживания граждан на дому, народных промыслов, туризма.

Надо иметь в виду, что стартапом своего дела может стать социальный контракт. Это одна из конкретных мер по преодолению бедности и действенный механизм государственной поддержки малоимущих граждан.

Именно такой подход мы пытаемся отработать с Минэкономразвития России. В целях продвижения социального контракта Союз женщин России совместно с Минтруда России разработал дорожную карту, которая оказалась очень востребованной в регионах.

Конечно, в развитии женской предпринимательской инициативы особую роль будет играть

сультации экспертов в области юриспруденции и психологии.

Кроме того, все более востребованными становятся наш сайт и ежеквартально издаваемый журнал «Союз женщин России». Главный акцент в этой работе мы делаем на популяризации позитивного образа женщины, нашей современницы.

Мы расширяем работу с журналистским сообществом: подписали партнерский договор с Союзом журналистов России и определили основные направления информационных коммуникаций, впервые развернули дискуссионную площадку «Женщина в теме» на ежегодном международном форуме современной журналистики «Вся Россия — 2022» в Сочи. Кстати, в этой когда-то мужской профессии сегодня трудится более 80% женщин.

В текущем году уже во второй раз, становясь доброй традицией, проходит Всероссийский конкурс журналистских работ «Имя ей — Женщина»: жюри оценило 1123 работы из 75 регионов. О его результатах вы узнаете на страницах этого номера журнала.

Одна из самых тревожных тем на сегодня — запрет русской культуры. Но как ее можно отменить? Русская культура выживет в любых обстоятельствах. Без сомнения!

Однако больно сознавать, что целое поколение выросло на разрушительной западной идеологии, чуждой российской ментальности и духовным основам. Незнание истории, пробелы в воспитании детей и молодежи, наше неумение выстраивать равноправный диалог становятся причиной конфликтов между молодыми людьми, родителями и детьми, что особенно проявилось в новых обстоятельствах.

Кроме того, хочу обратить внимание и на такую тенденцию в молодежной среде, как сознательный отказ от рождения детей, развитие так называемого движения чайлдфри. Идет активное навязывание новой субкультуры, идеологии однополых браков, трансгендерства. Это все угрожает национальной безопасности России. Вот почему мы должны, опираясь на новые нормы нашей Конституции о семье и браке как союзе мужчины и женщины, осуществлять активные действия в поддержку традиционных семейных ценностей. Нас это должно серьезно настроить на развитие программ для девочек и девушек по формированию ценностей материнства, семьи и здорового образа жизни.

Безусловно, мы поддерживаем Указ Президента об основах государственной политики по







сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей, а также принятие закона, которым с 1 сентября 2023 года на всей территории России, включая новые регионы, установлены единые основные образовательные программы по гуманитарным дисциплинам (русскому языку, литературе, истории и другим).

Мы понимаем, что введение такой прямой нормы обеспечивает создание единого образовательного пространства и защиту нашей культуры, исторического прошлого и традиционных ценностей многонационального народа России.

Наш президент на встрече с победителями конкурса «Учитель года» особо подчеркнул, что прежде всего нужно передать ребятам нравственный, культурный код нашего народа, исключить любые попытки навязать молодым чуждые ценности, извращенное толкование истории.

Но это не только задача системы образования, но и всех институтов гражданского общества. Вот почему Союз женщин России придает особое значение культурно-образовательным программам и проектам. При активном участии женсоветов и при поддержке органов власти в регионах активно развиваются такие проекты, как «Символы малой родины», «Волна Памяти», «Женское лицо Победы», «Театр + школа: точки роста», «За красоту родного языка». Эти и другие программы и социокультурные практики женсоветов мы обсудили с заместителем министра культуры России Надеждой Александровной Преподобной. При этом отметили, что женсоветы, послы культуры Союза женщин России должны активнее продвигать на местах реализацию Межведомственного федерального проекта «Культура для школьников».



Да, впереди нас ждет много дел — впереди большая и серьезная работа. Уверена, что ее результатами мы сможем гордиться. Потому что все, за что ни берутся наши женщины, они делают от души, бескорыстно и честно. А что касается инициатив, то они все соответствуют реалиям времени и сегодня направлены на поддержку деятельности нашего государства по обеспечению безопасности страны. Словом, действуем в соответствии с девизом Союза женщин «Наша сила — в единстве!»

И еще: уверена, что только мы с вами можем создать мир, в котором сострадание и великодушные победы фашизм, злобу и ненависть. Мир, которым мы сможем по-настоящему гордиться и в котором будут счастливо жить наши дети и внуки.



Союз женщин России – партнер проекта Омского центра инноваций социальной сферы по обучению основам социального бизнеса жителей присоединившихся к России территорий. По итогам специального конкурса этот проект получил президентский грант в конце прошлого года. Наборы в луганскую и донецкую группы и дистанционное собеседование с будущими слушателями проводились в декабре в период жесточайших обстрелов. А уже в феврале в Ростове-на-Дону прошла первая очная сессия «Школы социального предпринимательства на Донбассе». За четыре дня организаторы образовательного десанта многое узнали о людях, которые восемь лет жили в условиях фронта и которые очень хотят научиться действовать эффективно, чтобы принести максимальную пользу своим землякам.

Ко времени ли этот проект? Как он был задуман? И удастся ли его реализовать сейчас, когда еще идут боевые действия? Эти и другие вопросы мы по горячим следам задали руководителю Омского ЦИСС, члену Общественной палаты РФ и Амбассадору Союза женщин России Ирине Сербинной.

## НЕ ПРОСТО УЧЕБА, А ПЛАН МИРНОЙ ЖИЗНИ

— В основе проекта — вера в нашу победу. И в то, что русский мир сумеет выстоять перед натиском врагов. ЦИСС более года сотрудничает с активистами Донбасса. На X юбилейный Форум ИННОСИБ в октябре 2021 года в Омск прибыла большая команда наших партнеров из Союза женщин России во главе с председателем организации Екатериной Филипповной Лаховой. В составе делегации помимо представительниц восьми регионов России были активистки из Луганска. Так мы познакомилась с членом Общественной палаты ЛНР Натальей Приймак, которую впечатлили представленные на форуме достижения омских НКО и социальных предпринимателей в решении актуальных общественных задач. В начале февраля 2022 года она вместе с советником Юлией Ниясовой вновь приехала к нам, чтобы подписать соглашение с Омским ЦИСС о сотрудничестве для создания аналогичной структуры в Луганске. Мы обсудили алгоритм совместной работы, рассказали о российском законодательстве по развитию социального бизнеса и мерах государственной поддержки в отношении третьего сектора. Наши луганские партнеры побывали на устойчивых социальных предприятиях, связанных с ранним развитием и дополнительным образованием детей и профориентацией взрослых, встретились с опытными руководителями, резидентами Омского кластера социальных инноваций.



*«Самая большая надежда России — это ее женщины. Они незаменимы в трудные минуты испытаний. Вместе с партнерами из Омска и Донбасса мы обсудили, почему в социальном бизнесе ведущая роль принадлежит женщинам. Впереди у нас сложная интеграционная работа по встраиванию в российскую государственную систему. Определили, в каких секторах потребуются наше участие. Нужно будет устанавливать эффективное взаимодействие с органами власти, законодателями и бизнесом, решать вопросы занятости и развития территорий, помогать людям в кризисной ситуации, создавать частные детские сады, развивающие центры».*

**Екатерина Лахова,**  
председатель Общероссийской  
общественно-государственной организации  
«Союз женщин России»





— Но ведь к тому времени регионы Донбасса еще не входили в состав России, и наши законы там не действовали.

— Да. Однако у людей была уверенность, что Россия в беде не бросит. Наш президент принял правильное решение, поставив во главу угла интересы и безопасность страны и соотечественников. Тяга к нормальной жизни была настолько велика, что наши партнеры, не дожидаясь легких времен, приступили к делу. Приняли решение о создании рабочей группы по развитию социального предпринимательства, продвижению российских законов и взаимодействию с органами власти для успешной интеграции в состав России. В результате в Луганске была зарегистрирована инфраструктурная организация, аналогичная Омскому ЦИСС. А в октябре 2022 года на очередном Форуме социальных предпринимателей и инвесторов мы познакомились с активистками ДНР. К тому времени наш проект уже был готов, и мы даже сумели его апробировать, дистанционно обучив председателя общественной организации «Союз ремесленников и коллекционеров» Людмилу Теплинскую из Луганска. Она с помощью Интернета подружилась с омскими сокурсниками Школы социального предпринимательства, узнала, что в регионе есть Дом мастеров, где при поддержке областного бюджета созданы условия для занятий прикладным творчеством. Ей захотелось организовать аналогичный Дом ремесленников у себя на родине. А мы поняли, что партнерские связи можно крепить и на расстоянии. Но все же живое общение ничем нельзя заменить. Поэтому изначально мы планировали личные встречи с участниками, чтобы поддержать их проекты на всех этапах развития.

— Как проводился набор слушателей? Велась ли предварительная подготовка к образовательной части проекта?

— При посредничестве и поддержке Союза женщин России координаторами на местах стали Екатерина Мартыанова, лидер Союза женщин, заместитель председателя Общественной палаты ДНР, и Наталья Приймак, о которой я уже упоминала. Наши помощницы организовали собеседование со слушателями в формате видеоконференции, и вместе мы разяснили наши задачи и постарались сформулировать проектные идеи участников. Не скрою: у меня были опасения, сможем ли мы найти на новых российских терри-

*«Омская область — абсолютный лидер в реализации социальных проектов. Омичей всегда ставят в качестве положительного примера. У региона сейчас важная миссия — помочь и сопроводить в реализации социальных проектов жителей Донбасса».*

**Дарья Лантратова,**  
сенатор Российской Федерации,  
заместитель секретаря Генсовета  
«Единой России»,  
координатор работы  
женского движения партии

ториях людей, заинтересованных в социальных инновациях. Ведь у них там и других забот хватает. Очень волновались, когда кто-то не выходил на связь, знали, что идут обстрелы. Но я была приятно удивлена, что в «Школе социального предпринимательства» готовы обучаться многие. Уже на расстоянии мы почувствовали потенциал людей, настроенных на нормальную мирную жизнь. Выслушали их пожелания, что бы они хотели сделать для соотечественников. Нам это было нужно знать заранее, чтобы подобрать наставников и партнеров из числа омских социальных предпринимателей, реализующих аналогичные проекты. Так, мы узнали, что на Луганщине энтузиасты в сложнейших условиях сумели сохранить конный клуб, где более 20 породистых лошадей. Раньше с ними работали спортсмены, а теперь их хотят использовать для иппотерапии. И омские руководители конного клуба «Анкор» готовы им в этом помочь. Или другой пример. Директор коррекционной школы сообщила о разрушении здания снарядом. Большинство детей успели эвакуировать, однако осталось несколько воспитанников, которым требуется помощь психологов и коррекционных педагогов. Мы подключили всех лидеров проектов, работающих с особенными детьми.

### — Где и как проводились занятия?

— Мы создали две группы из 25 человек, проживающих на 11 освобожденных территориях Донбасса: в Донецке, Луганске, Горловке, Мариуполе, Старобельске, Макеевке, Енакиеве и других поселениях, о судьбе которых ранее знали только из военных сводок. Первая сессия состоялась 7–10 февраля в Ростове-на-Дону. На занятиях представили основы социального предпринимательства, обсуждали, как преобразовать идею в проект, рассматривали инструменты для ведения социального бизнеса. Советник председателя СЖР, главный редактор журнала «Союз женщин России» Надежда Аленина провела практикум по информационному сопровождению проекта. Руководитель онлайн-канала «ОмскСтрим», выпускник Школы ЦИСС Александр Саленко обеспечивал видеосъемку и связь с социальными предпринимателями из Омска. За четыре дня мы успели сдружиться, а желание быстрее решить на освобожденных территориях задачи по организации быта, занятости, медицинской помощи, образования, досуга и обеспечить население доступными социальными услугами стало стимулом плодотворной совместной работы.



*«У нас появились четыре новых региона, но в «ШСП на Донбассе» на первых порах будут обучаться только жители ЛНР и ДНР. Нужно помочь им интегрироваться в российское законодательство. Поездки на Донбасс и подшефный город Стаханов показали, что продовольственной и имущественной помощи вполне достаточно. Сейчас есть запросы на интерактивные доски, новые технологии, средства для реабилитации инвалидов. Мы видели тягу людей к мирной жизни, которую они хотят наполнить новыми смыслами. А с помощью социального предпринимательства смогут решать задачи занятости, воспитания и развития детей, создания условий для отдыха и творчества, оказания психологической помощи пострадавшим. Проект Омского ЦИСС очень своевременный, и партия «Единая Россия» содействует его реализации. Будем искать возможности поддержки социального бизнеса в переходный период, пока не сложилась практика для внедрения всех российских нормативов. Например, получать финансовую поддержку не по стандартной схеме, а по итогам отдельного конкурса через Корпорацию МСП».*

**Александр Артемов,**  
заместитель председателя  
Законодательного собрания Омской области,  
лидер фракции «Единая Россия»





— *Какое впечатление на вас произвели слушатели школы?*

— Могу сказать, что это особенные люди. Они — настоящие! Искренние, готовые отдать свои силы во имя мирной жизни. Омская школа социального предпринимательства действует 12 лет, и ее прошло почти 3 тыс. жителей как нашего региона, так и более 20 других субъектов РФ и даже зарубежных стран. Хотя такие мотивированные ученики, как граждане ЛДНР, в моей прак-

*«Омская область лидирует в Сибирском федеральном округе и входит в десятку лучших регионов страны по развитию социального предпринимательства, за что получает солидную бюджетную поддержку. В 2022 году направлено 34 млн федеральных средств, которые были распределены в виде грантов между 68 социальными предпринимателями, подтвердившими свой статус и подавшими заявки на гранты. В реестр социальных организаций по итогам года включено 140 субъектов МСП, и в следующем году объем финансирования будет увеличен. Правительство Омской области взаимодействует с Минэкономразвития РФ, отстаивает интересы социальных предпринимателей».*

**Денис Кушнер,**  
первый заместитель  
министра экономики  
Омской области

тике впервые. Кстати, многие из них имеют опыт предпринимательской деятельности и работы на постах руководителей. У некоторых за плечами несколько высших образований и даже ученые степени, но самое главное — опыт, полученный в тяжелых условиях выживания, и стремление помочь своим землякам. У них много единомышленников в разных регионах страны среди представителей социального бизнеса, третьего сектора и активистов Союза женщин России. Уверена, они помогут сбыться их мечтам. Так, многодетная приемная семья из Липецка, где увлекаются столярным мастерством и резьбой по дереву, готова предоставить свои изделия для обустройства общественных мест, таких как парк имени М. Горького в Горловке. Почетный гражданин этого города Андрей Костюк планирует восстановить его после бомбежек и создать здесь Аллею героев. Галина Новикова, жительница подшефного Омской области города Стаханов, готова обучить и трудоустроить беженцев в своей парикмахерской. А вместе с землячкой Екатериной Черкашениновой, владелицей кофейни «Трюфель», организовать в ней уютный клуб по интересам, где люди могут пообщаться на досуге и отвлечься от тревог. Лидер омского проекта Любовь Лугинина приобрела и направила девушкам увлекательные настольные игры, которые в ближайшее время будут переданы с гуманитарной посылкой от омского отделения партии «Единая Россия».

— *Социальное предпринимательство — понятие новое для Донбасса. Смогут ли местные первопроходцы организовать необходимые социальные услуги своими силами?*

— Наши координаторы сообщили, что в местных органах власти уже слышаны об этом направлении экономики и всячески его поддерживают. Слушатели сравнивали нашу школу с золотым ключиком от двери в мирную жизнь. Они считают, что полученные знания помогут им составить план действий на пути социальных преобразований. Следующая сессия «ШСП на Донбассе» пройдет в апреле в дистанционном формате. А в конце мая мы проведем мониторинг, чтобы на месте посмотреть, как реализуются замыслы начинающих социальных предпринимателей на освобожденных территориях. Мы будем постоянно сообщать, чего нам удалось достичь совместными усилиями.

*Марина Лядова*



В середине февраля в Калуге прошло подведение итогов премии «Человек года», которая в этом году называется «Человек Z». В народном голосовании принимали участие свыше 40 тыс. человек и компетентное жюри. Среди героев нашего времени есть и наши подруги — волонтеры, активисты женского движения. Лауреатом номинации «Волонтер Z» стала создательница «Отряда Забавных Василис» Ольга Подплутова из Боровского района Калужской области.

## ВОЗВРАЩАЕШЬСЯ ОТТУДА ДРУГОЙ...

Помощь нашим бойцам собирает множество волонтеров. В Боровском районе Калужской области доставкой гуманитарной помощи непосредственно в зону СВО занимается «Отряд Забавных Василис» — сообщество неравнодушных активных людей. Их лидер и главный организатор сбора помощи — Ольга Подплутова.

Она успевает заниматься и основной работой — руководить боровским Центром творческого развития, и волонтерской деятельностью.

Сама на своей машине несколько раз доставляла и сопровождала грузы в зону СВО. Поездки непростые, нужно быть готовым к любой ситуации. Поэтому Ольга Александровна прошла курсы первой медицинской помощи и азы военной подготовки. Научилась стрелять из пистолета Макарова. Хрупкой девушке доводилось бросать и учебную гранату на полигоне.

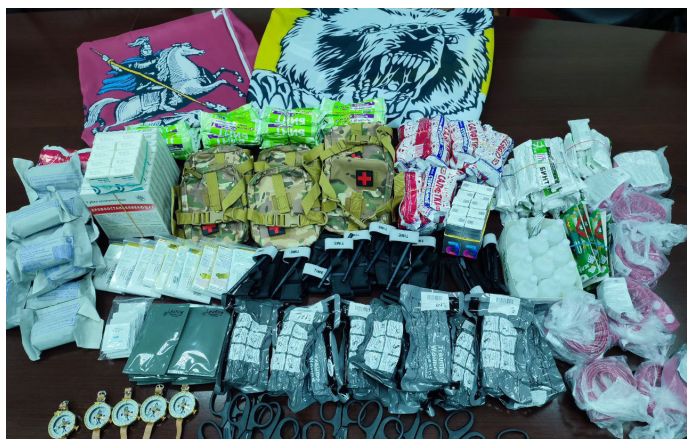
— Знания эти нужны. Сколько волонтеров погибло, потому что не обращало внимания на важные вещи, «летело», не разбирая дороги с посылками, на помощь, — говорит Ольга Подплутова. — В Обнинске на курсах сообщества «Рокот» волонтеры узнали много полезного. Когда в зоне СВО вижу, что рядом работает наша установка «Град», понимаю, что у меня есть меньше минуты, чтобы забрать свои вещи и быстро покинуть это место, потому что прилетит в ответ. Даже если ты не возьмешь половину своих вещей, надо бежать. Деятельность «Василис» доставкой гуманитарки не ограничивается: сейчас не могу вытащить одного парня, — сетует Ольга. — По болезни его не отпускают. Мне прислали его медицинские документы, вот пойду в военкомат.



Наш разговор с Ольгой постоянно прерывается звонками по телефону: это, наверное, сотый звонок за сегодня. Приходится общаться и с родными бойцов — отвечать на многочисленные вопросы, и с местными администрациями, и с поставщиками, и с водителями. Одних чатов, в которых ежедневно ведется переписка, связанная с СВО, наберется восемь.

Идет напряженная каждодневная работа. Прием посылок, помощи, сортировка по видам товаров, потом по ротам, в которые они направляются. Пришлось вникнуть и в специфические вопросы.

— Последнее время мы оптику изучаем, — продолжает Ольга. — Решаем, где взять глушители



*Задаю вопрос: сильно меняются ребята, когда оказываются в зоне СВО?*

— Многих знала еще до СВО лично, а с некоторыми училась в одной школе. Некоторые, можно сказать, были мажорами. Там их видишь совсем другими людьми. Они начинают мыслить иначе. Даже смотрят по-другому: всегда начеку. У тех, с кем общалась, сейчас желание идти в бой. Они устали сидеть. Говорят, что хочется уже покончить с войной и отправиться домой. А сегодня они в постоянном напряжении. Конечно, в каждом батальоне есть разные люди. Кто-то начинает жаловаться на трудности, а кто-то сам обустроивает свой быт: строят не только блиндажи, но и бани в окопах. Все зависит от человека.

*— Как вас встречают бойцы?*

— Они довольны, что видят новых людей. Мы приезжаем — у ребят улыбки. Им хочется оказать какое-то внимание гостям. Пытаются нам показать, рассказать про оружие: «Хочешь, пистолет покажу. Автомат видела?» Вечером накрывают нам стол.

*— Страшно было отправляться в зону СВО?*

— Первый раз — нет. Ты не знаешь, чего ожидать. А второй раз ты уже понимаешь, что может и бахнуть. Когда кто-то здесь в мирных условиях начинает жаловаться на жизнь, так и хочется сказать: «Вы хорошо живете, у вас тихо, у вас есть что покушать, вы сидите и чай попиваете дома». А там, где война, этого нет, там постоянный страх, постоянная угроза. Есть с чем сравнить. Когда ехала туда первый раз, мне говорили: вернешься другой. Я отмахивалась: «Да ладно, чего я не видела в своей жизни!» На обратном пути за какие-то 20 часов произошло такое переосмысление жизни. Все эти финансовые, материальные вещи, которые казались важными, ушли на второй план. Пришла домой, покушала, легла спать, уже хорошо. Снова начала читать книги. Как-то раньше было не до этого. Читаю что-нибудь по психологии. Это помогает, ведь каждый день звонят родные бойцов, выплескивают свои эмоции. Я, конечно, научилась такие вещи воспринимать спокойно, потому что невозможно быть как губка, все в себя постоянно впитывать. Но все равно это к вечеру все накатывается, как ком. Ты, как ежик, и хочется это куда-то выплеснуть. Дома нельзя, на дочку нельзя. Огорода пока нет, а то бы копа-

ли, где приклады, рожки подешевле и качественнее. Пока свяжешься с заводом, пока объяснишь, пока наладишь контакт, на все это уходит не один день. Недавно, когда был большой сбор добровольцев для распиловки бревен, наш разговор с девочками из других волонтерских объединений сводился к тому, какие прицельные планки взять на АК-74, какой ремень: петля или длинный советский лучше для автомата. Какие прицелы, глушители (их называют «банки») где и кто брал.

«Отряд Забавных Василис» курирует один из батальонов, в котором служат наши земляки — жители Боровского района, занимается вопросами военнослужащих и еще одного батальона из нашего региона.



ла грядки, успокаивалась. Весной и летом всегда после работы прихожу на огород. Поработаешь с растениями, и лучше становится.

*— Дорога до места назначения непростая. Практически сутки за рулем. Трудно ли добраться до места?*

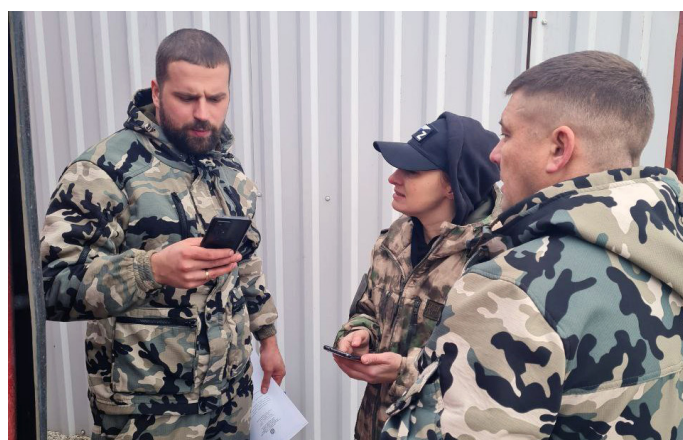
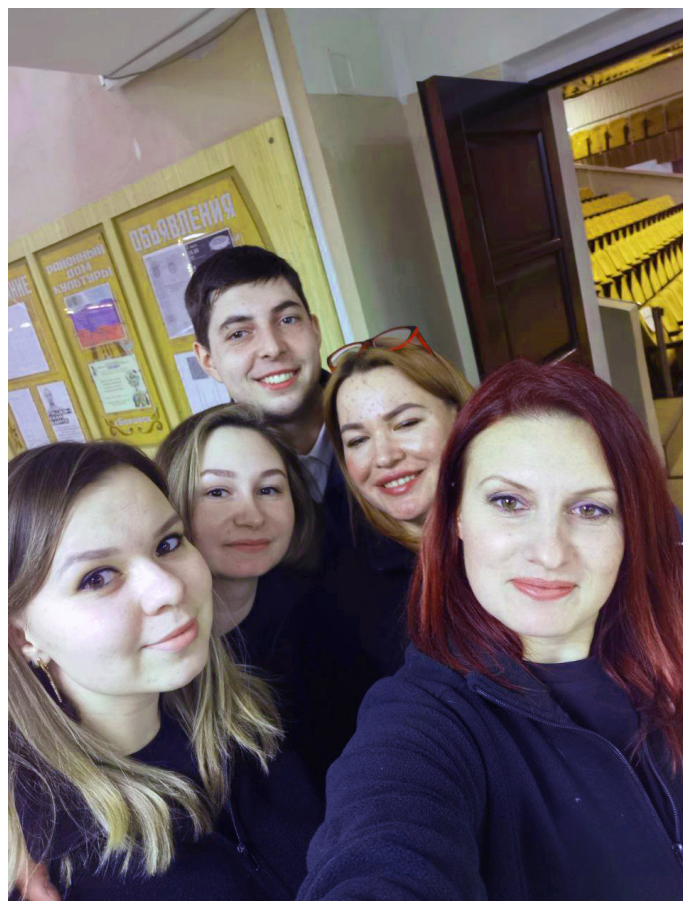
— Я дальнбойщиком должна была родиться, — шутит Ольга. — Туда ты едешь, все должно быть по минутам. Опоздаешь на точку встречи — останешься ночевать в поле. Обратное тоже может быть непросто: иногда надо за световой день выехать из новых регионов, не застрять где-нибудь. Сначала не знали, где можно спрятаться. Теперь нашли, где остановиться в Мелитополе, Мариуполе. Но все равно боязно, страшно. Среди населения разные люди встречаются: могут и слить информацию ВСУ. В этом плане нужно быть очень внимательным.

Основная задача волонтеров — закупить и доставить необходимые вещи, продукты, оборудование по заявкам комбата. Список отправляют в региональный штаб «Мы вместе». Закупки обсуждаются и с кураторами счета по сбору средств для помощи бойцам, открытом в Боровском районе.

— Что-то предоставляется, закупается за счет средств, собранных региональным штабом, — объясняет Ольга Александровна. — На прошлой неделе я забрала оттуда 150 туристических ковриков, 50 спальников, пять коробок свечей. Помогают и в Боровском районе. Обсуждаем эти вопросы с главой районной администрации Николаем Калиничевым. Благодарна, что находим понимание и поддержку. Деньги со счета в Боровском районе уходили на оплату запчастей, оптики, колес, стройматериалов, топлива для доставки груза.

Пункты сбора помощи работают и в местных администрациях, в том числе в Балабанове. Простые люди стремятся поддержать наших ребят: приносят вещи, продукты. Дополнительно к основному грузу добровольцы на весь батальон берутся доставить до адресатов индивидуальные посылки от родных. Иногда с их стороны возникает недопонимание, почему эти посылки не сразу отправляются.

— Сбор объявляем заранее, чтобы понять — десятитонник идет, газель или фура. Сейчас у меня 110 посылок для бойцов. На днях дополнительно



забираем для наших бойцов несколько посылок из Малоярославца и Калуги.

*На вопрос, кто перевозит грузы, Ольга отвечает:*

— Такие же сумасшедшие, как я. В «Отряде Забавных Василис» есть и мужчина — Артур Филиппов. Он купил грузовую газель, доставляет гуманитарку в пункты сбора. У нас налажен контакт с предпринимателями, владельцами грузового автотранспорта, которые доставляют грузы. Всегда откликается Иван Полежаев, житель Боровского района. На одной из своих фур он сам ездит то в Белгород, то с нами в зону СВО.





Многие помогают волонтерам, предоставляя продукты питания. В эту работу активно включились предприниматели и простые граждане.

— Недавно боровский предприниматель Анатолий Мазурин предоставил продукцию своего предприятия — 150 коробок сублимированной картошки, всего 300 кг, — говорит Ольга Подплутова. — Для бойцов будет весьма удобно. Заливаешь кипятком — пять минут, и готово пюре, можно добавлять и в супы. Очень облегчает приготовление еды в полевых условиях. Сладости кондитерского производства из Комлева мы ведем в мариупольскую детскую больницу, а также передаем в Луганск деткам. На меня вышла женщина из Богучар. Раньше она жила в Боровском районе, узнала, что мы собираем помощь. Предложила забрать мандарины, клубнику, мед.

— *Как знакомые относятся к тому, что ты делаешь?*

— От меня «отвалились» те, кто и раньше смотрел на нашу волонтерскую деятельность как на игру в бирюльки. Появились другие люди. Увидела, что есть такие ребята, которые за пять минут могут собраться: «Надо ехать? Все, поехали!» Нашлись и мужчины, и женщины, которые жертвуют временем, финансами. Я этому по-хорошему удивлена. Чувствуется какое-то сплочение.

Недавно объявляли сбор волонтеров, для того чтобы напилить бревна. Частник безвозмездно предоставил материалы в Сухиничском районе. Раскидали информацию по сетям. Когда мы приехали туда, у меня на глазах слезы навернулись. Открываются машины, выходят люди с пилами, 130 мужчин: «Что делаем? Говори!» Распилили бревна для блиндажей и на дрова. Работали шесть часов. Это было классно, чувствовалась сила народа.

Нашли машины для перевозки. Обратились к заместителю губернатора, областные структуры выделили деньги на солярку. Часть леса уже доставили в зону СВО.

*Полина Николаева*





В конце 2022 года была утверждена новая редакция Национальной стратегии действий в интересах женщин на 2023–2030 годы, которая стала продолжением аналогичной концепции, реализованной в 2017–2022 годах. В новой стратегии обозначены следующие цели: соблюдение принципа равных прав и свобод мужчин и женщин, создание равных возможностей для их реализации женщинами во всех сферах жизни, повышение экономической независимости, политической активности и возможностей самореализации женщин.

Союз женщин России дал старт масштабному обсуждению этого основополагающего документа в федеральных округах нашей страны.

# СТРАТЕГИЧЕСКИЕ СЕССИИ — РАЗГОВОР О ГЛАВНОМ



В феврале-марте в российских регионах прошли стратегические сессии, цель которых — разработка конкретных действий женсоветов по выполнению задач принятого документа в субъектах РФ.

Первые стратегические сессии состоялись 7 и 10 февраля, собрав более 650 человек, в Уральском и Приволжском федеральных округах.

Модератором стратегической сессии в Уральском федеральном округе выступила заместитель председателя Тюменской областной думы, председатель Тюменского регионального отделения Союза женщин России **Наталья Шевчик**. Представители всех отделений СЖР по УФО обмена-

лись мнениями по реализации ключевых направлений Национальной стратегии и выработали план действий на ближайшие годы.

Участники дискуссии приняли решение о необходимости разработки плана реализации Национальной стратегии в регионах Уральского федерального округа, обозначив важность привлечения к этой работе представителей исполнительных органов власти.

В стратегической сессии приняла участие председатель Союза женщин России Екатерина Лахова, пояснившая, что наша общероссийская общественно-государственная организация внесла значительный вклад в разработку Национальной стратегии. «Наши предложения были использованы. Мы можем назвать документ «Наша женская



К обсуждению присоединилось свыше 64 аудиторий из районов Кировской области, других регионов ПФО. В общей сложности к онлайн-мероприятию присоединилось около 400 человек.

От Кировской области в стратегической сессии участвовали депутат **Татьяна Платунова**; члены Молодежного парламента **Алена Букетова** и **Ирина Валиева**; уполномоченный по правам человека **Галина Буркова**; главы Кирово-Чепецка и Слободского **Елена Савина** и **Злата Баранова**; члены регионального отделения Союза женщин России **Галина Дмитриева**, **Ольга Туева**, **Наталья Шулятьева** и **Екатерина Север**.

О пяти основных направлениях новой стратегии рассказали представительницы Оренбургской, Нижегородской, Самарской, Пензенской областей, республик Марий Эл и Удмуртия. Материалы сессии будут использованы для обсуждения стратегии в местных женсоветах.

Эстафету стратегических сессий Союза женщин России 15 февраля подхватили активистки Сибирского и Центрального федеральных округов, а 16 февраля — Дальний Восток.

Сибирскую сессию провела **Галина Николаевна Терентьева**, председатель Иркутского РО Союза женщин России — Областного совета женщин, заместитель председателя Общественной палаты Иркутской области.

Здесь основными спикерами стали **Ирина Алексеевна Крым**, председатель Союза женщин Кузбасса, и **Наталья Игоревна Дискурова**, председатель Комитета по бюджету, ценообразованию, финансово-экономическому и налоговому законодательству Законодательного собрания Иркутской области, заместитель секретаря РО партии «Единая Россия», член Правления ИРО Союза женщин России. Тема выступления — «Создание условий для повышения гражданской и общественно-политической активности женщин, продвижения их на уровень принятия решений».

**Тамара Геннадьевна Синичкова**, председатель Омского РО СЖР, директор гимназии №26 г. Омска, член Общественной палаты Омской области, раскрыла тему женского предпринимательства, а заместитель министра здравоохранения Алтайского края, член краевого отделения СЖР **Наталья Ивановна Белоцкая** и руководитель Центра репродуктивного здоровья «Аист-мама»,

Конституция», — подчеркнула Екатерина Филипповна и поблагодарила Наталью Шевчик за организацию первой стратегической сессии по обозначенной тематике, а всех участниц — за активную и конструктивную работу.

Наталья Шевчик выразила признательность Екатерине Лаховой за участие в подготовке Национальной стратегии, уточнив, что ее задачи отражают современные тенденции развития общества: «Сегодня женщины меняются, оказывают все большее влияние на все сферы жизни. И впереди у нас — серьезное поле деятельности, где можно приложить наши силы, творчество и интеллектуальные ресурсы», — заявила она.

Модератором стратегической сессии Приволжского федерального округа выступила **Ирина Морозова**, председатель Кировского регионального отделения СЖР.



эксперт Общественной палаты **Елена Анатольевна Нау** подняли вопросы охраны репродуктивного здоровья женщин.

Тему профилактики социального неблагополучия вынесли для обсуждения уполномоченный по правам человека в Иркутской области, член Правления Иркутского РО СЖР **Светлана Николаевна Семенова** и заместитель министра социальной защиты Алтайского края, начальник Управления по социальной политике региона **Юлия Анатольевна Ковалева**.

Модератором сессии Центрального федерального округа выступила председатель Ярославского РО СЖР, заместитель председателя Ярославской областной думы, координатор проекта «Женское движение Единой России» **Ольга Владимировна Хитрова**. Приветствуя участников стратегической сессии, она указала на важность обсуждаемого документа как определяющего основные направления государственной политики в интересах женщин.

Свои доклады по теме «Повышение роли женщин в развитии общества, улучшение качества их жизни» представили директор Департамента государственной службы занятости населения Ярославской области, член Правления Ярославского РО СЖР **Лаура Каджиковна Зудина**; ректор Курского института менеджмента, экономики и бизнеса, председатель Правления Курского РО СЖР **Галина Павловна Огорокова**; заместитель председателя Правления Курского РО СЖР, декан факультета дополнительного образования образовательной организации «Дом знаний» **Ирина Вячеславовна Муха**.

Обсуждение темы создания условий для развития гражданской активности женщин инициировали председатель Думы Ростовского района Ярославской области, член Правления ЯРО СЖР, участница проекта «Сделаны в России» **Светлана Александровна Кичкова**; декан факультета социально-политических наук в ЯГУ, член Общественной палаты Ярославской области **Татьяна Сергеевна Акопова**; депутат ГД РФ, член Белгородского РО СЖР, координатор проекта «Женское движение Единой России» **Наталья Владимировна Полуянова**.

Депутат Липецкого городского Совета депутатов, председатель Липецкого РО СЖР **Вера**



**Ивановна Урываева** подняла тему сохранения здоровья женщин всех возрастов. Руководитель Клуба женщин-предпринимателей Тверской области, член Правления Тверского РО СЖР **Эвелина Борисовна Шубинская** и директор центра «Мой семейный центр», член Тульского РО СЖР **Наталья Геннадьевна Росси** подготовили выступления по теме профилактики социального неблагополучия женщин.

Стратегическую сессию Дальневосточного федерального округа модерировала **Наталья Дмитриевна Коршунова**, депутат Сахалинской областной думы, председатель Комитета по строительству, регламенту и местному самоуправлению, председатель Сахалинского РО СЖР, региональный координатор по партпроекту «Женское движение Единой России».



Перед участниками выступили член Общественной палаты, член Президиума СЖО РС(Я), генеральный директор АО РСР «Якутский фондовый центр» **Альбина Прокопьевна Черепанова**, которая поделилась опытом вовлечения женщин в социально-политическую жизнь республики; председатель Союза женских организаций РС(Я), общественный представитель АСИ **Анжелика Егоровна Андреева**, которая затронула вопросы цифровой трансформации женсоветов; директор Южно-Сахалинского центра занятости населения **Елена Савельева**, представившая доклад «Кадровый центр: новые возможности для женщин».

Подводя промежуточные итоги нескольких прошедших сессий по обсуждению Национальной стратегии действий в интересах женщин, **Е.Ф. Лахова** подчеркнула, что документ, безусловно, политический. Председатель СЖР считает очень важным работу **по продвижению женщин на уровень принятия решений** посредством участия в выборах всех уровней, а также участия в работе общественных палат и различных общественных советов при органах власти.

По предложению союза в Нацстратегии закреплено понятие **традиционных семейных ценностей**, и региональные отделения могли бы, в том числе и с помощью грантов, развивать и продвигать эту тему в общество.

Тема сохранения здоровья семьи и сложная проблема домашнего насилия должны стать постоянной повесткой женсоветов.

Очень важна, по мнению лидера Союза женщин России, и тема **экономической активности женщин, развитие социального предпринимательства**, в том числе с помощью заключения **социальных контрактов**.

Екатерина Филипповна заметила, что каждый регион нашел свою нишу по основным направлениям документа и охотно делится своим опытом.

Председатель СЖР поблагодарила всех участников дискуссионных площадок за активность и содержательные, интересные доклады, выразив надежду на успешную реализацию Национальной стратегии действий в интересах женщин — документа, в подготовке которого Союз женщин России принял самое деятельное участие.



2023 год объявлен Годом наставника и педагога. Сегодня мы представляем двух героинь из Бурятии.

Первая — педагог, близко к сердцу принимающая проблемы окружающей среды. И неспроста, так как за последнее десятилетие экологические изменения заняли прочное место в ряду главных глобальных проблем, представляющих серьезную угрозу будущему человечества. Именно поэтому огромное значение приобретает проблема изучения и формирования экологического сознания, основанного на новом типе отношений человека: к природе, человеку и обществу в целом.

Женщина — это не только красота и доброта, но и мощная созидаящая сила. Не зря во всех языках природа — женского пола. Когда женщина берется за охрану природы, она может добиться выдающихся результатов!

# ЖЕНЩИНЫ И ЭКОЛОГИЯ

Наши женщины ведут огромную работу, чтобы сделать этот мир чище и здоровее. Так, в Усть-Баргузинской школе работает **Маргарита Александровна Гаськова**, учитель географии с высшей квалификационной категорией, энтузиаст, мастер своего дела. Она возвращает экологическую культуру не только у школьников, но и у взрослого населения поселка. Маргарита Александровна создала «Экопатруль», главными целями которого стали привлечение максимального количества детей и взрослых к общению с природными объектами, экологическое и экономическое просвещение, изучение лесного хозяйства и активная деятельность по сохранению окружающей среды.

Маргарита Александровна инициировала проект «Сохраним Байкал вместе!», в результате которого были выпущены агитационные листовки и изготовлены экологические щиты, которые совместно с родителями, сотрудниками Усть-Баргузинского лесхоза и Усть-Баргузинского лесничества были размещены на территории прибрежной зоны Байкала.

С каждым годом экологичные уникальные поделки, выполненные ребятами из спилов и камней на кружке «Байкальский сувенир» и в домашних условиях, все активнее несут ясный социальный посыл, призывающий сохранить великое творение природы — озеро Байкал. Ребята создают уникальные сувениры с посылом сохранять и беречь природу. А мастер-классы пользуются большим спросом не только у российских ребят,



но и у монгольских школьников и студентов из Улан-Батора.

Ежегодно «Экопатруль» высаживает саженцы в школьном лесном мини-питомнике, а в последующем озеленяет территорию школы и поселка. Зеленый сквер имени Героя Советского Союза К.В. Оцимика — особая гордость ребят.



Не пропускает Маргарита Александровна и ежегодные международные акции «Марш парков»: конкурсы «Журавль-птица», «Моя заповедная территория», акции «Защитим лес от пожара!», «Берегите лес от пожара!», а также тотальный диктант «Более века сохраняем землю, которую любим» и другие.



На протяжении многих лет в школьном краеведческом музее функционирует отдел «Природа Бурятии», пополняемый учащимися и их родителями. Экспонаты в виде чучел животных, моделей Байкала, кукол в одеждах местного населения, произведений искусства, передающих уникальность Баргузинской долины, а также образцы разных пород деревьев позволяют расширить кругозор посетителей о достопримечательностях нашего края. Именно здесь члены школьного лесничества проводят беседы, лекции, тематические выступления для воспитанников детских садов, учащихся школы.



Действует у нас и агитбригада, собранная из 30 активистов экологического движения: акции, тематические выступления, флешмобы «Берегите птиц!», «Сохраним леса Бурятии», «Альтернативная елочка», «Путешествие капельки», «Чистый лес» — юные экологи берутся за все.

Большое внимание в работе школьного лесничества уделяется изучению природы, проведению фенологических наблюдений, экскурсиям, походам по родному краю. Практически вся школа под руководством школьного лесничества участвует в трудовых операциях «Чистый поселок», «Чистые воды Байкалу», «360 минут», «Школьная клумба».



Большую помощь лесу оказывают неумолимые лесные санитары — птицы. Для них, участвуя в акции «Кормушка на ладошке», ребята развешивают кормушки, а весной создают искусственные гнезда.

Обо всех своих начинаниях, открытиях, успехах ребята рассказывают на страницах школьного сайта, а также на сайте школьного лесничества «Экопатруль» в «ВК».

Создавая непрерывное экологическое образование в школе, Маргарита Александровна старается воспитать в детях любознательных, творческих личностей, любящих природу Родины и бережно относящихся к ее богатствам.



Хочется отметить огромную работу Маргариты Александровны по сетевому взаимодействию с различными организациями, серьезно занимающимися вопросами экологии. Педагог имеет множественные награды за участие в научно-практических конференциях по экологической тематике: от Забайкальского национального парка «Заповедное подлесье», Республиканского центра «Лесничество», Центра дополнительного образования «Подлесье», международного филиала РЭУ имени Г.В. Плеханова в Монголии.

Школьное лесничество «Экопатруль» вместе с Маргаритой Александровной приняло участие в работе дискуссионной площадки «Реализация национального проекта «Экология» и общественный вклад в зеленый мир», проводимой региональной общественной организацией «Женщины Бурятии». На площадке шла заинтересованная дискуссия по трем большим направлениям: реализация национального проекта «Экология» на территории Республики Бурятия; экологические инициативы и бизнес-проекты в Республике Бурятия; экологическое образование, просвещение и формирование экологической культуры.

У Маргариты Александровны есть много женщин-единомышленников, которые предлагают свою помощь, высказывают предложения и участвуют в проведении мероприятий. Ее лозунг по жизни: «Все мы — дети одного корабля по имени Земля, значит, пересечь из него просто некуда... Есть твердое правило: встал поутру, умылся, привел себя в порядок — и сразу же приведи в порядок свою планету». Свое главное правило жизни она использует каждый день, даже, можно сказать, каждый час. И считает, что это правило должно стать главным условием существования каждого человека на Земле.

Она уверена: чтобы спасти нашу Землю от гибели, каждому следует начать с себя!

Как правило, именно женщины играют важную роль в семье и воспитании детей, передаче духовного наследия, национальной культуры и традиций следующим поколениям. Если женщины поймут актуальность экологических проблем, то они смогут передать свое отношение и своей семье, и любым общественным объединениям, в состав которых они входят, и другим



жителям. Просто надо очень любить то, что и кто тебя окружает. И передавать эту любовь как самое ценное наследие детям, как это делает Маргарита Александровна.

Когда номер был уже готов к печати, этот материал был отозван и переписан... за одну ночь. Слетел со своего титульного места и «белый и пушистый» заголовок: «Сказочница из Улан-Удэ». Наша героиня совершила неожиданный поступок, направив линию своей жизни против, как считают многие, здравого смысла, отказавшись от успешной карьеры, отличной должности и зарплаты. Она оказалась из той редкой породы людей, которые не изменяют мечте и не сдают в ломбард свои крылья. О своей героине рассказывает Анна Еланская.

# КРУТЫЕ ВИРАЖИ НАТАЛЬИ ПОКАЦКОЙ



Мое знакомство с Натальей произошло на Всероссийском конкурсе профессионального мастерства «Воспитатель года России» в насыщенной эмоциями, спружиненной на результат и в то же время творческой, вдохновляющей и праздничной обстановке, которая как нельзя более подходит ей по характеру и жизненной философии.

Специализированное издательство педагогической литературы «Мозаика-Синтез» учредило особенную номинацию конкурса и так обосновало критерии отбора победителя: «Эту номинацию мы выбираем сердцем. Мы назвали ее **«За верность профессии»** имени Тамары Семеновны Комаровой, доктора педагогических наук, профессора, заслуженного деятеля науки Российской Федерации, создателя целостной системы художественно-эстетического воспитания дошкольников. Ее жизнь — пример необычайной преданности своему делу, ведь большой и яркий путь ученого начался с должности воспитателя детского сада».

Эти принципы учредителей премии прошедшего конкурса «Воспитатель года России» до миллиметра совпали с нравственными и профессиональными приоритетами и смыслами **Нatalьи Федоровны ПОКАЦКОЙ**, старшего воспитателя детского сада №96 «Калинка» из г. Улан-Удэ Республики Бурятия.

Как говорит победитель Н. Покацкая, для нее «эта номинация выше, чем победа в конкурсе. Вы отметили мое состояние души!»

— *Нatalья, вы по образованию — учитель начальных классов. А сегодня мы видим перед*



*собой успешного, талантливого, влюбленного в свою работу воспитателя детского сада.*

— Собственно, мне так и не пришлось поработать учителем. Рано вышла замуж, вскоре родился ребенок, поэтому вопрос о работе был не в числе первоочередных. А вот когда пришло время отвести сына в детский сад, я пошла с ним, и все сложилось. Как говорят: если ты попал в дошколку, то там и остаешься.

— *Но тогда стаж у вас должен быть уж никак не 7 лет...*

— Да, вы правы. Так случилось, что трагические семейные обстоятельства заставили уйти из образования. Хотя мне очень часто снились коридоры детского сада, по которым я иду с детьми. И всегда хотелось вернуться...

— *Мудрые люди говорят, что никакие испытания не посылаются нам просто так. Не думали ли вы о том, что ваш вынужденный уход из профессии — это возможность вернуться совсем другим человеком?*

— В то время я об этом не задумывалась. Просто никогда не переставала мечтать о том, что в моей жизни это обязательно произойдет. Вероятно, такая сосредоточенность и была той внутренней постоянной работой, которая постепенно формировала и мировоззрение, и глубину понимания, да и саму меня.

Я искала ответы на возникающие вопросы в книгах по педагогике и психологии, обсуждала какие-то проблемы с родителями, задумывалась о том, как объяснять детям сложные вещи простым языком, даже сочиняла сценарии праздников. Конечно, это нельзя назвать работой по профессии, однако без этого невозможно стать профессионалом.

— *Расскажите о семье и о ваших воспитанниках...*

— Мой сын уже взрослый, ему 26 лет, у меня есть пятилетний внук. Конечно, это мои родные, дорогие. А детки в саду все замечательные, удивительные и удивляющие. Муж иногда признается, что ревнует меня к работе, но я с этим ничего не могу поделать: для меня работа и дом неразделимы.



— *Вы довольно беспокойный сотрудник. Таких обычно не очень жалует руководство.*

— Когда меня назначили старшим воспитателем, заведующая сказала: сделай мне еще десять таких Покацких, как ты. Ко мне сейчас приходят молоденькие девочки, и я стараюсь научить их работать с душой. Сразу им говорю: если вы любите детей и свою будущую работу, значит, мы вместе, и у нас все получится. А если вы не чувствуете в себе особого желания, азарта, у вас нет мечты этим заниматься, то лучше не начинайте.

— *У вас есть одна исключительная особенность. Это можно назвать как угодно, но ключевое слово здесь — «глина».*

— С глиной я познакомилась в красноярской летней школе. Совершенно случайно попала на мастер-класс Алексея Лельчука, и все... теперь возим глину из Красноярска.

— *Что это для вас: способ решить какую-то педагогическую проблему, возможность увлечь*



*детей творчеством, радость и удовольствие от воплощения фантазии?*

— Наверное, все вместе. Лепка в детском саду — традиционное занятие, а мы... играем с помощью глины. С помощью игр и упражнений с глиной я могу пробудить инициативу, организовать процесс познания или скорректировать нежелательное поведение ребенка. Я помогаю своим малышам лепить впечатления, ожидание, сегодняшнее настроение. И менять это настроение. Ведь внутренний мир детей так же пластичен, как и глина в их руках.

*— А сами дети?*

— Дети разные, и к каждому надо найти свой подход. Тут важно отметить, что, создавая игры, дети идут от противного. Мы, взрослые, сначала ставим цель: для чего нужна игра, потом придумываем правила. Дети же сначала лепят, а потом к тому, что слепили, придумывают правила. А нам это и важно! Для нас ценность не в изделии, а в алгоритмах, которые продумывают дети, создавая правила, логические цепочки. Ведь так они учатся видеть сущность предмета. Согласитесь, отгадывать загадки проще, чем придумать их самому.

*— Насколько важно участие родителей в том, что вы делаете?*

— Дети сейчас мало играют дома с родителями, а когда видят восторг и радость ровесников, тоже приобщаются к этому увлечению. Нам удалось обустроить такое открытое образовательное пространство, где мамы, папы, бабушки и дедушки могут наблюдать за работой детей в студии через прозрачное стекло. Всем это нравится, ведь продолжить занятие можно и в кругу семьи. Теперь не только дети, но и наши педагоги приходят ко мне на мастер-классы. Поступили запросы и из других детских садов.

*— То есть вы уже наставник коллег в эстетическом воспитании?*

— Я вижу в этом материале большой потенциал. Глина может дать гораздо больше, чем эстетическое воспитание, причем и для детей, и для взрослых... Находясь в едином пространстве игры с ребенком, взрослые имеют возможность прочувствовать настоящее сотрудничество, а дети — полное доверие. Из глины педагог может создать образовательное событие, экологический тур, литературную гостиную, театральную премьеру... все что угодно!

Благодаря старшему воспитателю Покацкой обычная комната игр в детском саду стала походять на творческую мастерскую, которая никогда не простаивает: дети, родители, коллеги находят здесь каждый для себя что-то важное. Проект растет, наполняется новыми смыслами. В нем есть все: идея, концепция, методика, обоснование, апробация. В нем есть будущее!

Наталья мечтает о большой студии-мастерской, где она будет придумывать с неугомонными маленькими фантазерами новые игры и сказки, проводить мастер-классы с педагогами и родителями, творческие семейные мастерские, выставки, детские праздники.

В мастерской непременно появится настоящая печь для обжига глины, ведь бывает так обидно, когда хрупкий материал ломается во время игры. Будет печь — начнут осваивать новое: окрашивание, глазирование.

...А пока Наталья ходит в гончарную мастерскую, постигая тонкости обработки глины, чтобы быть готовой к исполнению мечты. Кстати, как вам такое название: «Студия глиняных игр Натальи Покацкой»? Звучит ведь!



**БЛИЦ для Натальи**

— *Что может вывести вас из равновесия?*

— *Задача, поставленная передо мной, выполнение которой не имеет смысла.*

— *Самый памятный и дорогой сердцу подарок, который вы получили в жизни?*

— *Первые цветы от будущего мужа. Нам тогда было по шестнадцать, 1990-е годы, глубинка, до центра около 100 км, и букет роз! На тот момент это был настоящий подвиг!*

— *Как вы оцениваете свое внутреннее состояние в этом отрезке времени?*

— *Я прошла важный этап и сейчас готовлюсь к следующему — весьма ответственному. Я бы назвала свое состояние паузой переосмысления и принятия решений.*

— *Что сегодня для вас важно сделать для дошкольного образования?*

— *Первая задача — это популяризация и повышение статуса профессии воспитателя, вторая — создание такой эффективной системы поддержки молодых коллег, чтобы их старт получился уверенным и успешным.*

Заглядывая в ее сияющие мечтательные глаза, понимаешь, насколько неуместен, казалось бы, закономерный вопрос: как она, старший воспитатель Наталья Покацкая, смогла отказаться от должности заведующей детским садом и открывающихся в связи с этим новых возможностей; от существенно более высокой зарплаты?

Узнав ее ближе, абсолютно невозможно усомниться в правильности решительного: «Нет! Я останусь с детьми», чтобы даже тень сомнения не нарушить гармонию построенного ею мира, в котором счастливы все.

Если хотите встретить человека, который светится изнутри и не ходит — летает, отправляйтесь в Бурятию, в детский сад «Калинка».

*Анна Еланская*



Современные женщины — не только хранительницы домашнего очага, женщины-матери, но и успешные работники различных отраслей, профессионалы своего дела, добившиеся успехов в воспитании детей и активно заявляющие о себе в творчестве, спорте, общественной жизни. Нам показалось очень важным рассказывать в нашей традиционной рубрике об успехах современных женщин, которые не сломались перед трудностями, нашли свое место в жизни и стали примером для других, — предпринимателях, владелицах личных подсобных и работницах фермерских хозяйств, активистках любых сфер деятельности на селе. Словом, о хозяйках села. И пусть эта тематическая линия на страницах журнала станет своеобразной акцией, призванной обратить внимание на проблемы села, на роль современной женщины в развитии АПК в целом.

# ВОСПИТАТЬ ДОЧЬ МАМОЙ



Лидия Александровна в молодости

Помните этот запах из далекого детства? Он неповторим и ни с чем не сравним, а потому его не опишешь никакими словами. Он очаровывает и манит. Так пахнет только одно место в мире — библиотека... Запах изношенных томиков и особенной книжной пыли, впечатанный в старые книжные полки, на которых стоят, лежат и волнуют нас своим огромным количеством книги. И пусть ученые скажут, что характерный аромат старых печатных изданий обуславливается сотнями

летучих органических соединений. Память подсказывает другое: так пахнет первое знакомство с домом, где живут книги. И тот первый раз, когда ты, показавший достойный результат скорости чтения в своем первом классе, перешагнул порог этого дома и замер от такого количества книг, которые еще лишь предстоит прочитать, в немом восторге, останется навсегда.

Так пахнет комната, где работает **Лидия Александровна Махвич**, потому что она — библиотекарь, а ее небольшое царство книг расположено в досуговом центре хутора Логовский Волгоградской области. В помещениях, как за кулисами, то там, то тут притулились различные вещи — реквизит прошедших и будущих праздников. Небольшая команда из трех человек, в которую входит Лидия Александровна, вот-вот начнет работу над новым сценарием развлекательной программы для любимых односельчан.

Возле Дома культуры, как и во дворе дома Лидии Александровны, пахнет пьянящим ароматом цветника. Это призвание нашей героини — приносить с собой красоту, где бы она ни оказалась: очаровательные клумбы и на территории больницы, где работала раньше, и сейчас в парке у клуба, и, конечно, во дворе родного дома.

В будни в ее доме пахнет щами, в сезон — грибами, а когда ждут гостей — пирожками-варениками. В целом же жизнь замечательной женщины Лидии Александровны Махвич пахнет уютом, теплом и тихим семейным счастьем.

Логовский за долгие годы стал для женщины второй родиной. Лидия родилась на хуторе Шемалино Октябрьского района. Воспитывали ее мама и дед с бабушкой. А в детской компании она



играла со своей сестрой, что младше ее, и дядей, недалеко ушедшим по возрасту. На своей первой родине Лидия окончила школу, а после вся семья переехала в Логовский Калачевского района, где тоже жила родня. Да так здесь и остались. Теперь весь хутор родня: кто — по крови, а кто — кумовья, друзья, соседи...

После школы о продолжении учебы речи быть не могло. Тянуть двух дочек одной да еще и учебу мама Лидии не могла. Просто не было денег. Поэтому и пошла Лидия сразу работать. Тот, кто знает специфику хутора Логовский, понимает, куда работать. Самое большое учреждение, обеспечивающее хуторян рабочими местами, так сказать, хуторообразующее предприятие, — Волгоградская областная психиатрическая больница №1. И стала девушка санитарочкой в аптеке. На целых 52 года.

Правда, был в свое время небольшой перерыв, который привел санитарку в... заведующие сельским клубом. Когда это «свято место» оказалось пусто, вспомнилось увлечение Лидии художественной самодеятельностью еще со школьной скамьи. Эта любовь у нее не прошла, поэтому сельский клуб, а после и досуговый центр с его ансамблем «Донские просторы» так и остался точкой притяжения.

Возглавлявшая в те поры культуру в районе Таисия Дмитриевна Ильясова не просто заметила Лидию Махвич и позвала возглавить осиротевший клуб, но и отправила постигать профессию заочно. Так и стала наша героиня организатором массовых мероприятий, окончив Волгоградское культпросветучилище. Только спустя четыре года начались процессы, названные «перестройкой», а по сути своей ставшие бедовой разрухой для страны. Вот в ту пору председатель сельсовета и сказал Лидии: «Да кому она нужна, твоя культура?!» Ну раз не нужна, Лидия Александровна снова вернулась в ОПБ: санитарочки для душевнобольных в отличие от культуры в стране требуются всегда. Так и проработала до самой пенсии, на которую ушла в 2001 году. Правда, продолжала подрабатывать. А затем ее уговорили вернуться в лоно культуры в качестве библиотекаря. Коллеги, односельчане очень уважают Лидию Александровну: называют ее Человеком с большой буквы, потому как честная, справедливая, душевная, прямая — никогда не скажет ничего за спиной. Никакой сплетни не разнесет. Вот помочь, подсказать, поддержать — это про нее.

Однако на этом ставить точку в описании биографии нашей героини мы не будем. Потому что



понимаем: в большей степени жизнь женщины состоит не из работы, а из семьи. Своего спутника жизни, с которым вместе встретили уже золотую свадьбу и живут рука об руку 53 года, Лидия встретила здесь же, в Логовском. Подружка познакомилась с парнем, с которым сама ходила вместе в школу. Он был работающим, трудился трактористом. Через год после знакомства поженились.

И родились в результате семейного союза две дочери: Татьяна, которая, получив два высших образования, сейчас живет и работает в Городище, и Елена, которая, окончив вуз, нашла свою судьбу в Волжском. Обе дочери — бухгалтеры (востребованная по нынешним временам профессия!)

Совсем недавно был огромный праздник — отмечали 70-летие Лидии Александровны. Сельчане до сих пор вспоминают, как, поздравляя юбиляршу, от нахлынувших чувств дочери плакали и благодарили за то, что у них лучшая мама в мире, которая всегда поддержит словом и делом.

Лидия учила дочерей с детства быть настоящими женщинами — хранительницами домашнего очага. С вечера давала пришедшим ли со школы, прибежавшим ли после купания с реки дочерям задания по дому. Девчата ответственно исполняли все порученное. Кто знает, может,





Лидия Александровна с супругом Николаем



Лидия Александровна с дочкой Алёнкой и супругом Николаем

маме. Лидия Александровна ответила: прежде всего трезво оцени свои силы, возможности и здоровье и потом принимай решение. И Татьяна взяла под опеку... восемь детей. Затем их стало 10, со своей — 11. Воспитывает до 18 лет, дает путевку в жизнь и берет под опеку следующих детей. Две воспитанницы Татьяны уже обзавелись своими семьями, один мальчик отслужил в армии и устроился на работу, еще один — работает вахтовым методом. Связи друг с другом никто не теряет. Сейчас женщина воспитывает третий поток деток. Татьяна Триголосова не ищет легких путей, многие дети очень больны. Весь груз по организации операций, лечению, реабилитации мужественная женщина взваливает на свои плечи. При этом работу не оставляет.

Те, кто занимался опекунами делами, как никто знает, сколько приходится обивать порогов, бороться с неповоротливой чиновничьей машиной, биться за финансирование и справедливость. Журналисты — частые гости в доме Татьяны: сколько раз снимали сюжеты, ролики, писали статьи.

А некоторое время назад журнал «СтарХит» выбрал Татьяну Триголосову для участия в проекте «В отпуск с Андреем Малаховым». Она побывала в Грузии и на съемках телешоу «Прямой эфир» и познакомилась с известным телеведущим.

Поездка оставила у Татьяны незабываемые впечатления. Она рассказывала: «На третий день нашего пребывания в Грузии именно в Тбилиси наконец-то нам встретился Андрей Малахов. Несколько мужчин на улице пели знаменитую композицию «Сулико», один стоял спиной в национальном костюме — это и был Малахов. Я была первой, кого он обнял. Малахов поговорил со всеми, лично мне обещал помочь с вопросом по квартире моей младшей дочери-инвалида».

А еще Малахов сделал нашей землячке сюрприз. Она спела дуэтом на сцене с самой Тamarой Гвердцители. Женщины исполняли композицию «Мамины глаза». В 2017 году Татьяну Триголосову выбрали «Женщиной года».

Так и стала Лидия Александровна многовнуковой бабушкой. И, когда шумная орава приезжает в родительский дом в гости, бабушка суетится заранее, чтобы вкусно угостить: то вареничками с клубникой, то пирожками, то другой «вкуснячей вкуснятиной».

А когда в вечерние часы дом затихает и Мавхичи остаются вдвоем, каждый смотрит свой телевизор. Муж все больше любит политику, а жена — житейские истории. Лидия слушает се-



креты чужого счастья и потихоньку вяжет. Быстро и привычно мелькают спицы: носочки, жилеточка, очередная кофточка. Слава Богу, есть кого обвязывать. Большой составляющей своего женского счастья Лидия Александровна считает то, что Бог дал ей встречать «серебряные» годы не одной, что любимый муж рядом. И, хоть глядят они в голубой экран в разных комнатах, чувство родной души под одной крышей — непередаваемое душевное спокойствие и восхищение.

Муж у Лидии — добытчик. Тем более сейчас, когда жена днями на работе, а он на заслуженном отдыхе. Он знатный грибник. А уж Лидия Александровна, будьте спокойны, знает, что делать с добычей тихой охоты: таких грибных разносолов, возможно, нет ни у кого в деревне. Даже рыжие плотные трутовики в ее руках превращаются не просто в безопасное, но и вкусное блюдо. Хозяин любит и порыбачить, хотя ни он, ни Лидия рыбу не любят. А семья большая, есть кому запасы подсократить. Как готова рыбка к употреблению, только просигналь детям — заберут, скушают и скажут сердечное спасибо родителям.

Конечно, Махвичи держат и домашнее подсобное хозяйство. Даже с учетом пенсий на сельской зарплате далеко не уедешь. Мясо, яички — это все свое. Да и огород, конечно, в помощь. Будет чем угостить деток: «А ради кого же мы живем? — вздыхает Лидия Александровна. — Только ради детей. Родители нас поднимали, мы — своих деток, а те — своих».

О возрасте женщины говорить не принято. Однако это для кокеток. Лидия Александровна свои 70 не скрывает, да и ей никак не дашь своих лет. Может быть, генетика виновата (ее мама тоже, несмотря на трудовую сложную жизнь, и в солидных годах выглядела молодо), но Лидия Александровна с улыбкой называет другую причину: «Раз молодо выгляжу — значит, муж блюдет». И правильно: главное — быть не замужем, а за мужем.

«Все в жизни было — и счастье, и трудности, — завершает наш разговор Лидия Александровна. — Но хорошо живем».

Когда бывает тяжело, а уж тем более когда хорошо, то Лидия Александровна непременно заведет песню. Душа ее просит. Пусть и дальше льются песни из самых глубин ее души. С песней и жизнь продолжается, и работа спорится. А кто услышит песню — поймет: есть на селе женщины — настоящие, русские. Хозяйки. Хозяйки села.

*Елена Ломакина,  
Волгоградская область*



Юбилей 70 лет Л.А. Махвич



Дочери Татьяна и Алёна

06/12/2008



Лидия Александровна с правнуком Савелием



Согласитесь, чаще всего бывает проще сослаться на то, что «обстоятельства сильнее нас», «не хватает сил и терпения», «да надоело все» и т. д. А кто-то берется за совершенно новое дело, результаты которого радуют сотни людей, а главное — его самого, точнее сказать, ее саму — героиню очерка **Фатиму Галаеву**, которая начала производить десятки видов шоколада и конфет по собственным рецептам.

# ПРОДУКЦИЯ СО ЗНАКОМ «ХАЛЯЛЬ»



Жительница Ингушетии разработала более 60 видов халяльного шоколада и конфет, сотни уникальных рецептов выпечки без использования белого сахара. Рахат-лукум, мармелад, фрукты, ягоды в шоколаде, сладкие плитки, всевозможные конфеты, пирожные и торты — все это производит местный кондитер Фатима Галаева с использованием самых качественных продуктов.

«Какао-бобы из Колумбии, ягоды для начинок выращиваем в саду и домашних теплицах — никакой химии! В соответствии с рецептами в начинки для шоколада обычно добавляют алкоголь. Но в нашем шоколаде его нет — ни грамма рома, ни грамма коньяка. На самом деле есть множество вариантов замены алкоголя. Я нашла самые оптимальные. Вся моя продукция халяльная», — рассказала газете «Ингушетия» шоколатье.

Собеседница издания подчеркнула, что три вида изготавливаемого ею шоколада признаны на международном уровне.

Секрет настоящего лакомства кроется в трех основах: какао-бобы, какао-масло и чистый мед. В начинки добавляются орехи, фрукты, ягоды, даже сыр и финики.

«Используемые продукты мы моем не водопроводной водой, а только горной, тщательно очищаем и обрабатываем. К примеру, орехи, прежде чем добавить в шоколад, сначала замачиваем, затем моем, сушим и только потом используем в качестве начинки», — рассказывает Фатима.

Несколько раз у кондитера пытались разузнать, а то и выкрасть рецепт, перенять технологию производства авторского шоколада. Поэтому ей приходится соблюдать предосторожность —



в производственный цех вход для посторонних закрыт.

У Фатимы далеко идущие планы: свой шоколад Галаева намерена сделать визитной карточкой Ингушетии. С этой целью она решила принять участие в первом национальном конкурсе региональных брендов продуктов питания «Вкусы России».

В ходе состязаний российским производителям предстояло сразиться в восьми номинациях, по которым и были определены финалисты. А чтобы выбор победителей был максимально объективным, на сайте «вкусыроссии.рф» было организовано народное голосование за представленные продуктовые бренды. На голосование за любимые продукты отводилось всего 12 дней. Каждому голосующему была предоставлена возможность выбрать не более трех наименований, но с одним условием: каждый выбранный продукт должен быть из разных регионов России.

Миссия конкурса — познакомить потребителей с многообразием вкусов и предпочтений россиян, а также показать потенциал развития региональных брендов продуктов питания.

А еще, что немаловажно, конкурс призван привлечь внимание к достижениям малого и среднего бизнеса в сфере агропромышленного комплекса, способствовать созданию новых точек роста и формированию драйверов развития для сельских территорий всех регионов России.

Отметим, что накануне народного голосования посредством соцсетей глава республики Махмуд-Али Калиматов попросил соотечественников поддержать нашу умелицу и ингушский шоколад «Магас» на конкурсе. И такое внимание дорогого стоит!

«Ингушетия славится богатой национальной кухней, разнообразием лакомств из орехов, ягод и других даров Кавказа. Как правило, у нас что ни съестное, то бренд, известный далеко за пределами республики и страны. Согласитесь, о вкусе и пользе еды мы знаем почти все. Чапильгаш, сискал, хьовла, горный мед, яблоки и даже вода — можно долго перечислять», — написал в своем обращении Калиматов.

Руководитель субъекта напомнил, что у жителей Ингушетии есть возможность поддержать еще одно прекрасное начинание и дополнить этот ряд, проголосовав за уникальную продукцию шоколатье Фатимы Галаевой.

*Магомед Евлоев*





С темой семейно-бытового (домашнего) насилия Ольга Яреньгина знакома больше 20 лет. За это время она получила психологическое образование, работала волонтером на телефоне доверия кризисного центра Архангельска и области, в других государственных учреждениях, общественных организациях. А в 2017 году учредила автономную некоммерческую организацию поддержки инициатив в области семьи, материнства, отцовства и детства «Новый взгляд». Свою историю рассказывает автор.

# О ЧЕМ МОЛЧАТ ЖЕНЩИНЫ



Для меня и моих коллег самыми сложными были обращения от сельских женщин, находящихся в ситуации семейного насилия. Женщине в городе легче выйти из насильственных отношений: развестись, сменить место жительства, обратиться к специалистам в кризисный центр.

На селе таких возможностей зачастую просто нет. Не развита инфраструктура, не хватает специалистов (психологов, социальных работников), информационная изолированность (отсутствие или слабо развита мобильная связь, сеть Интернет), территориальная отдаленность, трудности с транспортом при большой малонаселенной территории... Огромную роль играют и социально-культурные, и экономические условия. Разводы на селе больше осуждают. Бывшие супруги или пострадавшая и ее тиран чаще сталкиваются друг

с другом в магазине, на улице, на работе. Бросить все и уйти практически невозможно. Сельский труд без участия мужской силы превращается в испытание. Узкое социальное окружение становится барьером в получении помощи, потому что участковый, фельдшер или другой специалист, который узнал о проблеме насилия в семье на селе, может оказаться родственником, одноклассником обидчика, следовательно, процесс реагирования способен затягиваться или вообще отсутствовать. Модели, алгоритмы и протоколы помощи, эффективно работающие в крупных городах, становятся абсолютно нежизнеспособными в сельской местности.

Так родилась идея проекта, направленного на разработку модели профилактики семейно-бытового насилия в сельской местности. Для начала



предстояло найти партнеров на селе, которые пользуются авторитетом у местного сообщества. Без них подобная работа подвергается большим рискам: сельские жители настороженно встречают городских, отсутствует доверие к «понаехавшим» специалистам. Нам удалось найти таких партнеров в двух районах Архангельской области: общественный Центр юридической помощи «Защита» в селе Двинской Березник и государственный Вельский центр социальной помощи семье и детям «Скворушка». Директор АНО «Защита» Ирина Адамовна Ткачева — депутат районного собрания депутатов Виноградовского района. Центр «Скворушка» на территории Вельского района оказывает широкий спектр социальных услуг, которые пользуются большим спросом у населения района. Это как раз те самые авторитет и доверие у местного сообщества, о которых мы говорили выше.

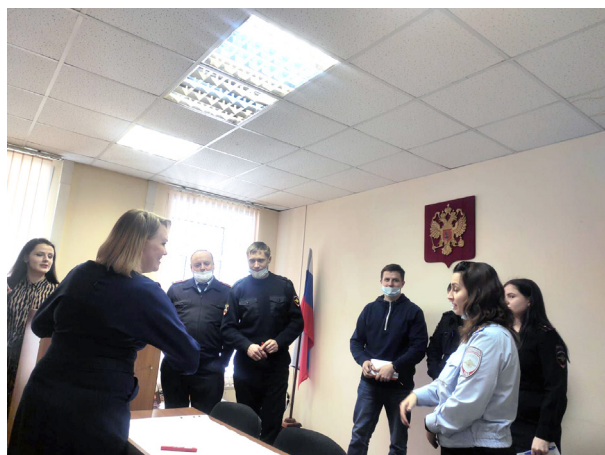
**Для справки: с. Двинской Березник находится от Архангельска на расстоянии 268 км, Вельск — 510 км.**

Так родился проект «Сельские женщины», который в 2021 году получил поддержку Фонда президентских грантов. Началась трудная, но весьма плодотворная работа по реализации проекта.

Первичная профилактика любой социальной проблемы начинается с информирования и профессиональной подготовки специалистов. В наших методических семинарах-тренингах приняли участие сотрудники библиотечной системы, социальной сферы и образования, сотрудники полиции (участковые уполномоченные, инспекторы по делам несовершеннолетних), сотрудники учреждений здравоохранения (участковые терапевты, фельдшеры).

На семинарах-тренингах со специалистами мы говорили об особенностях проявления семейно-бытового насилия, разбирались, чем насилие отличается от конфликта, рассказывали о ресурсах помощи, которые работают на территории области и на федеральном уровне. В ходе практических упражнений отрабатывали умение провести первичную беседу с пострадавшей, мотивирующую на принятие решения по выходу из деструктивных отношений, находили пути отказа от обвиняющей позиции женщины и наиболее оптимальные варианты оказания поддержки.

Информационную кампанию мы выстроили как личные встречи с местным сообществом, большей частью которого были женщины. Главным фокусом для нас на таких встречах стало формирование сети взаимной поддержки по







смогла справиться с этим. Фотовыставка «Папино дело» посвящена историям отцов, которые активно включены в уход и воспитание детей. Она демонстрирует, насколько важно полноценное участие папы в воспитании ребенка: это совместные игры, прогулки, приготовление пищи, уборка квартиры, высадка деревьев и т. д.

А вот с социальной рекламой «Семья без насилия» мы испытали трудности. У нас имелся положительный опыт размещения такой рекламы в Архангельске. Пять крепких семей архангелогородцев приняли участие в семейной фотосессии. На основе красивых семейных фото были сделаны рекламные баннеры, сопровождаемые высказыванием от лица мужчины: «Здоровая семья строится на любви и взаимоуважении», «Насилие в отношении слабых делает вас слабее...», «Какая разница, кто в доме хозяин?», «Семья — это любовь, забота и взаимопонимание. Здесь нет места страху и боли». Но когда с таким предложением мы обратились к сельским семьям, то столкнулись с установками, обусловленными некими суевериями, которые еще до сих пор существуют на селе: сглаз, болезни и т. п.

Только благодаря нашим партнерам идея воплотилась. И в Двинском Березнике, и в Вельске нашлись три семьи, которые приняли участие в фотосессии, и баннеры были размещены на центральных улицах этих поселений. Сами семьи-участники, их друзья, родственники позже фотографировались на фоне этих баннеров, гордились и благодарили за возможность участия в таком социально важном проекте. Две семьи из Двинского Березника позже подали заявки на областной конкурс «Лучшая семья». Так мы повлияли на гражданскую позицию жителей маленького села, превратив ее из пассивной, созерцательной в активную, деятельную.

Итоги проекта нас очень радуют: специалисты усилили свои профессиональные компетенции и расширили сеть предоставляемых услуг. В созданные консультативные пункты люди обращаются за помощью и поддержкой. В каждом опорном пункте участковых уполномоченных появились информационные стенды с буклетами и листовками по профилактике семейно-бытового насилия. Население владеет информацией о ресурсах, способных оказать помощь, включая Всероссийский телефон доверия для женщин. А мы продолжаем действовать — разрабатывать новые проекты и добиваться их успешной реализации.

*Ольга Яреньгина*

принципу подруги. Вместо упрека типа «сама виновата» она должна услышать слова поддержки, сочувствия, получить информацию о телефоне доверия, консультацию специалиста.

С такими информационными встречами, участницами которых стало более двухсот женщин, мы объехали восемь муниципальных образований Виноградовского района. Встречались в сельских клубах, библиотеках, администрациях поселений. Каждая встреча была наполнена мощным эмоциональным откликом, словами благодарности за столь значимую работу.

Для привлечения внимания к этой теме и формирования предпосылок к ее обсуждению мы придумали информационную кампанию, основой которой стали две фотовыставки — «О чем молчат женщины» и «Папино дело», а также баннеры социальной рекламы «Семья без насилия».

Выставка «О чем молчат женщины» — это десять творческих работ в виде коллажей, выполненные нашими подопечными в ходе арт-терапевтических сеансов. Каждый коллаж передает переживания женщины, которая жила в ситуации насилия, и сопровождается историей, как она



Как часто родители (а мамы почему-то особенно!) стремятся сделать из своих дорогих чад «великих»: музыкантов, художников, спортсменов, артистов... Нередко это происходит вопреки желаниям и устремлениям «будущих великих», то есть самих детей. Мы посчитали необходимым и своевременным поговорить об этом на страницах журнала. И начать разговор решили с темы, которую считаем крайне важной, так как давно идет спор о том, что лучше для человека: скучная физкультура или большой спорт?

Для справки: по данным Минздрава, в профессиональный спорт вовлечено порядка 4 млн атлетов. На олимпийском уровне соревнуется лишь около 5,5 тыс. спортсменов, то есть всего 0,1%.

Но и среди этого ничтожного числа лишь немногие могут рассчитывать на олимпийские гонорары. Так стоит ли игра свеч, даже если исходить исключительно из финансовой точки зрения?

# ЖИЗНЬ СПОРТСМЕНА ДО И ПОСЛЕ СЛАВЫ



Для всех уже давно очевидно, что сегодня спорт приобрел коммерческую окраску. Не секрет, что вместе с золотой олимпийской медалью российский атлет получает \$50 тысяч. Плюс еще 100 тыс. от какой-нибудь нефтяной компании и несколько десятков тыс. от разного рода спонсоров. И это за чемпионство в далеко не самых популярных спортивных дисциплинах. В связи

с возможностью хорошо заработать на этом поприще в последние несколько лет началось настоящее паломничество родителей, а точнее, их маленьких детей в спортивные секции.

Да и сам спорт сильно помолодел: чтобы преуспеть в нем, занятия приходится начинать с 4–5 лет. Вот только интересно: знают ли «изготовители» будущих чемпионов, что после нескольких



лет занятий от здоровья их детишек может ничего не остаться?

Быть или не быть великим спортсменом? Измотать свое тело нечеловеческими нагрузками в достижении высоких результатов? Что ждет большого спортсмена после славы, побед, пьедестала?

Наша страна велика не только территорией, но и людьми. Особая гордость России — спортсмены, чьи имена золотыми буквами вписаны в летопись мирового спорта. Чтобы стать чемпионом, нужно годами тренироваться, отказаться от простых вещей и привычек, лишиться себя дворовых посиделок и дружеских вечеринок...

Одна знаменитая фигуристка рассказала о своем детстве: «Я вставала в шесть утра, особенно было тяжело зимой; ехала по темному городу до спортзала, занималась там часа полтора, потом отправлялась в школу. После занятий ела бутерброды, которые еще утром делала сама, опять шла в спортзал; три часа усиленной тренировки, и снова по темному городу домой. Уставшая писала домашнее задание. Самым долгожданным моментом было просто упасть на кровать».



Согласитесь, такое детство счастливым не назовешь, но тот, кто испытал ни с чем не сравнимое чувство, стоя на верхней ступени пьедестала почета, готов на любую жертву. И жертва эта, как правило, здоровье. Многочисленные травмы, порванные сухожилия, потраченные на восстановление спортивной формы месяцы, а то и годы — оборотная сторона медали чемпиона. А что говорят врачи?

Со своим здоровьем спортсмены играют в кошки-мышки. Особенно с сердцем. Главный орган человека за одно сокращение прогоняет 50–60 мл крови, у спортсмена — до четырех раз больше. Для обычных людей в их повседневной жизни такие показатели появляются во время сильного стресса. Заслуженный врач России И. Иванов говорит: «Спортивное сердце более совершенно, но недолговечно. За короткий срок оно исчерпывает свой ресурс и после окончания тренировок превращается в ветошь». Звучит ужасно, поэтому наши звезды спорта должны постоянно держать себя в форме. Итак, сердце — жертва номер один, поставленная на алтарь спортивных битв.



Кости, хрящи, связки и сухожилия — жертва номер два. В процессе тренировок они сильно



## ЖЕНСКАЯ ПОВЕСТКА: ПРОБЛЕМЫ, РЕШЕНИЯ, ПЕРСПЕКТИВЫ

изнашиваются, особенно хрящи, отвечающие за безупречную работу конечностей, и в дальнейшем практически не восстанавливаются. Артроз — самое простое, что ждет бывшего спортсмена, хуже — остеопороз. Ну, а про последствия переломов, порванные связки и сухожилия можно не говорить. Это вечные фантомные боли и анальгетики горстями.

Очень мощный удар по здоровью наносит эндокринная система: во время интенсивной тренировки она работает на пределе. В первую очередь пашет щитовидная железа, которая «не понимает», зачем вырабатывает лишние гормоны. И происходит сбой, особенно у женщин: яичники выходят из режима, нарушается цикл (как минимум), и возможно бесплодие (как максимум).

И о надпочечниках. Они тоже «ставят рекорды» вместе со спортсменом, а после окончания карьеры продолжают работать на полную катушку. Нагрузка исчезает, и они перестают работать. Это тяжелое заболевание. Человек постоянно испытывает усталость, и даже простые движения даются ему с трудом.

Однако самый мощный удар по здоровью наносит смена режима привычной повседневной жизни. Щитовидная железа, не выдержав обиды, производит «контрольный выстрел», нарушая процессы обмена, и спортсмена ждет реже дистрофия, чаще ожирение.

Неужели все так плохо? Нет, 12% спортсменов после завершения карьеры остаются здоровыми, но для этого они должны поддерживать спортивную форму! Пример — Татьяна Навка. Умница-красавица! После окончания карьеры не положила коньки на полку, блистает в ледовых проектах вместе со своими коллегами, триумфально завершившими свою спортивную карьеру, но не ушедшими на заслуженный отдых.

Алексей Немов, гимнаст, четырехкратный олимпийский чемпион, гордость нашей страны, особенно после случая на Олимпиаде в Афинах. Тогда ему выставили объективно незаслуженно низкие оценки. И зал буквально взорвался ревом негодования, да таким, что невозможно было выступить следующему гимнасту. Алексей вышел на спортивный подиум и жестами стал успокаивать зрителей. Порядочность А. Немова заставила весь мир зауважать его. Алексею вручили приз де





Кубертена «За поступок». Сейчас он ведет активный образ жизни, является главным редактором журнала «Большой спорт», участвует во многих начинаниях, связанных с гимнастикой. А главное, 46-летний Алексей находится в отличной спортивной форме, счастливо женат, отец троих детей.

Елену Вяльбе без преувеличения можно назвать нашим национальным достоянием: в 13 лет Лена красиво обошла всех соперниц, за что ее прозвали «магаданский самородок». А в 14 лет получила, небывалое дело, звание мастера спорта, которое с лихвой оправдала, победив на чемпионате мира в Италии. Самыми фантастическими были 1994–1997 годы ее спортивной карьеры: почти все медали высшей пробы этапов Кубка мира и чемпионата мира оказались в копилке спортсменки. Король Норвегии, вручая Вяльбе золотую медаль, сравнил ее с богиней Никой. Сейчас форму Елены трудно назвать спортивной, но она женщина, счастливая мать троих детей и бабушка. Елена и сегодня много работает, яв-

ляясь главой Федерации лыжных гонок России, главным тренером нашей сборной по лыжным гонкам. В условиях жестких репрессий она создала сильную команду молодых лыжников, принесших стране на Олимпиаде в Корее «серебро», равносильное «золоту».

Владимир Сальников — еще одна наша спортивная гордость. Четырехкратный олимпийский чемпион по плаванию, многократный чемпион мира и Европы, автор более двадцати рекордов. В 20 лет стать олимпийским чемпионом и при этом получить сразу три «золота» — достижение, которым могут похвастаться лишь единицы. А потом был спад в работе: он стал всего лишь 27-м в мировом рейтинге. Ниже падать было некуда. Владимир, собрав волю в кулак, доказал, что еще способен на победы. На Олимпиаде в Сеуле он совершил спортивное чудо. Нельзя спокойно читать про его ощущения на заключительном в карьере и таком бесценном заплыве: «На последнем 50-метровом отрезке наступило... отупение. Мышц у меня не было. Казалось, ноги-руки не работают. То есть двигаются сами по себе, без меня. Зубами впился в нижнюю губу. Боли не чувствую. Ну, понятно, умер. А это что? Стенка? Какая стенка? Все...» Сейчас Владимир Сальников возглавляет Всероссийскую федерацию плавания. Он член нескольких международных спортивных организаций. В свои 63 года Сальников, конечно, не тот подтянутый и стройный молодой человек, но по мере сил занимается игрой в гольф, горными лыжами, подводным плаванием и теннисом.

Прозвище Калашников наш самый титулованный теннисист Евгений Кафельников получил за пушечные удары, которые редко удавалось отразить его соперникам. Карьера спортсмена взлетела так же быстро и высоко, как и посылаемые им мячи. Евгений стал первым россиянином, победившим в престижнейшем турнире «Ролан Гаррос». Выиграв все самые достойные соревнования и получив все самые высокие награды, спортсмен покинул корт и переключился на гольф, где добился отличных результатов. Сейчас при росте 190 см его вес около 100 кг, что для 48-летнего мужчины вполне приемлемо.

Так быть или не быть великим спортсменом? Или побережь свое здоровье? Или стоит рискнуть ради славы, денег и возможности красиво прожить жизнь?

*Любовь Корсакова*



Удивительные и, скажем прямо, приятные знакомства дарит нам работа в Союзе женщин России. Казалось, только вчера финансовый консультант Екатерина Щеголева вела вебинар и давала рекомендации на портале «Женщины России», а сегодня, отвечая на просьбы читателей, она выступает с публикацией, которая поможет ответить на вопрос

# КАК ПЕРЕСТАТЬ ТЕРЯТЬ ДЕНЬГИ?

Думаю, многие сталкивались с ситуацией, когда в начале месяца вы можете побаловать себя обновкой, а в конце не хватает денег, чтобы заплатить за квартиру. Причем это происходит и с теми, кто зарабатывает довольно много.

Причина — в отсутствии навыка управления своими финансами: вы не знаете, куда и в каком количестве уходят деньги, вы их попросту теряете!

Понять структуру своих расходов можно, только начав вести бюджет. Это занятие требует дисциплины, поэтому не призываю делать это на постоянной основе. Достаточно подробно вести бюджет хотя бы два-три месяца, чтобы понять, на что и в каких объемах тратятся деньги. Вы удивитесь, сколько средств просто улетает на всякую ерунду!

1. Для начала определите все поступающие за месяц деньги: зарплата, премия, пособия, подарки, гонорары, подработки. Если вы не будете знать, сколько денег приходит в ваш личный или семейный бюджет, то можете начать тратить больше, чем можете себе позволить. И ладно если вы придете к тому, что до зарплаты придется себя во всем ограничивать, так некоторые умудряются еще и влезать в долги!
2. Далее нужно расписать все основные статьи расходов: коммуналка, аренда или ипотека, продукты, транспорт, одежда, развлечения. Если вы пользуетесь наличными деньгами, то можно сразу распределить средства по нескольким конвертам. И тратить деньги по наз-



начению каждого из них. Если вы пользуетесь картой, то можно открыть несколько виртуальных счетов-конвертов и тоже отслеживать структуру трат.

3. С каждого дохода следует откладывать деньги в накопления, формировать финансовый резерв. Наверняка вы слышали фразу «Заплати сначала себе»? Если пытаться откладывать в конце месяца, то часто откладывать будет нечего, потому что вы весь месяц оперируете всей суммой, а если убрать в резерв сразу



5. По итогу месяца недостаточно просто все аккуратно записать, следует проанализировать траты, соразмерить свои желания с возможностями.

Например, статья «развлечения» заняла 15% дохода. Почему? Можно ли эту статью оптимизировать?

Когда вы таким образом наведете порядок в личных финансах, возникнет система, упорядоченность, вы перестанете испытывать стресс из-за отсутствия денег. У вашего мозга появится время на постановку и решение более масштабных задач, чем «найти, где перекрутиться деньгами до вторника». А значит, вы начнете развиваться, в том числе и финансово.

Параллельно с ведением бюджета будет полезным сесть и подумать, какие возможности увеличения входящего потока в ваш бюджет вы упускаете. И я даже не говорю про повышение компетенций, получение новых навыков, за счет которых вы можете рассчитывать на повышение вашей зарплаты. Нет, я про деньги, которые буквально на кончиках пальцев, но вы не замечаете их или ленитесь забрать.

### БОНУСЫ И КЕШБЭКИ ОТ БАНКОВ

В 2022 году банки выплатили своим клиентам более 150 млрд рублей кешбэка (*в переводе — возврат части денег*). Просто за то, что люди пользовались картами, совершая свои текущие покупки.

Не поленитесь, уточните, какая бонусная программа есть у вашего банка. Это может быть просто возврат средств на карту, причем некоторые карты имеют повышенный процент возврата за определенные типы трат (например, супермаркеты или заправки), или банк дает бонусы, которыми можно расплатиться в магазинах партнеров по курсу 1 бонус = 1 рубль. От 5 до 10% трат можно вернуть в виде кешбэка, а сэкономленные деньги — заработанные деньги.

### НАЛОГОВЫЕ ВЫЧЕТЫ

Если вы налоговый резидент и официально работаете по найму, то работодатель ежемесячно перечисляет за вас в бюджет НДФЛ (налог на доходы физических лиц) в размере 13% от вашего оклада. Например, при зарплате в 40 000 рублей в бюджет ежемесячно отчисляется 5200 рублей, а это 62 400 рублей в год!



5–10% от поступления, то верстать бюджет будете уже из оставшейся суммы.

4. Помимо финансового резерва на «подушку безопасности» и крупные покупки нужно запланировать и нерегулярные траты.

О них многие забывают при ведении бюджета, поэтому подарки на дни рождения близким или подготовка ребенка к школе становятся заметным ударом по кошельку. Но мы же можем их предусмотреть, и ежемесячный бюджет не пострадает!



## ЖЕНСКАЯ ПОВЕСТКА: ПРОБЛЕМЫ, РЕШЕНИЯ, ПЕРСПЕКТИВЫ

И многие не знают, что если не все, то большую часть этих денег можно и нужно ежегодно возвращать в семейный бюджет, используя налоговые вычеты. Причем если раньше приходилось собирать документы и везти их в налоговую, что было довольно хлопотно, то сейчас все подается дистанционно через личный кабинет. Просто потратьте на это час времени!

Так, к примеру, социальный налоговый вычет позволяет вернуть 13% от 120 000 рублей, совокупно потраченных за год на лечение и покупку медикаментов, на свое обучение, на фитнес-услуги. В дополнение можно вернуть деньги за обучение своих детей из расчета 13% от 50 000 рублей на каждого ребенка.

Например, в 2022 году вы оплатили лечение зубов — 50 000 рублей, еще 30 000 потратили на медикаменты, 20 000 стоила карта в спортивный клуб, а курсы по английскому для ребенка обошлись в 42 000 рублей. Итого вы можете вернуть за год 18 460 рублей: 13 000 рублей за себя (13% x (50 000 + 30 000 + 20 000)) и 5460 рублей за ребенка (13% x 42 000).

Больше возможностей дает имущественный налоговый вычет: при покупке недвижимости можно вернуть 13% от ее стоимости, но не более чем 13% от 2 000 000 рублей, то есть 260 000 рублей на человека.

Предположим, вы купили квартиру за 5 млн рублей. В этом случае можно будет вернуть максимум 260 000 рублей. А если вы купили эту квартиру, находясь в браке, то уже каждый из супругов сможет вернуть по 13% от максимальной суммы на человека в 2 000 000 рублей. Итого 520 000 рублей вернутся в ваш семейный бюджет! Полмиллиона!

Более того, если недвижимость покупается в ипотеку, то в дополнение к этой сумме можно вернуть и 13% от 3 000 000 рублей процентов по ипотеке, уплаченных банку, то есть по 390 000 рублей на человека. Самое главное, что получать имущественный вычет вы можете постепенно, ежегодно возвращая уплаченный НДФЛ, пока полностью не выберете причитающуюся сумму.

Это далеко не все возможности, которые дает нам государство. Существуют еще профессиональные и инвестиционные вычеты. Но начните



с социальных — просто протяните руку и заберите, и пусть эти деньги положат начало вашему финансовому благополучию!

Екатерина Щеголева

Мы посчитали правильным на страницах журнала публиковать новости наших партнеров — тех, кто помогает и поддерживает, кто мотивирует нас на новые свершения... Наш Союз укрепляет деловые связи с Академией инновационного образования и развития: в начале марта на базе Союза женщин России прошла дискуссионная панель VII Всероссийской научно-практической конференции «Информационная безопасность и дети». Сегодня мы рассказываем о новой инициативе наших партнеров.

# «УЧИТЕЛЬ! ПЕРЕД ИМЕНЕМ ТВОИМ...» (Н.А. НЕКРАСОВ)



## Учитель, покоривший интернет

Всероссийский конкурс профессионального мастерства среди педагогических работников, специалистов воспитания и наставников им. Виктора Михайловича Глушкова

В течение многих столетий человек, который передавал знания подрастающему поколению, был уважаем и почитаем. К сожалению, в нашем обществе святость учителя, наставника утрачена. Образование стало сферой услуг. В 2016 году министр просвещения Ольга Юрьевна Васильева впервые за многие годы озвучила проблему нетерпимости к такому положению российского учителя. Она предприняла действия, направленные на поднятие имиджа учителя: переводение конкурсов профессионального мастерства на более высокий уровень, пропаганда учительской профессии, создание условий для работы педагогов как в городских, так и в отдаленных маленьких сельских школах, привлечение в школу молодых специалистов.

Эту идею поддержал президент Российской Федерации Владимир Владимирович Путин: 2023 год объявлен Годом учителя и наставника. Мы осознали, что учитель — это не просто профессия, это призвание. И от того, кто сегодня стоит у школьной доски, кто разговаривает с нашими детьми о важном, кто учит их любить, творить, ошибаться и учиться на своих ошибках, зависит будущее нашей страны.

Учитель был эталоном знаний, потому что зачастую он выступал единственным носителем информации. На заре советской власти, когда не хватало учебников, педагог учил взрослых и детей грамотности, от него они узнавали новости, он рисовал им картины будущего. С разви-





тием экономики в образовательном процессе у учителя стало появляться все больше и больше помощников. Инструментами учителя стали не только классная доска и кусочек мела, но и много современных, в том числе и телекоммуникационных технологий.

Цифровой мир так стремительно ворвался в нашу жизнь, что система образования, да и мы с вами оказались к этому не готовы. В силу объективных причин учитель перестает быть единственным носителем уникальной образовательной информации. Информационно-коммуникационные технологии все активнее внедряются в нашу жизнь, и дети адаптируются к их присутствию гораздо быстрее, чем взрослые. И учителю очень сложно успевать за развитием своих же собственных учеников в области навыков общения в виртуальном мире. Меняется роль учителя: из транслятора образовательной информации он становится наставником. Но, для того чтобы быть помощником, наставником, необходимо иметь навыки работы в современном информационном мире. Современные дети избалованы избытком цифровых ресурсов, и они ждут от своих педагогов помощи и поддержки, для того чтобы разобраться в водовороте информации, которая обрушивается на них.



Следовательно, учитель, настоящий учитель, сегодня должен уметь так организовать свой образовательный процесс, чтобы он был интересен детям, а значит, он должен жить в одном информационном поле с детьми, в том числе и в виртуальном.

Сотни лет педагогическая наука обобщала опыт работы педагогов-новаторов, предлагала интересные и новые механизмы взаимодействия педагога и ученика. Многие из них актуальны и ныне. Однако вместе с тем появляются и новые находки, изюминки, которые рождаются в повседневной практике отдельных педагогов, новые формы доверительного и уважительного общения детей и взрослых. Это направление работы еще мало изучено учеными, создано недостаточно коммуникационных площадок по обмену этим уникальным опытом.

Академия инновационного образования и развития при поддержке Союза женщин России и Координационного центра национального домена решили устранить этот пробел — создать виртуальную карту Российской Федерации, на которой будут размещены лучшие практики, разработки, предложения, идеи организации образовательного взаимодействия педагога и обучающегося, педагога и родителя, педагога и семьи.



Для того чтобы это не стало еще одной профессиональной обязанностью, а было интересной формой взаимодействия педагогов-профессионалов, решено провести сбор материала в виде конкурса профессионального мастерства. Конкурс получил название «Учитель, покоривший Интернет». Мы приняли решение посвятить конкурс памяти В.М. Глушкова, практически ставшего родоначальником развития российского Интернета. Этот конкурс поможет всем нам лучше понять, как общаться, учиться, да и просто жить в новых цифровых условиях.



Цель конкурса — выявление и распространение качественных практик и навыков результативного взаимодействия в виртуальном пространстве и коммуникации в цифровой среде среди педагогических работников дошкольного, общего, профессионального, высшего профессионального образования, специалистов дополнительного образования и воспитания детей.



Участниками конкурса могут быть учителя школ и гимназий, воспитатели детских дошкольных учреждений, педагоги дополнительного образования, преподаватели техникумов, колледжей, лицеев, вузов, учителя-логопеды, учителя-дефектологи, педагоги-психологи и другие специалисты, работающие с детьми и молодежью. Возраст и стаж участников не ограничиваются.

Конкурс проводится со 2 марта по 15 декабря 2023 года.

С положением и условиями конкурса вы можете подробнее ознакомиться на сайте <http://www.vneshkolniknew.ru>.

Вопросы, возникающие по организации и проведению конкурса, можно задать по электронной почте [uchitel.interenet@yandex.ru](mailto:uchitel.interenet@yandex.ru).

*Ольга Рубцова*





Союз женщин России создал Клуб женщин-предпринимателей, объединивший лидеров бизнеса – от больших производственных предприятий и маркетплейсов до небольших площадок МСП и социального предпринимательства. Сегодня мы хотим рассказать об одном из ярких членов Клуба женщин-предпринимателей. Знакомьтесь: член президиума Союза женщин России, генеральный директор стоматологической клиники ООО «ДАНТИСТ» из г. Тутаева Ярославской области Ирина Валентиновна Кадочникова.

## ЗА КРАСИВОЙ УЛЫБКОЙ — К ИРИНЕ

Ирина Валентиновна приехала в г. Тутаев Ярославской области осенью 1989 года по распределению, после окончания Калининского государственного медицинского института, для работы в должности врача-стоматолога в Тутаевской ЦРБ.

Ее сразу заметили как амбициозного доктора, способного внедрять в стоматологическую практику новейшие методы и материалы, которые ранее не использовались в данной больнице. Уже с 1991 года, когда разрешили частную медицинскую практику, она арендует стоматологический кабинет в одной из школ города, закупает новые, современные стоматологические материалы и препараты, вспомогательное оборудование и инструменты. Наряду с обслуживанием учащихся и учителей школы Ирина Валентиновна ведет платный прием населения.

...Жизнь не стоит на месте. В 1997 году наша героиня вместе с мужем Владимиром покупает квартиру и переоборудует ее в стоматологический кабинет «ДАНТИСТ», в котором после необходимых разрешений начинает самостоятельную предпринимательскую медицинскую деятельность. Однако на этом Ирина Валентиновна не останавливается. В 2004 году они с Владимиром и дочерью Кристиной расширяют свою деятельность, приобретая еще одну квартиру по соседству, регистрируя ООО под прежним названием «ДАНТИСТ», получают лицензию и работают уже как стоматологическая клиника с соответствующим персоналом. Жители города сразу это заметили: их устраивали расположение клиники, доступные цены на услуги, профессионализм и доброжелательность персонала. Многие выбрали эту клинику как свою семейную.



А Ирина Валентиновна думала о том, как расширить свою клинику, чтобы пациент мог получить все стоматологические услуги, не тратя времени на их поиски. И в 2010 году семья приобретает еще одну смежную квартиру, которая переоборудуется под детскую стоматологию. В остальных помещениях проводятся ремонт и перепрофилирование. ООО «ДАНТИСТ» получило лицензию уже на все стоматологические услуги, и клиника расширилась до четырех кресел. Пациенты оценили это, и многие стали постоянными



посетителями, что улучшило их здоровье, так как доктора знали все их проблемы.

Благодаря своей неординарности, любви к ближним и женственности Ирина Валентиновна создала прекрасную семью. Они с мужем воспитали троих детей, которые получили образование и приобрели профессии. Дочь Кристина окончила мединститут (Тверскую государственную медицинскую академию) и в своей клинике «ДАНТИСТ» работает врачом-стоматологом по трем специальностям, являясь ведущим ортодонтом. Старший сын Валентин тоже окончил мединститут (Санкт-Петербургскую государственную медицинскую академию имени Павлова) и работает здесь же по двум специальностям, являясь ведущим хирургом.

Семья постоянно путешествует по стране, сплачивается по рекам, ездит в турпоездки по другим странам, расширяя свой кругозор. Ирина и Владимир активно занимаются общественной деятельностью. Ирина Валентиновна — член Общественной палаты района, Координационного совета ТМР, Союза женщин-предпринимателей Ярославской области. Дети поддерживают их в этом и помогают.

Так, в 2020 году на семейном совете решили расширить стоматологическую клинику до полноценного центра, где появится возможность делать сложные стоматологические операции и проводить точные диагностические исследования. Для этого решили приобрести отдельное помещение, отвечающее всем современным требованиям и имеющее необходимые площади.

С этой целью приобрели целый этаж в отдельном нежилом здании, провели капитальный ремонт, перепланировку, переоборудование и в конце 2021 года открыли новый, современный, комфортабельный стоматологический центр в Тутаеве недалеко от прежнего адреса. Все постоянные пациенты с удовольствием стали посещать новые, светлые, большие и уютные кабинеты «ДАНТИСТА», которых стало уже пять.

Быть лидером в профессии и в повседневной жизни — непростая задача. Однако Ирина Валентиновна понимает, что, несмотря ни на что, следует смело идти вперед, учиться чему-то новому и учить других, основываясь на своем опыте, и помогать всем, кто в этом нуждается. Поэтому клиника по сути своей — социальное частное предприятие. Для пациентов пенсионного возраста, престарелых, инвалидов и малоимущих в прейскуранте имеются большие скидки, применяется рассрочка с оплатой услуг, и предостав-



ляются коммерческие кредиты. «ДАНТИСТ» через Союз женщин России неоднократно отправлял посылки в зону специальной военной операции на Донбасс. Ирина Валентиновна лично либо через предприятие оказывает благотворительную помощь тутаевским спортсменам в секциях плавания школы «Дельфин» и футбольного клуба. Клиника плотно сотрудничает с детским центром «Созвездие» и Тутаевской музыкальной школой. Сотрудники стоматологической клиники приходят в эти учреждения с лекциями, проводят бесплатные мастер-классы и профилактические мероприятия. А дети изготавливают для «ДАНТИСТА» свои оригинальные поделки, которые украшают помещения клиники.

Сотрудники стоматологической клиники ООО «ДАНТИСТ» уважают своего руководителя и доверяют Ирине Валентиновне. Об этом можно судить по тому, что 80% из них работает 10 и более лет, а четверо — с момента открытия предприятия. Есть и молодые сотрудники, которые работают совсем немного, но уже прикипели душой к «ДАНТИСТУ». Сотрудники постоянно повышают свое профессиональное мастерство за счет предприятия, посещают платные курсы и участвуют в непрерывном медицинском образовании.

Ирина Валентиновна умеет организовать и досуг сотрудников с посещением театров и выставок. На 20-летие клиники весь коллектив за счет прибыли выезжал в Турцию. Сотрудникам это очень понравилось. А вот на 25-летие благодарные пациенты подарили всему коллективу билеты в Большой театр. Это было признание населением позитивной деятельности «ДАНТИСТА» и его руководства. Коллектив выезжает на бизнес-стажировки в профильные предприятия Ярославской области и других регионов. На этих встречах происходит обмен опытом, заводятся новые знакомства, обсуждаются совместные бизнес-идеи.

«ДАНТИСТ» уже на протяжении десяти лет занимает первое место в региональном этапе всероссийского конкурса «Организация высокой социальной эффективности» в номинации «Малая организация высокой социальной эффективности» и имеет диплом от губернатора области. В этом большая заслуга руководителей, которые не жалеют средств на обеспечение сотрудников всем необходимым для безопасной и комфортной работы.

Общественная жизнь Ирины Валентиновны сильно оживилась с вхождением в президиум Союза женщин России. Поездки в Москву на кон-



ференции, обмен опытом и встреча с другими активными женщинами России подарили ей новые идеи и вдохновили на новые свершения. Кто как не женщины России должен создавать семьи, вершить великие дела и участвовать в бизнесе?

Продолжаем так полюбившуюся нашим читателям рубрику о женах, которые были порой соратницами и единомышленницами, а порой служанками и рабынями мужей, чьи имена известны и почитаемы. Сегодня расскажем о жене Льва Николаевича Толстого – Софье Андреевне.

# ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА ДЛЯ ГЕНИЯ



сразу влюбился. Потом он воплотил черты своей жены в образе Наташи Ростовской.

Перед тем как начать рассказ о Соне, ставшей Софьей Андреевной Толстой, следует осознать два момента в ее жизни, которые без преувеличения шокируют современников, особенно женщин: графиня Софья Андреевна Толстая за 30 лет замужества в общей сложности носила под сердцем своих детей одного за другим 10 (десять!) лет, иногда разница между ними, а их было 13, не составляла и года, и переписала шедевр мужа «Войну и мир» (четыре тома) семь раз! Это ли не подвиг жены?

Соня родилась в семье врача Андрея Берса, который спас умирающую 18-летнюю Любу Иславину, влюбился в нее и женился, несмотря на разницу в возрасте 18 лет. В чем-то Соня повторила судьбу своей матери, которая вышла замуж по большой любви, родила восемь детей, а потом стареющий муж изводил ее ревностью и по превратности судьбы ревновал к соседу Льву Толстому, их будущему зятю. Любовь Александровна дала дочерям прекрасное образование. Впоследствии Соня сдала экзамен на звание домашней учительницы в Московском университете (в те времена редкие девицы имели подобный высокий уровень интеллекта!). Она вела дневник, описывала в нем не только события, но и мысли, сочиняла сказки, детские стишки, проявив талант писательницы. Поэтому ей льстило, что такой известный человек предложил ей руку и сердце. Она была уверена, что в замужестве ей не понадобится дневник, она будет делиться своими сокровенными мыслями с любимым мужем. Между тем Лев сказал своей сестре: «Моя жена должна будет забыть свет и целиком посвятить себя семье». И вот венчание, свадьба, поздравления, молодые поехали в имение молодожена Ясную Поляну, и то, что называется первой брачной ночью, произошло для Сони в карете. Она потрясена его отношением, и только спустя несколько лет прочтет слова одного из персонажей в повести

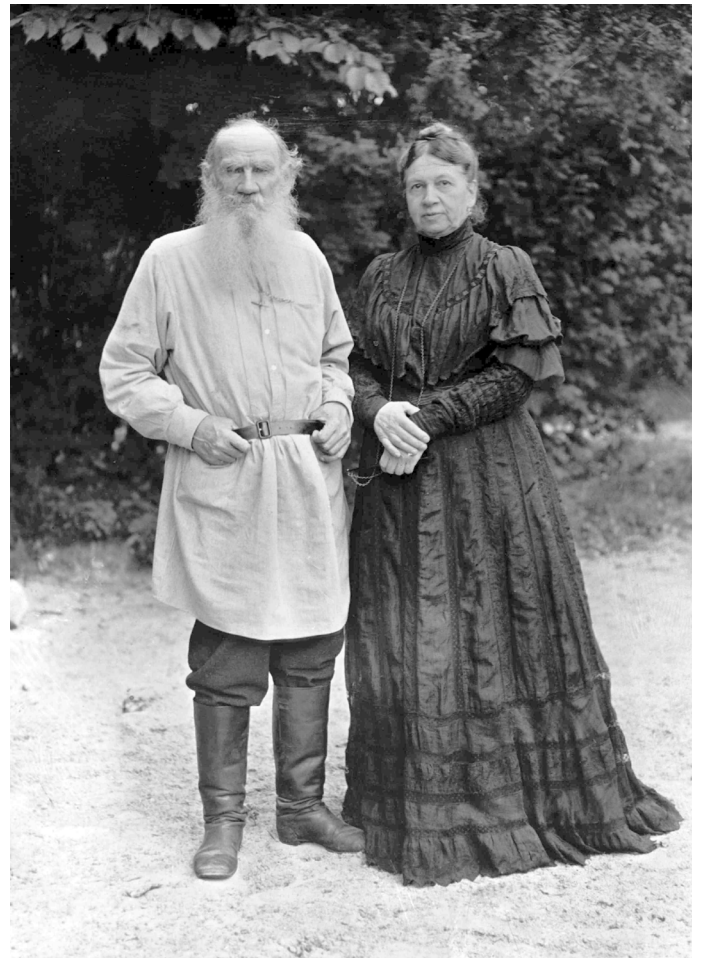
Наша маленькая, но беспокойная планета за весь период цивилизации видела нескольких гениев в разных эпохах. Их жизни исследованы во всех подробностях. И все равно интерес к ним в который раз заставляет нас перечитать написанное и понять, каково им жилось. А их родственникам? Представить, что кто-то называл Льва Николаевича Толстого на «ты», довольно трудно, но ведь у него была семья, жена моложе его на 17 лет. Соответствовала ли юная Соня Берс представлениям Льва Николаевича об идеальной супруге? Он долго колебался, кого выбрать: Елизавету, старшую сестру Сони, или ее? Однако на балу у их дедушки в загородной усадьбе недалеко от Ясной Поляны увидел Сонечку, некрасивую, большеберотую, но такую сияющую молодостью и чистотой, и



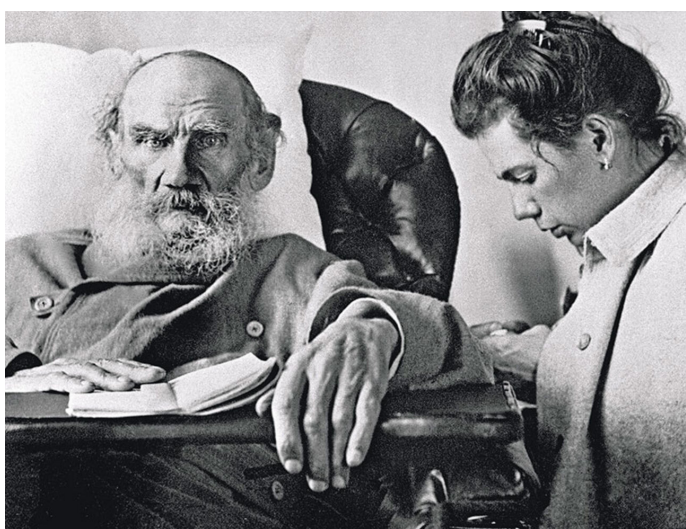
Толстого, что «в женщине нужно воспитывать чувство страсти и разврата». А муж оценил свою молодую жену кратко — не она.

Уже через две недели после свадьбы Соня поняла, что будет продолжать вести дневник, поскольку муж не собирался выслушивать ее тайны и мысли. Она никак не могла подстроиться под его ритм, не могла сидеть без дела: «То пишу, играю на фортепиано, читаю тетеньке, а Лева все рыщет по хозяйству или пишет, и я одна, и так чувствую свою молодость, и мне нужно чего-то...» Первая беременность оказалась тяжелой, ребенок слабенький, Соня выбивалась из сил, муж заставлял ее саму кормить грудью, запрещая взять кормилицу. А еще требовал близости, не понимая, что она не готова к ней. И череда девятимесячных ожиданий ребенка начала свой отсчет: «У моего мужа физическая сторона любви играет большую роль, у меня напротив, и это ужасно». Несмотря на такие проблемы, оба описывали первые годы супружества как «самые счастливые». Однако постепенно к Софье приходило осознание, что муж не собирался поддерживать молодую жену, вынужденную вести хозяйство, заниматься детьми, при этом почти постоянно болеющую: «Боль в груди меня гнет в три погибели, Лева убийственен, хозяйство вести не может, не на то создан, я знаю, что ему нужно, но я дать ему это не могу... мне даже кажется, что я его не люблю...»

И молодая жена уже к тому времени знаменитого писателя, автора, как бы сейчас сказали, бестселлеров «Война и мир» и «Анна Каренина», начала погружаться в беспросветное ведение домашнего хозяйства, когда она не могла ни минуты уделить себе. Софья стала прекрасной, внимательной и заботливой матерью, воспитывала детей сама без помощи гувернанток и няней, общивала, учила чтению, счету, игре на фортепиано, огромное значение придавала нравственному поведению. Она ухаживала за большим имением, учась всему на ходу, писала счета, вела деловую переписку, закупала нужные для большой семьи товары и, самое главное, помогала мужу заниматься творчеством. Лев Николаевич имел отвратительный почерк, который даже сам не всегда мог разобрать. Поздно вечером Софья Андреевна забирала у него написанное за день и шла к себе в комнату, чтобы к утру положить на его стол переписанные набело главы книг. У супругов началось отдаление друг от друга. Софья Андреевна не принадлежала себе, взвалив на свои плечи обязанности не только хозяйки большого дома, но и хозяина, заменив на этом месте отца семей-



ства. Один раз она, не выдержав напряжения, в безнадежной попытке отправила Льву Николаевичу список расходов, он тотчас же снисходительно ответил ей: «Не могу я приписывать этим денежным расчетам какую-то важность». К тому моменту была опубликована «Крейцера соната», в которой он осуждал физическую близость даже в семье, сделав Софью ответственной за то, что «она частично виновата в его похоти, которую он не в силах побороть». В своей новой повести он называл любой секс «развратом и мерзостью».



Даже зная, какую роль отводит ее муж женщине, все равно поддерживала его и по его настоянию открыла в их имении что-то вроде конторы, где принимала просителей, разрешала споры, а потом учредила для местных крестьян врачебный кабинет и небольшую лечебницу, где сама подбирала необходимые препараты для больных, используя опыт в лечении своих детей. Она писала: «Рецепты я всегда берегла и знала, в каких случаях использовать данное средство, моя счастливая рука всегда помогала мне». Однако это все пришлось закрыть, когда мужа назвали «великим учителем жизни», и в Ясную Поляну хлынул поток «попрошаек и вообще мутного люда». Все хотели поговорить с графом как с равным, создавая большие проблемы жителям усадьбы, и у Софьи Андреевны появилась новая забота — следить за порядком и безопасностью в доме. В те счастливые моменты, которые измученная женщина могла провести наедине с собой, она писала: «Я не свободная думать по-своему, любить тех, кого выбрала сама, и идти туда, где мне интересно, не свободна изгнать из дома этих скучных, подчас дурных людей, а хочу принимать хороших, умных, талантливых людей, хочу жить содержательно и спокойно, а живу нервно и беспокойно». В такие минуты она понимала, кем на самом деле был ее муж, который хотел все лишнее — кареты, фортепиано и прочие вещи — продать и раздать деньги нуждающимся. Он переписал всю недвижимость на нее и детей, следуя своей теории, что человек не должен быть богатым.

В конце жизни они оба были далеки друг от друга, их разделяли непреодолимые разногласия, ни один из них не хотел принять позицию другого, считая ее неверной. И Лев Николаевич уехал из дома. Простудившись, он заболел и умер на станции Остапово. А Софья Андреевна, прожив еще девять лет, выслушивала несправедливые упреки ото всех, что не была достойной женой гения.

Сейчас, прочитав ее мемуары, можно самому сделать вывод, стала ли Софья Андреевна идеальной женой для Толстого, но, без сомнения, она заслуживает большого уважения тем, что родила столько детей, прекрасно воспитала их, была отличной хозяйкой, взвалив на себя обязанности мужа по хозяйству. Может, как раз она и стала идеальной женой, ведь дар Толстого расцвел именно рядом с ней, а может, даже оказалась слишком хороша для него.

*Любовь Ильченко*

Это вызвало большой всплеск противоречивых мнений в обществе. Софье Андреевне передали, что даже сам государь, прочитав это произведение, сказал: «Мне жаль его жену», а в ее дневнике появилась такая запись: «Если бы я это его убеждение прочла тридцать лет назад, то никогда бы не вышла за него замуж». Дальше — больше. У Льва Николаевича в черновиках нашли запись мыслей писателя: «Мода умная восхвалять женщину, утверждать, что они не только равны по духовным способностям, но и выше мужчин, очень скверная и вредная мода». Софья Андреевна лишь своему дневнику могла рассказать, сколько всего ей нужно сделать одной, без всякой поддержки: «Этот хаос бесчисленных забот приводит меня в ошалелое состояние», и далее шел длинный список дел, которые ждали ее, а некоторые требовали немедленного вмешательства. В этом же списке не только переписка работ Льва Николаевича, работа секретарем и издателем, но и переводы всевозможной справочной литературы для него, поскольку она владела языками.



Союз женщин России уделяет большое внимание развитию социального предпринимательства в регионах нашей страны. А, как известно, больше 80% в этой сфере — женщины. Именно поэтому информация сайта Фонда «Наше будущее», исполнительный директор которого Юлия Жигулина — Амбассадор Союза женщин России, показалась нам полезной для наших читательниц.

## В РОССИИ РАСТЕТ ЧИСЛО СОЦИАЛЬНЫХ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ



Фонд «Наше будущее» подвел итоги развития социального предпринимательства за прошедший год. В 2022 году число социальных предпринимателей в России выросло на 27%. На январь 2023 года в Реестре социальных предприятий зарегистрировано почти 8000 бизнес-единиц.

«Социальные предприниматели — активные люди. Они отличаются повышенным интересом к саморазвитию, — отмечает директор Фонда «Наше будущее» **Наталья Зверева**. — В прошлом году мы запустили в онлайн-версии первую массовую Школу социального предпринимательства, на которую зарегистрировалось почти 600 человек. Из них было отобрано 100 человек для прохождения бесплатной программы». В целом в обучающих программах Лаборатории социального предпринимательства, работающей на базе фонда, в 2022 году приняло участие свыше 4500 человек.

Кроме того, в 2022 году в 65 регионах прошел курс «Бизнес-спринт», направленный на помощь социальным предпринимателям в составлении

заявки на грант от Минэкономразвития РФ. Количество его участников увеличилось на 36% по сравнению с предыдущим годом.

Проект «Больше, чем покупка» в прошлом году предоставил рынки сбыта 35 производителям. Благодаря программе товары социальных предпринимателей продаются более чем в двух тысячах торговых точках России, а также на интернет-платформе Wildberries. За 2022 год в рамках проекта реализовано более 220 т угля для пикника (мешки для него производят слабовидящие люди); больше 100 млн салфеток, изготовленных на социальных предприятиях; свыше 20 тыс. игрушек и других товаров, упакованных людьми с ментальной инвалидностью.

Лауреатами премии «Импульс добра» за вклад в развитие и продвижение социального предпринимательства в России стали социальные предприниматели из Санкт-Петербурга, губернатор ХМАО — Югры Наталья Комарова, Агентство социальной информации и другие амбассадоры новой сферы экономики.

В рамках социального проекта СЖР «Интернет-портал «Женщины России» мы продолжаем готовить и публиковать цикл вебинаров и мастер-классов, передач «Сделаны в России» и «Женский вопрос», которые в режиме онлайн регулярно выходят с площадки медиастудии СЖР. Сегодня представляем вам трансляции, вышедшие в декабре 2022-го – феврале 2023 года.

# СМОТРИТЕ. ИСПОЛЬЗУЙТЕ. ВКЛЮЧАЙТЕСЬ

онлайн-вебинар



Лали  
Молякова

### «Ангел светлый»

В студии Союза женщин России **Лали Молякова**, художник, педагог, музыкант, поэт и многодетная мама, создала авторскую работу — бумажного Ангела.

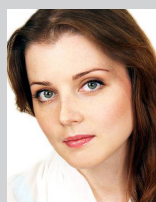
**Лали Молякова** — основатель и руководитель студии «Волшебная палитра» КДЦ имени И.Д. Кобзона в подмосковном Успенском, создатель собственной студии «Лали-арт». Выпускница Музыкального училища при Московской консерватории и Московского государственного академического художественного института имени В.И. Сурикова.



онлайн-вебинар



Вера Зотова



Евгения  
Белобородова

### «Время сказок и света...»

**Вера Зотова** и **Евгения Белобородова**, актрисы Российского академического молодежного театра (РАМТ), подтверждая мнение, что талантливый человек талантлив во всем, поделились секретами изготовления волшебного светильника. Вера и Евгения подсказали и показали, как из подручных и недорогих материалов можно смастерить интересные вещи, которые помогут преобразить любой интерьер и создать праздничное новогоднее настроение. А еще гости Союза женщин России рассказали о том, как в главном молодежном театре страны готовятся к празднованию Нового года.



онлайн-вебинар



Екатерина  
Щеголева

### «Как перестать терять деньги»

Почему одни даже при невысокой зарплате ездят в отпуск, находят деньги на ремонт и покупают автомобили, а другие к концу месяца вынуждены просить займы «до получки»?

Финансовое планирование — это всего 20% знаний и 80% дисциплины. Вы удивитесь, сколько денег тратилось «не пойми на что», когда начнете вести бюджет.

Спикер — **Екатерина Андреевна Щеголева**, предприниматель, частный инвестор, аттестованный специалист финансового рынка, финансовый консультант, основатель онлайн-школы разумного инвестирования и финансовой грамотности KEYPOINT.





## онлайн-вебинар

Эльфия  
Дорофеева**«Ребенок в современном обществе»**

В студию Союза женщин России были приглашены эксперты в области дошкольного образования: **Эльфия Минимулловна Дорофеева**, президент Ассоциации развития качества дошкольного образования (АР-КАДО), и **Ирина Ильинична Комарова**, кандидат исторических наук, проректор Международной педагогической академии дошкольного образования (МПАДО). В эфире спикеры поделились авторитетным мнением по следующим темам: современные тенденции дошкольного образования и воспитания в России и в мире; разница в процессе воспитания и развития домашних и детсадовских детей; формирование мировоззрения ребенка на основе семейных ценностей; ответственность родителей за гармоничное развитие и мягкую адаптацию ребенка в быстро меняющемся современном мире.

Ирина  
Комарова

## онлайн-вебинар

Ольга  
Евстигнеева**«10 вопросов кардиологу»**

Гость очередного вебинара Союза женщин России — врач-терапевт, кардиолог, заведующая Центральной поликлиникой клинической больницы №85 ФМБА России **Ольга Борисовна Евстигнеева**.

Как защитить свое сердце и какие симптомы должны заставить обратиться за помощью, есть ли разница симптоматики кардиологических проблем у женщин и у мужчин — на эти и другие вопросы ответила эксперт.



## КАТАЛОГ ПРОГРАММ «ЖЕНСКИЙ ВОПРОС»

декабрь 2022 г. – февраль 2023 г.

**«Женщины слышат».** Екатерина Лахова

Екатерина Лахова — председатель Союза Женщин России об острых проблемах женщин.

<https://womenofrussia.online/telecast/zhenshchiny-slyshat-ekaterina-lakhova/>



3 декабря 2022 г.



5 декабря 2022 г.

**«Остеопат VS мануальный терапевт».** Виктор Чичайкин

Остеопат-мануальный терапевт Виктор Чичайкин об особенностях своей работы.

<https://womenofrussia.online/telecast/osteopat-vs-manualnyy-terapevt-viktor-chichaykin/>

**«Женщина и конфликты».** Каринэ Геворгян

Женский взгляд на мировые конфликты Каринэ Геворгян — политолога, востоковеда, лингвиста, гостя многих ток-шоу.

<https://womenofrussia.online/telecast/zhenshchina-i-konflikty-karine-gevorkyan/>



13 декабря 2022 г.



19 декабря 2022 г.

**«Прогноз на 2023».** Елена Файкина

Астролог Елена Файкина о том, можно ли подобрать удачный месяц для свадьбы, узнать о характере будущего ребёнка и есть ли универсальные рекомендации для каждого?

<https://womenofrussia.online/telecast/prognoz-na-2023-elena-faykina/>



27 декабря 2022 г.

**«Каток культуры и отдыха».** Ольга Мистрюкова

Об особенностях подготовки и успешной работы катка в любимом Парке Горького в зимний сезон 2022-2023.

<https://womenofrussia.online/telecast/katok-kultury-i-otdykha-olga-mistryukova/>

**Помощь с Алтая.** Надежда Ремнёва

В студии Надежда Степановна Ремнёва — руководитель Алтайского отделения СЖР. О времени больших дел и проверки характера.

<https://womenofrussia.online/telecast/pomoshch-s-altaya-nadezhda-remnyeva/>



3 января 2023 г.



9 декабря 2023 г.

**Актер непростого времени.** Василий Мищенко

Актёр, режиссёр театра и кино, заслуженный артист России Василий Мищенко о поездках на Донбасс, о съёмках в Африке и активной гражданской позиции.

<https://womenofrussia.online/telecast/akter-neprostopogo-vremeni-vasilij-mishchenko/>

**Семейные ценности.** Майра Перова

Как не устать делать добро? Гость студии Майра Перова — руководитель Мытищинского отделения СЖР, основатель организации «Семейные ценности».

<https://womenofrussia.online/telecast/semeynye-tsennosti-mayra-perova/>



16 января 2023 г.



24 января 2023 г.

**«В кругу Коровина».** Любовь Агафонова

студии СЖР Любовь Агафонова, искусствовед и куратор выставки «Константин Коровин и его круг. Москва-Париж».

<https://womenofrussia.online/telecast/v-krugu-korovina-lyubov-agafonova/>

**Профилактика кризиса.** Наталья Завьялова

Наталья Завьялова, директор Кризисного центра помощи женщинам и детям о том, как женщина приходит к состоянию социального неблагополучия, что это и можно ли вовремя предотвратить эту ситуацию.

<https://womenofrussia.online/telecast/profilaktika-krizisa-natalya-zavyalova/>



1 февраля 2023 г.



6 февраля 2023 г.

**Рак боится смелых.** Екатерина Кобякова

Женский вопрос о ранней диагностике онкозаболевания: скрининге и диспансеризации. В студии Екатерина Кобякова, главный врач НИИ Клинической и Экспериментальной Радиологии, ФГБУ «Национальный Медицинский Исследовательский Центр Онкологии им. Н.Н. Блохина» Минздрава России.

<https://womenofrussia.online/telecast/rak-boitsya-smelykh-ekaterina-kobyakova/>

**Режиссура любви.** Павел Урсул

Гость программы театральный режиссер Павел Урсул. О режиссерском успехе, о том, как усмирить нрав актера и о том, где беспроектно найти вдохновение.

<https://womenofrussia.online/telecast/rezhissura-lyubvi-pavel-ursul/>



13 февраля 2023 г.



20 февраля 2023 г.

**Бизнес онлайн.** Илоанга Ершова

Как развивать бизнес на онлайн-платформах и маркетплейсах? Гость студии СЖР Илоанга Ершова, директор по развитию компании Озон.

<https://womenofrussia.online/telecast/biznes-onlayn-iloanga-ershova/>



## КАТАЛОГ ПРОГРАММ «СДЕЛАНЫ В РОССИИ»

декабрь 2022 г. – февраль 2023 г.

**Дом ёлочной игрушки.**

Нижегородская фабрика стеклянных елочных украшений «Ариель» достойно продолжает заложенные в 1936 году в г. Горьком традиции производства елочных украшений.

<https://womenofrussia.online/telecast/dom-yelochnoy-igrushki-24799/>



16 декабря 2022 г.



22 декабря 2022 г.

**Действуем вместе!**

Девиз, под которым главный офис Союза женщин России радушно встретил председателей и представителей региональных отделений: наших прекрасных женщин, подружек и красавиц!

<https://womenofrussia.online/telecast/deystvuem-vmeste/>

**#моднаянародная. Надежда Бабкина**

Надежда Бабкина умеет покорить зал буквально с первой ноты, потому что обладает внутренней силой и потрясающей энергетикой, благодаря которым к ней пришел настоящий успех и мировая слава.

<https://womenofrussia.online/telecast/modnayanarodnaya-nadezhda-babkina/>



31 декабря 2022 г.



14 января 2023 г.

**Королева пропорций. Ольга и Анна Каменевы**

О том, как выглядеть стильно и элегантно, и как стать известным дизайнером — рецепт от основателей российского бренда женской одежды Ольги и Анны Каменевых.

<https://womenofrussia.online/telecast/koroleva-proporsiy-olga-i-anna-kamenevy/>

**Движение без границ. Жанна Савенко**

Героиня выпуска — жительница Владивостока Жанна Савенко, предприниматель, руководитель клуба аргентинского танго, руководитель социальных проектов «Шаг из темноты» и «Движение без границ».

<https://womenofrussia.online/telecast/dvizhenie-bez-granits-zhanna-savenko/>



21 января 2023 г.



31 января 2023 г.

**Вкус советского детства. Анна Хренова**

Героиня выпуска Анна Хренова выпекает русские пироги, печенье и торты по рецептам из советского прошлого.

<https://womenofrussia.online/telecast/vkus-sovetskogo-detstva-anna-khrenova/>

**Стильная одежда для пышных дам. Елена Мельник**

Выпуск программы с основателем компании стильной одежды больших размеров «Моно-стиль» Еленой Мельник.

<https://womenofrussia.online/telecast/stilnaya-odezhda-dlya-pyshnykh-dam-elena-melnik/>



9 февраля 2023 г.



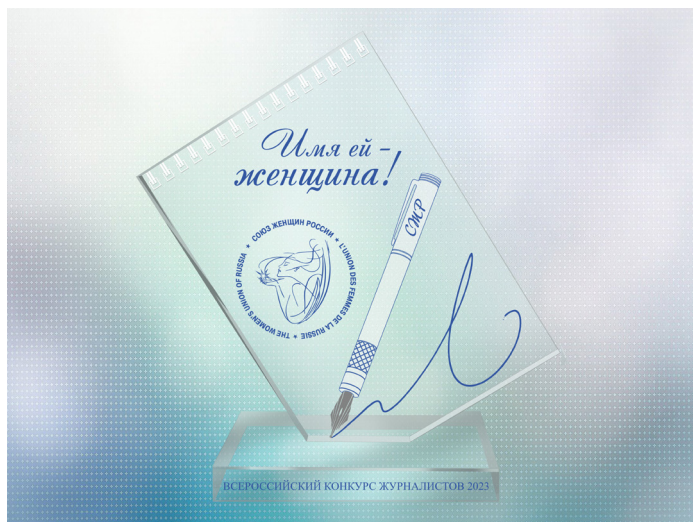
16 февраля 2023 г.

**Луганская филармония. Вера Геций**

Интервью с Верой Геций — директором Луганской академической филармонии, членом Луганского отделения СЖР.

<https://womenofrussia.online/telecast/luganskaya-filarmoniya-vera-getsy/>

# ВИВАТ, ПОБЕДИТЕЛИ!



Всероссийский конкурс журналистов «Имя ей — Женщина!» — 2022 завершен.

На конкурс поступило **1123** работы из **75** регионов России.

По количеству заявок в этом году лидируют Липецкая область, Республики Коми и Мордовия, Челябинская и Волгоградская области.

Наибольшее количество работ поступило на следующие номинации: «Женщина и ее дело», «Нет предела совершенству» и «Хозяйки села».

Подавляющее большинство авторов конкурсных материалов — женщины. Но есть и работы журналистов-мужчин. Таких заявок — **48**.

Впервые в этом году в конкурсе принимают участие **журналисты Донбасса**.

В жюри конкурса вошли: секретарь Союза журналистов России В.Л. Касютин, советник председателя Союза женщин России Н.В. Аленина, декан факультета журналистики МГУ Е.Л. Вартанова, генеральный директор «Медиагруппы «Журналист», главный редактор журнала «Журналист Л.В. Петрова, директор ИД «Калужские губернские ведомости», председатель Калужского регионального отделения Союза журналистов Ю.А. Расторгуев.

Учредитель и организатор конкурса Союз женщин России, основываясь на решении профессионального и авторитетного жюри, публикует его итоги.

## ПОБЕДИТЕЛЯМИ И ЛАУРЕАТАМИ ВСЕРОССИЙСКОГО КОНКУРСА ЖУРНАЛИСТОВ «ИМЯ ЕЙ — ЖЕНЩИНА!» — 2022 СТАЛИ:

в номинации **«Женщина и ее дело»:**

- **АРСУНУКАЕВА Ольга Леонидовна**, корреспондент службы новостей телерадиокомпания «Ариг Ус» Arigus.tv, Республика Бурятия;
- **МАЛЬКОВА Анастасия Геннадьевна**, заместитель главного редактора газеты «Донские вести», Липецкая область;
- **УДОВИЧЕНКО Людмила Анатольевна**, корреспондент газеты «Октябрь», Калужская область.

в номинации **«Нет предела совершенству»:**

- **АКСЕНОВА Ксения Евгеньевна**, журналист интернет-СМИ IZHLIFE, Республика Удмуртия;
- **ФООС Ирина Сергеевна**, редактор отдела социальных проблем ООО «Редакция газеты «Оренбургская сударыня», Оренбургская область
- **ЩЕРБАКОВА Анастасия Васильевна**, специальный корреспондент, автор программ Телеканал «ЛенТВ 24» (АО «ЛОТ»), г. Санкт-Петербург.

в номинации **«Хозяйки села»:**

- **ВАГУЗОВА Марина Вячеславовна**, редактор отдела газеты «Ковернинские новости», Нижегородская область;
- **СЕВАСТЬЯНОВА Елена Федоровна**, корреспондент АНО «Редакция газеты «Призыв», Республика Мордовия;



- СЕВРЮК Елена Петровна, главный редактор газеты «Красногорская жизнь», Брянская область.

в номинации «Много — не мало»:

- СТОРОЖУК Елена Игоревна, корреспондент АНО ТРК «Сибинформбюро», Тюменская область;
- ИВАНОВА Елена Игоревна, журналист сетевого издания «МОЁ! Online», Воронежская область;
- ГРИДЧИНА Елена Александровна, Заместитель главного редактора газеты «Притамбовье», Тамбовская область.

в номинации «Всегда в форме»:

- РЫЖИХ Виктория Игоревна, специальный корреспондент Агентства новостей Горсайт, Новосибирская область;
- МАСЛОВА Галина Алексеевна, корреспондент информационного портала г. Шахты, Ростовская область.

в номинации «Преодоление»:

- ШАЛАНКОВА Наталия Алексеевна, шеф-редактор Автономного учреждения «Телевизионная и радиовещательная компания «Сейм», Курская область;
- КУДИНОВА Виктория Александровна, заместитель главного редактора газеты «Знамёнка», Кемеровская область;
- МЕДЖИДОВА Хасайбат Гусеновна, корреспондент Республиканской газеты «Дагестанская правда», Республика Дагестан.

В номинации «И в будни, и в праздники» победителей и лауреатов нет.

Партнеры Союза женщин России учредили свои номинации, победителями которых стали:

- КОНОНОВА Елена Сергеевна, телеведущая АО «360», Московская область;
- БОРКО Василина Васильевна, собственный корреспондент ИА ТАСС по Волгоградской области, г. Волжский Волгоградской области;
- ВЛАСЕНКО Денис Андреевич, корреспондент объединенной службы новостей редакции газеты «Вечерняя Москва», г. Москва;
- ХЛЫСТОВА Надежда Анатольевна, редактор тематических программ Телерадиокомпания «Мир-Байкал», Республика Бурятия;
- МЕНГАЗЕТДИНОВА Анна Юрьевна, журналист Отраслевого информационного портала «Российское судоходство» и газеты «Водный транспорт», Московская область;
- ШМАТКО Евгений Олегович, ведущий телевизионных программ дирекции ОТР, г. Москва;
- ИГНАТОВА Наталья Николаевна, директор-главный редактор ООО «Районные вести», ст. Тацинская Ростовской области;
- ЛОМАКИНА Елена Андреевна, главный редактор районной газеты «Борьба», г. Калач-на-Дону Волгоградской области.

Чествование победителей конкурса пройдет в Москве, на площадке Союза женщин России (Глинищевский переулок, дом 6). В Торжественной церемонии примут участие представители органов государственной власти, бизнес-сообщества, общественных организаций и федеральных СМИ.

Лучшие работы будут опубликованы в журнале «Союз женщин России» и на информационных ресурсах СЖР:  
[интернет-портал "Женщины России";](#)  
[Телеграмм-канал Союза женщин России;](#)  
[страница Союза женщин России ВКонтакте;](#)  
[страница Союза женщин России в Одноклассниках;](#)  
[страница Союза женщин России на Яндекс Дзен.](#)

Сегодня Союз женщин России целенаправленно строит свою деятельность, сверяясь с основными положениями Национальной стратегии действий в интересах женщин на 2023–2030 годы. Одним из главных направлений СЖР считает не только поддержку предпринимательских инициатив, но и развитие экономической активности женщин.

На сайте «Милосердие» мы нашли удивительную статью **Ксении Татарник**, в которой она спрашивает, откуда в России XIX века взялись женщины-предпринимательницы и как они благодарили, и сама же отвечает на него, очень интересно рассказывая о первых российских предпринимательницах. Мы уверены, что эта статья станет действенным мотиватором для наших современниц, выбравших путь укрепления отечественной экономики.

# ВАССА ЖЕЛЕЗНОВА И Ко



в бизнесе в 40, 50, а чаще всего в 60 лет только зарождалась.

У руля семейной фирмы обычно вставала вдова 40–60 лет и правила твердой рукой, пока не повзрослеют сыновья. А повзрослеют — пускала их в дело, однако не отдавала власть до смерти. В крупном бизнесе царили купчихи и дворянки, в среднем и мелком — мещанки и крестьянки.

Ждать вдовства, чтобы открыть свое дело, вовсе не требовалось. Замужние женщины и незамужние девицы, начиная с 21 года, имели право зарегистрировать свою фирму. И таких было немало.

Прогуливаясь по центру Петербурга, Москвы и других крупных городов последней трети XIX века, можно было увидеть вывески семейных фирм с женскими именами: «Анна Белоусова с сыновьями», «Анна Сергеева и Ко»...

В дворянских, купеческих, мещанских и даже крестьянских семьях девочек (особенно если не было сыновей) специально готовили для занятий бизнесом: обучали математике и бухгалтерии, объясняли, как заключать сделки.

### КАК ВСЕ ЭТО СТАЛО ВОЗМОЖНО?

«Жены могут продавать собственное их имение без согласия мужей».

В дореволюционной России женщины могли открыть свое дело и владели собственностью отдельно от родителей и мужей. Причем не только дворянки и купчихи, а представительницы всех сословий: мещанки, крестьянки, жены и дочери священников.

В Европе такого финансового равноправия близко не было. Например, в Германии после за-

Звучит невероятно, но в дореволюционной России женщины могли открыть свое дело независимо от родителей и мужей. Причем не только дворянки и купчихи, а мещанки и крестьянки. В Европе такого равноправия близко не было.

### В 60 ЛЕТ ВСЕ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ

Это сегодня женщине трудно найти работу уже после 40 лет. В России XIX века ее карьера



мужества муж получал права на имущество жены: дом, землю, мебель, даже одежду и украшения.

В Российской империи — нет. «Совместно нажитого имущества», как позже в СССР, тоже не существовало. Супруги вместе пользовались имуществом одного из них (к примеру, усадьбой жены, доставшейся ей от матери или отца) и открывали каждый свой бизнес. При этом жена не отвечала за долги мужа, если он становился банкротом.

Начиная с 1753 года по закону «жены могут продавать собственное их имение без согласия их мужей». Больше того, супруги могли дарить и продавать-покупать друг у друга имущество как посторонние лица.

### БИЗНЕС — ОТ АЛКОГОЛЯ ДО КУЗНИЦЫ

В деревнях действовали предприятия «раздаточной мануфактуры». При этом каждый ткач или ткачиха работали в собственном доме на небольшом станке, получая пряжу от хозяйки фабрики и потом сдавая ей сотканную матерью.

Если при словах «женское производство» в голову лезут ленты, кружева, румяна, платья и шляпки, напрягите воображение.

В России XIX века женщины наравне с мужчинами держали сталелитейные, кирпичные и кожевенные, винокуренные заводы, текстильные фабрики, свечно-сальные и столярные мастерские, кузницы, прачечные, издательства и фотостудии.

Женщины ведут купеческое дело начиная с XVIII века, а в XIX веке уже сотни и тысячи предпринимательниц можно встретить по всей стране. Это не только Москва и Петербург, Владимирская и Смоленская губернии, но и, к примеру, Вятка и Казань, где татарки производили славившийся на всю страну кумач.

### ОТВАГА, ТРУДОЛЮБИЕ И ПОДДЕРЖКА ЗЕМЛЯКОВ

Дворянкам было легче: начальный капитал на открытие бизнеса или готовое предприятие они получали в наследство от родителей и мужей. Плюс могли нанять управляющего.

Женщинам из других сословий — купчихам, мещанкам и солдаткам — требовалось в тысячу раз больше смелости, ума и трудолюбия, чтобы создать предприятие с нуля. У них это блестяще получалось.

Скажем, в Казанской губернии предприимчивая татарка из мещан Вахрама Сабимова запустила производство кож: на нее трудились десять вольнонаемных рабочих-мужчин. В Вологодской



губернии было четыре предприятия, которыми руководили мещанки, — кож и веревок.

Важный момент — поддержка общины. Предпринимательницы из купеческой и мещанской среды не смогли бы достичь успеха, если бы не помощь земляков. Семья, община, землячество, привычка подставлять плечо — эта черта жизни XIX века бросается в глаза в современном обществе, где у нас мало доверия друг другу.





На предприятия, которыми владели женщины, особенно мелкие, городские, часто нанимали детей, девочек-подростков и женщин. Хозяйкам это было выгоднее: они справлялись с современными механическими станками, а платить им можно было меньше, чем работникам-мужчинам (их ставили за тяжелые ручные станки).

В большинстве случаев спали там же, где работали. Многие дети рано теряли здоровье.

Это парадоксальным образом сочеталось с детской благотворительностью. Хозяйки заводов и фабрик открывали на свои средства детские дома, опекали сирот и детей с инвалидностью.

Например, графиня Надежда Алексеевна Стенбок-Фермор (1815–1897), одна из богатейших россиянок, хозяйка восьми металлургических заводов в Пермской губернии на Урале (наследство отца), оставила содержание двум детским проектам в Петербурге: Надеждинскому приюту детей-калек и Надеждинскому убежищу малолетних.



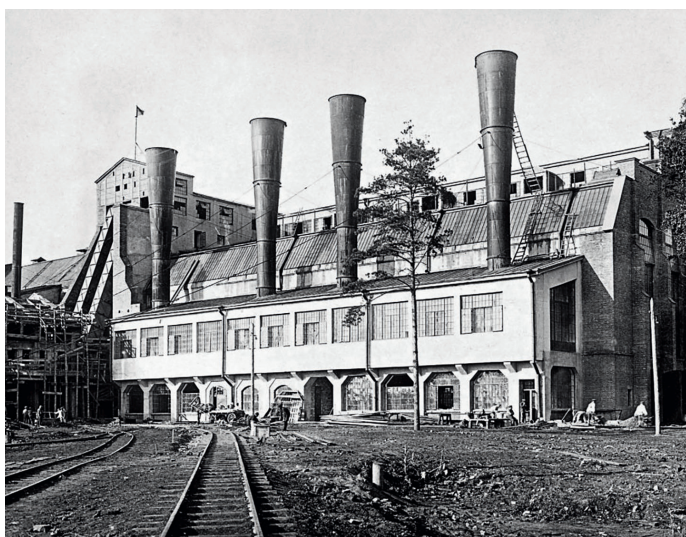
## ЭКОЛОГИЧНО, НО БЕССЕРДЕЧНО

Уже со второй половины XVIII века в России строго следили за экологией. Вредные производства, к примеру, кож, чугуна и других, где использовали вредные химические вещества и огонь, не должны были загрязнять воздух и воду в округе, не провоцировать пожары.

Отходы запрещалось сливать в реки и сливаемые жидкости следовало сначала очистить. Рубить лес на дрова для отопления разрешали не ближе, чем за 200 км от Москвы.

Фабрике кож купчихи Наталии Бахрушиной грозило закрытие из-за того, что жидкие отходы от промывки кож отправляли в Москву-реку. Бахрушина не колеблясь пошла на расходы и закупила современные промывочные машины вместо двух плотов, с которых раньше промывали кожи.

При этом чудовищные условия, в которых трудились на вредных производствах рабочие, ни власти, ни хозяев не интересовали.



## КАК БЛАГОТВОРИЛИ

Благотворительный цветочный базар, устроенный императрицей Александрой Федоровной на Ялтинском молу.

К началу XX века в России действовало 20 тыс. благотворительных организаций. Примерно половина благотворителей — женщины-предпринимательницы.

Вера Фирсанова (1862 — после 1928) — самая крупная домовладелица в Москве в конце

Миллионерша Мария Морозова увеличила изначальный капитал в пять раз.

## ТРУД МАЛОЛЕТНИХ И ПОМОЩЬ СИРОТАМ

Детский труд на чаеразвеске купцов Высоцких. В этом помещении дети 12–14 лет фасовали чай в мелкую тару.



XIX — начале XX века. Ей принадлежали Сандуновские бани, пассаж «Петровские линии», ресторан «Прага» и еще 15 дорогостоящих зданий. Она едва не потеряла все это богатство, передав мужу-растратчику права на владение, но вовремя опомнилась. Разведясь, долгие годы искусно вела бизнес, сдавая в аренду крупную коммерческую недвижимость, и активно благотворила.

Например, попечительствовала в Фирсановском доме дешевых и бесплатных квартир для вдов и сирот (там насчитывалось 162 квартиры на 400 человек), передав его в дар крупнейшей российской благотворительной организации — Императорскому человеколюбивому обществу.

Купчиха Нина Андреева (1832–1910) поднялась из крестьян. До конца жизни она с трудом читала и писала, зато блестяще разбиралась в финансах и бизнесе. В память о родителях перед смертью она оставила большое пожертвование.

Кумач, любимая материя простых русских женщин, выделялся преимущественно в Казанской губернии. Ярославские крестьянки предпочитали красный кумач; он употреблялся у них на сарафаны. Белый кумач сбывался на Нижегородской и Ирбитской ярмарках.

На эти деньги в 1913 году построили корпус Преображенской больницы (сейчас это психиатрическая больница №4 имени Ганнушкина), где на Высших женских курсах обучались студентки — будущие врачи-психиатры. Кроме того, благодаря ей появились Педагогические курсы, где читали лекции звезды педагогики. На этих курсах за символическую плату могли повысить квалификацию те, у кого не было денег для обучения.

Самая известная казанская благотворительница-предпринимательница Екатерина Сергеевна Прибыткова в 1874 году на свои деньги устроила богадельню при Боголюбской церкви в Казани. В ней постоянно проживало тридцать женщин в возрасте 60+.

Княгиня Мария Барятинская (1792–1858) владела фабрикой сукна в Курской губернии и тоже активно благотворила. В память о рано умершей дочери Марии Кочубей она в 1843 году открыла Мариинский детский приют в Петербургской губернии и, кроме того, помогала приюту для вдов и общине сестер милосердия.

Еще одна владелица крупной фабрики Екатерина Уварова (1783–1849), внучка графа Кирилла Разумовского и любимая фрейлина Елизаветы Петровны, вместе с 11 другими участницами учредила одну из первых в России благотворительных



организаций — Женское патриотическое общество — и в 1816–1822 годах возглавляла ее.

*При подготовке публикации использованы материалы книги Галины Ульяновой «Купчихи, дворянки, магнатки. Женщины-предпринимательницы в России XIX века»*



Название этой рубрики очень подходит нашей героине – Надежде Степановне Ремневой. Только она мастер на все руки не от скуки, а от своего равнодушного отношения к жизни, людям и их проблемам, к происходящим событиям... Более 35 лет Надежда Степановна возглавляет женское движение в Алтайском крае. За ее плечами – сотни изъезженных и исхоженных дорог, по которым она спешит на помощь людям, тысячи обращений и вопросов, на которые она сумела ответить, десятки тонн гуманитарного груза, который она бортами самолетов отправляет в зону СВО от имени своих землячек, и судьбы, в которых она сыграла значительную роль, решая сложные житейские задачи, разруливая семейные ссоры, раздавая мудрые советы.

В ее стихах – вся она. С ее любовью к Родине, заботой о семье, уважением к женщине...



## ЗЕМЛЯ МОЯ

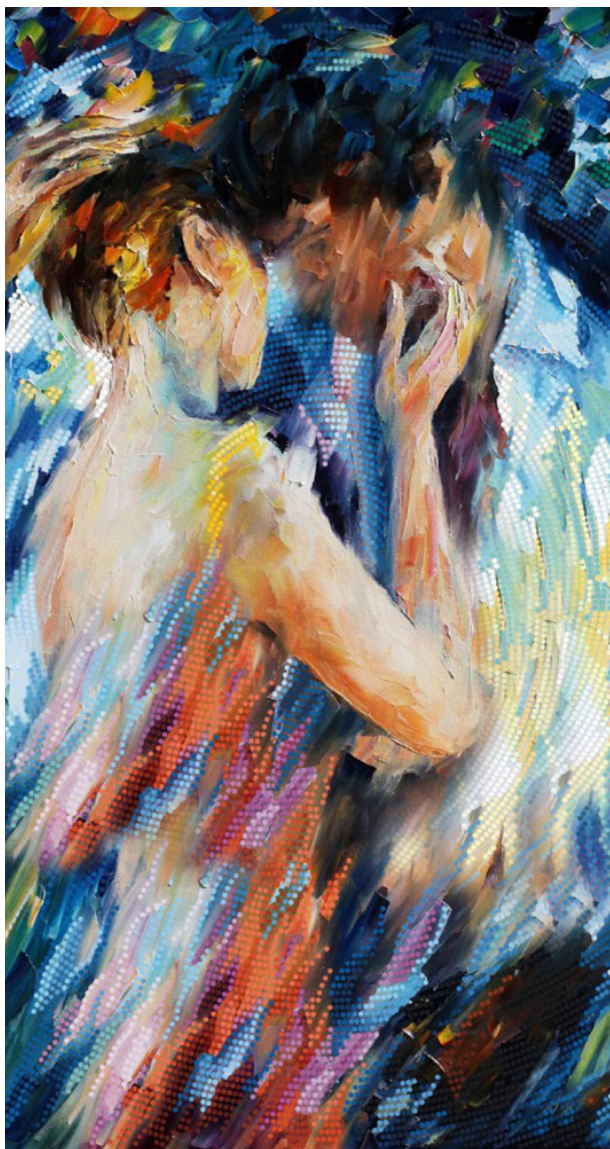
Земля моя! Родная мать-земля!  
 Ты вдоволь напиталась общей болью.  
 И заслужила ты, судьбу людей храня,  
 Чтоб не пришла беда, и не запахло кровью.  
 Но в памяти живет Великая война,  
 Страшней других на целом белом свете!  
 Тревога не прошла, вновь в сердце заползла,  
 А вдруг опять мир рухнет на планете?!  
 Сыны России! Вам не занимать  
 Ни силы, ни отваги, ни геройства!  
 Мы верим в то, что вам дано понять,  
 Как землю уберечь от вероломства!  
 Пусть Русская земля злой норой отрезвит,  
 Хоть, щедрая душой, обиды не прощает,  
 И правдой чистой, родниковой напоит,  
 Работать честно, жизнь любить заставит!  
 А мы, все женщины и матери России,  
 Сплотимся в светлую святую рать,  
 Чтоб не посмели вороги чужие  
 Родную землю-мать обидеть, растоптать!

2014 год

## ОДА МАТЕРЯМ

Вы пришли в этот мир, чтоб его сохранить,  
 Материнской короной увенчаны...  
 Счастье выпало вам детям жизнь подарить,  
 Этим правом вы Богом отмечены.  
 День и ночь жизни нить Мать прядет и прядет,  
 И детей согревает, и пестует,  
 И в семейный очаг все поленья несет —  
 На высоком Олимпе бы место ей!  
 Нет, награды не ждет:  
 Ей дороже всего, чтобы дети достойными стали!  
 Сердце сжав, провожает в далекий полет,  
 Молит Бога: лететь не устали б...  
 И не только своих, обогреть и чужих  
 Наша Мать неустанно старается.  
 Сколько горя и слез и детишек больных  
 В наших семьях еще повстречается...  
 Но не стонет, не сетует Женщина — Мать!  
 Она — Чудо! Богиня! Родник!  
 На Руси бы ей памятник вечный создать,  
 Чтоб к нему каждый сердцем приник!





### НАСТОЯЩЕМУ МУЖЧИНЕ

*В.М. Ремневу*

Подарками его не удивишь: он солнцу рад!  
 Он ценит в жизни каждое мгновенье,  
 Он любит жизнь сильнее всех наград —  
 Во всех ее заглавных проявлениях!  
 Природу-мать, природы естество,  
 Все неразгаданные тайны мироздания  
 И женщину — земное божество,  
 Желанное духовное создание!  
 Но самой мощной из его страстей  
 Всегда была любимая работа!  
 Она в крови пылает и в заботы  
 Все рвется с упоением скоростей!  
 И книги — вот вершина наслаждения,  
 Большой простор для сердца и ума,  
 Для мыслей — смелое свободное парение...  
 Прекрасна жизнь! Она всегда права!



### НАДЕЖДЫ УГОЛЕК

Я осенью счастливей, чем весной...  
 В душе гармония так трепетно играет,  
 И воздух чист, диковинный покой,  
 Листва опавшая, как золото, сияет!  
 И осенью река, умерив летний бег,  
 Течет спокойно, нежит берега...  
 Готовится принять к зиме и лед, и снег,  
 Уж не манит раздеться донага.  
 Весною солнце брызнет — лед растает.  
 И свежесть вешних вод умоет все луга...  
 Но вот душа без чувств совсем не тает:  
 Покрылась льдом она — любовь не сберегла...  
 Запас любви у каждого — от Бога:  
 Кому — охапкой, а кому — чуток...  
 Бог милосерден — дал и мне немного,  
 Чтоб в сердце тлел еще надежды уголек.





### ДЕНЬ РОМАШКОВЫЙ

На летней травке голуби целуются.  
Людские им проблемы не понять...  
Ты не грусти о том, что никогда не сбудется:  
Любви, как в юности, уж не дано познать.  
Все позади. Лишь память остается...  
Она без стука нас частенько достает —  
И сердце вдруг, как птица, встрепенется,  
И рвется снова с чувствами в полет!  
А День ромашковый особо кровь волнует:  
Любовь и верность — для семьи залог!  
Без этих чувств тоска в душе лютует,  
И счастье не спешит прийти на огонек...



И в нашем журнале, и на страницах нашего интернет-портала «Женщины России» мы не раз рассказывали о женских образах, созданных великими творцами — художниками, прославившими себя в веках.

Сегодня мы расскажем о произведениях авторов, которые, возможно, не так широко известны зрителям. Но один факт, что женщины в своих работах воспевают других женщин, а мужчины видят красоту в любой из своих героинь, говорит о многом...

На виртуальную экскурсию в музей г. Печоры нас приглашает Татьяна Поливанова, автор статьи.

## С ЛЮБОВЬЮ К ЖЕНЩИНЕ

Образ женщины всегда занимал особое место в изобразительном искусстве, вдохновлял живописцев. Для творца она не только муза, но и самая первая в его жизни женщина — мама. Мама учит видеть прекрасное, развивает творческие способности, верит в наш талант и всегда поддерживает. На первом своем рисунке малыш нарисует маму. Воспет ее образ и в произведениях многих художников.

В 2022 году Печорский историко-краеведческий музей представил вниманию посетителей выставку «Имя тебе — Женщина». Это живописные, графические и скульптурные произведения более тридцати профессиональных и самодеятельных авторов из разных республик СССР.

Из тридцати авторов, экспонирующихся на выставке, семь — тоже женщины. Творчество известного советского графика, члена Союза художников СССР Анны Самойловских представлено рисунком «Плясовая» и цветной автолитографией «Девушки за работой». Неизменное внимание привлекают графические портреты «Ирина» и «Нина», автор которых — член Союза художников СССР Софья Витухновская. Яркими красками, мистическим настроением и экспрессией завораживает зрителя картина «Непорочное зачатие». Ее автор Людмила Савина — музыкант и живописец, член Творческого союза художников России, Международной федерации художников, Международного художественного фонда. А вот картина «Десерт» кисти современного автора, члена Московского союза художников Анны Ягужинской наполнена иронией.

Среди скульптурных работ выделяется «Северянка», выполненная профессиональным художником Еленой Семяшкиной. Проживая в



Скульптура северянки

Щельяюре, рабочем поселке Республики Коми, она часто встречалась с оленеводами, общалась с ними. На Севере существовать в гармонии с природой означает выжить. Жители печорских деревень в морозные дни с удовольствием носили традиционные оленеводческие малицы и пимы. Поэтому много лет спустя Елена, ностальгируя по детству, создала скульптурную группу — женщина с ребенком в традиционной одежде коми-олeneводоB.

В январе 1979 года Печорский историко-краеведческий музей получил в дар коллекцию



Рисунок Салазки

произведений изобразительного искусства от московских художников. Она была передана заслуженным деятелем искусств РСФСР, членом Союза журналистов СССР Олегом Александровичем Андреевым. Среди авторов — признанные мастера: Наум Цейтлин, Виктор Евенко, Медат Кагаров, Михаил Ройтер, Виталий Петров, Николай Еремченко. Одна из работ Наума Цейтлина под названием «Салазки» использована в качестве иллюстрации к книге для дошкольников со стихами Александра Блока «Зайчик и другие стихи». На рисунке мы видим зимний день. На фоне деревянных изб — лошадь, запряженная в сани. Бежит мальчик, везущий за собой на веревке деревянные салазки с сидящей на них девочкой. Изображение иллюстрирует стихотворение «Снег да снег».

Цветная автолитография «Гимнасты» Михаила Григорьевича Ройтера показывает зрителю тренировку по художественной гимнастике. Девушки выполняют упражнение с мячом. Автор любит женственность, грациозность и совершенством будущих чемпионки. Его вдохновляли молодость, энергия и целеустремленность спортсменок. Для художника они — олицетворение богинь красоты.



Гимнастки

Многие из картин, представленных на выставке, были преподнесены в дар музею известным коллекционером и меценатом Николаем Корниловым в 2009 году. Черным фломастером изображены графические фантазии Александра Тихонова-Корнилова о любви. Рассматривая «Звездный дождь из Галактики счастья», каждый раз находишь интересные детали тихого семейного счастья двух влюбленных. Простые по смыслу и технике исполнения картины, но взгляд снова и снова останавливается на них в поисках новых незаметных глазу деталей замысла художника.

Один из ценных экспонатов — напольная деревянная ваза в форме женской головы. Ее автор — болгарский скульптор Марин Попов. Она кажется такой живой, а дерево будто хранит тепло рук мастера. Кого изобразил автор, остается для нас тайной. Возможно, это некий мистический образ, а может, возлюбленная творца, застывшая в вечности.

Алтарная деревянная скульптура Марии Магдалины — старейшая из музейных экспонатов. Она подарена Печорскому историко-краеведческому музею в 1983 году Павлом Васильевичем Терентьевым. Он был одним из тех, кто спас горельеф от уничтожения в середине 30-х годов XX века. В 1935 году пятиклассники Павел и Тимофей Терентьевы вынесли из разрушенной церкви де-



Деревянная ваза. Болгария



ревни Брыкаланск деревянную женскую фигурку, найденную среди обломков и мусора. Сначала хранили ее на чердаке дома Павла, а затем покрасили и закопали, спрятав ото всех на долгие годы. Мария Магдалина вновь увидела свет после Великой Отечественной войны, когда вернувшийся инвалидом с фронта Павел достал ее из тайника. В 2004 году экспонат подвергли реставрации, открыв оригинальную роспись. И теперь каждый может увидеть прекрасный образ Богоматери, воплощенный неизвестным скульптором.

Портрет Александры Павловны Чупровой, автор которого — Юрий Федотов, настоящее украшение выставки музея. На картине изображена коми-женщина, родившаяся в первое десятилетие XX века в одной из печорских деревень. Она живет в городской квартире, но окружают ее милые сердцу предметы деревенского быта. А сама она одета в народный костюм. О чем думает эта прожившая нелегкую жизнь женщина? Лицо ее потемнело и покрылось морщинами, руки огрубели не только от возраста. С самого детства на ее долю выпала тяжелая крестьянская работа. Что вспоминает она? Вступление в колхоз, труд доярки, а может быть, войну, что принесла столько горя и лишений? Легкая грусть в глазах Александры: большая часть жизни позади, дети взрослые, уже подрастают внуки, радуют бабушку. Федотов был человеком страстным, импульсивным, наделенным безграничным жизнелюбием, способным видеть истинную красоту. Его привлекали люди с сильным характером, уверенные в себе. Такими он увидел северян, приехав в 1965 году в творческую командировку в Печорский край. В те годы в небольшом северном городке кипела жизнь. Тысячи девушек и молодых женщин приезжали сюда работать на строительстве Печорской гидроэлектростанции, в геологоразведке, на железной дороге. Одну из таких сильных и смелых красавиц он изобразил на картине «Портрет неизвестной в платке».

Посетители выставки смогли увидеть горожанок и жительниц деревень, совсем юных и пожилых, веселых и грустных, надменных, задумчивых, усталых — обычных женщин, но таких любимых. Со всех живописных полотен смотрят на посетителей ее глаза — глаза Женщины.

В них — мудрость, тепло, верность, счастье и любовь.

Она — мать, муза, загадка, страсть, сила и слабость. Женщина, все это — женщина...



Мария-Магдалина





# ВНИМАНИЕ, КОНКУРС!



Объединенная редакция информационных ресурсов Союза женщин России объявляет творческий конкурс «УГОЛОК РОССИИ».

Принять участие в конкурсе может любой человек, желающий рассказать о своей малой родине, полюбившемся в путешествии месте, понравившейся картине, удивительном человеке и т. д.

Для того чтобы принять участие в конкурсе, достаточно прислать фотографию (лучше серию фоторабот), очерк, эссе, стихотворение, частушку, рисунок, коллаж...

Положение о конкурсе и сроки его проведения вы найдете на сайте, интернет-портале, в телеграм-канале и социальных сетях Союза женщин России.

Открывает наш конкурс **Виктория ИЕВЛЕВА**, студентка 4-го курса факультета журналистики МГУ.

Свою серию фотографий, созданную в с. Гремячево Нижегородской области, Виктория назвала «Сельские картины».









Где найти время, чтобы наконец-то навести в доме порядок? Вокруг столько интересного, а женщине приходится заниматься нескончаемыми домашними делами! Обидно: 20 раз говоришь сыну, чтобы переодевался после школы и улицы, 100 раз напоминаешь мужу о раскиданных носках и где-то брошенной футболке... Да, бывает, и сама засунешь что-то, а потом сутки ищешь, куда положила.

Чтобы избежать траты времени и нервных клеток, мы попросили организатора пространства Анастасию Мокову дать советы, как нам обустроить свое жизненное пространство.

# ПУСТЬ ВЕЩИ ПРИНОСЯТ РАДОСТЬ!



Сначала давайте познакомимся. Анастасия, живу в Томске. Я — профессиональный организатор пространства. Перефразируем с детства знакомую фразу: есть такая профессия — порядок наводить.

Итак, профессиональный организатор пространства — это специалист, который проектирует системы хранения вещей на каждый день с учетом особенностей каждого члена семьи и составляет план обслуживания и поддержания этой системы.

Эта профессия зародилась совсем недавно — в 1983 году в США. А через 20 лет, в 2003-м, уже в Японии появился метод «КонМари». Его создателем стала Мари Кондо, японский консультант

по наведению порядка, автор бестселлеров «Магическая уборка» и «Искры радости». В России же эта профессия появилась еще позже — примерно в 2014 году. Так что я представитель достаточно молодой, но востребованной профессии.

Для чего вам в доме порядок? Многие мои клиенты отвечают: «Чтобы было чисто!» Но я от них так просто не отстаю и продолжаю докапываться до сути. Так как сам по себе порядок никому не нужен. Это то же самое, если бы я спросила вас: зачем вам деньги, а вы бы ответили: чтобы были. Деньги мы зарабатываем, чтобы удовлетворять свои потребности и «хотелки», чтобы обеспечить будущее детям, путешествовать и т. д.

То же самое и с порядком. Мы организуем пространство не для того, чтобы у нас ров-



ненько в ряд стояли красивые баночки или чтобы на полке лежали красиво сложенные вещи. Это не главное! Если честно себе признаться, то найдется уйма первопричин: освободить время для семьи, любимых дел, чувствовать себя уютно в своем доме, не испытывать стресс от прихода свежести или неожиданных гостей и т. д.

Задайте себе эти простые вопросы и ответьте честно:

1. Зачем вам нужен порядок в доме?
2. Как вы будете себя чувствовать в своем доме?
3. Каков ваш идеальный день в организованном доме?

Ответы на эти вопросы помогут вам в преобразении вашего дома!

Итак, как организатор пространства может помочь в том, чтобы тратить меньше времени на наведение порядка?

Для начала давайте определим, что такое беспорядок?

Беспорядок... Для кого-то это сваленные в кучу вещи и обувь в прихожей, что затрудняет сборы перед выходом из дома. Для кого-то — гора бумаг на рабочем столе, среди которых невозможно найти нужный документ. А для кого-то — игрушки, разбросанные по всему дому, или большое количество детской одежды на вырост, или хранимые для себя любимой: «когда похудею», «жалко выбросить», «а вдруг пригодится».

Получается, что мы меняемся местами с вещами — не они служат нам, а мы им. Мы их храним, протираем пыль, перекладываем с места на место. И с каждым годом таких вещей становится все больше. Когда для хранения неиспользуемых вещей заканчивается место, иногда покупаем новый шкаф или переезжаем в квартиру побольше...

Выход из этого замкнутого круга один: избавиться от ненужных вещей! Вы спросите: что это за вещи? Отвечаю: это не только сломанные или те, которыми нельзя больше пользоваться! Это те вещи, которыми вы давно не пользуетесь: одежда, из которой выросли дети, хоть она и в хорошем состоянии, предметы быта, которыми вам не нравится пользоваться (неудобно держать, не тот цвет, форма, размер и т. д.), прочитанные книги, которые вы больше не будете читать, светильник, который не подходит к новому интерьеру, и т. д.







Организация пространства — это определенный алгоритм действий: расхламление, сортировка и категоризация, выбор системы хранения, подбор организационных инструментов, размещение вещей на местах, поддержание порядка.

Первое, с чего предлагаю начать, — это расхламление. Чаще всего беспорядок возникает по причине того, что у нас намного больше вещей, которые мы храним по перечисленным выше случаям, чем тех, которыми реально пользуемся.

При расхламлении вы можете обнаружить такие вещи, которые вам подарили и теперь они у вас лежат, а вы не знаете, что с ними делать: это же ПОДАРОК! Истинная функция подарка — это знак внимания. Когда человек делает подарок, он проявляет внимание. Как только вам подарили подарок, то в этот момент эта вещь становится вашей, и теперь вы вправе решать, что с ней сделать, как ее использовать, куда отдать. Когда человек дарит подарок, он думает о том, как вас порадовать, а не о том, чтобы обременить вас заботой о его хранении. И любой человек, приходя к вам домой, не будет следить за тем, пользуетесь ли вы вазой, которую он вам подарил. А вы ее просто отдали или подарили другому человеку, потому что она не подходила к вашему интерьеру.



Не беритесь сразу за все. Расхламляться нужно последовательно — категория за категорией. Распределите по категориям: одежда, обувь, сумки, посуда (для приготовления, для приема пищи, различные приспособления и приборы для приготовления еды и т. д.), детская одежда, игрушки, документы, косметика, аптечка, памятные вещи... У каждого человека будут свои категории: у кого-то больше, у кого-то меньше.

Подготовьте пространство для сортировки, лучше всего на полу, чтобы у вас было больше места для распределения вещей по условным коробкам (пакетам):

- выбросить: мусор, предметы, у которых не хватает деталей, сломанные, порванные и т. д.;
- ремонт: какие-то вещи, которые используешь, но в них нужно что-то подправить — подклеить, зашить;
- продать: те вещи, которые вы уже не используете, но они остаются в прекрасном состоянии и могут послужить другим;
- отдать: то, что можно просто отдать знакомым, родственникам, на благотворительность





(если вы не можете принять решение здесь и сейчас, вам жалко по каким-то причинам расстаться с вещью, подумайте и просто отложите ее на время, чтобы принять решение позже);

— «из другой комнаты»: те вещи, которые должны храниться совершенно в другом месте.

Бывает так, что человеку трудно расстаться с какой-то редко используемой вещью, потому что она вызывает какие-то воспоминания. Так вот, если воспоминания плохие, сразу убирайте ее из своего дома. Если хорошие, то решите: есть ли у вас место для ее хранения или все же будет лучше, что она может еще кому-то доставить радость. А также вспоминайте свои ответы на вопросы, которые были в начале. И тогда принять решение по той или иной вещи будет легче!

Когда вы отсортировали вещи, для оставшихся вещей находим подходящее место хранения. Скажу сразу: хранить надо там, где используешь. Мой совет: определите способ хранения. Например, одежду можно хранить на плечиках вертикально в органайзере или комод, а можно и в стопках на полке. И, уже исходя из места и способа хранения, следует подобрать организационные инструменты.

Если выполнить все этапы организации порядка в вашем доме, тогда вы всегда будете знать, где лежит нужная вам вещь или срочно понадобившийся документ, да и на наведение порядка в дальнейшем будет уходить меньше времени. Вам остается только поддерживать созданный порядок, то есть возвращать вещи на свои места. И достаточно будет раз в неделю протереть пыль и полы, что не занимает много времени, поскольку на вашем пути не будут встречаться предметы, которые отвлекают вас и заставляют переключаться на поиск места для них.

В среднем на уборку жилья тратится 2–4 часа в неделю. Примерно столько же длятся сеанс в кино, прогулка или занятие в тренажерном зале, поход в кафе с семьей. За год это 104–208 часов (4–8 дней). Благодаря организации пространства вы можете вернуть это время себе и своей семье!

Пусть в вашем доме останутся лишь те вещи, которые вызывают положительные эмоции и приносят радость!

*Анастасия Мокова*



В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ:

---

**ГОД НАСТАВНИКА И ПЕДАГОГА – НАШ ГОД!**  
**ЗНАКОМИМСЯ С ЛУЧШИМ ОПЫТОМ**

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

**ИМЯ ЕЙ – ЖЕНЩИНА!**  
**ЧИТАЕМ ПУБЛИКАЦИИ ПОБЕДИТЕЛЕЙ**

**КОНКУРС «УГОЛОК РОССИИ»**  
**ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫЕ КАРТИНЫ МОСКОВСКОЙ ХУДОЖНИЦЫ**



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

---