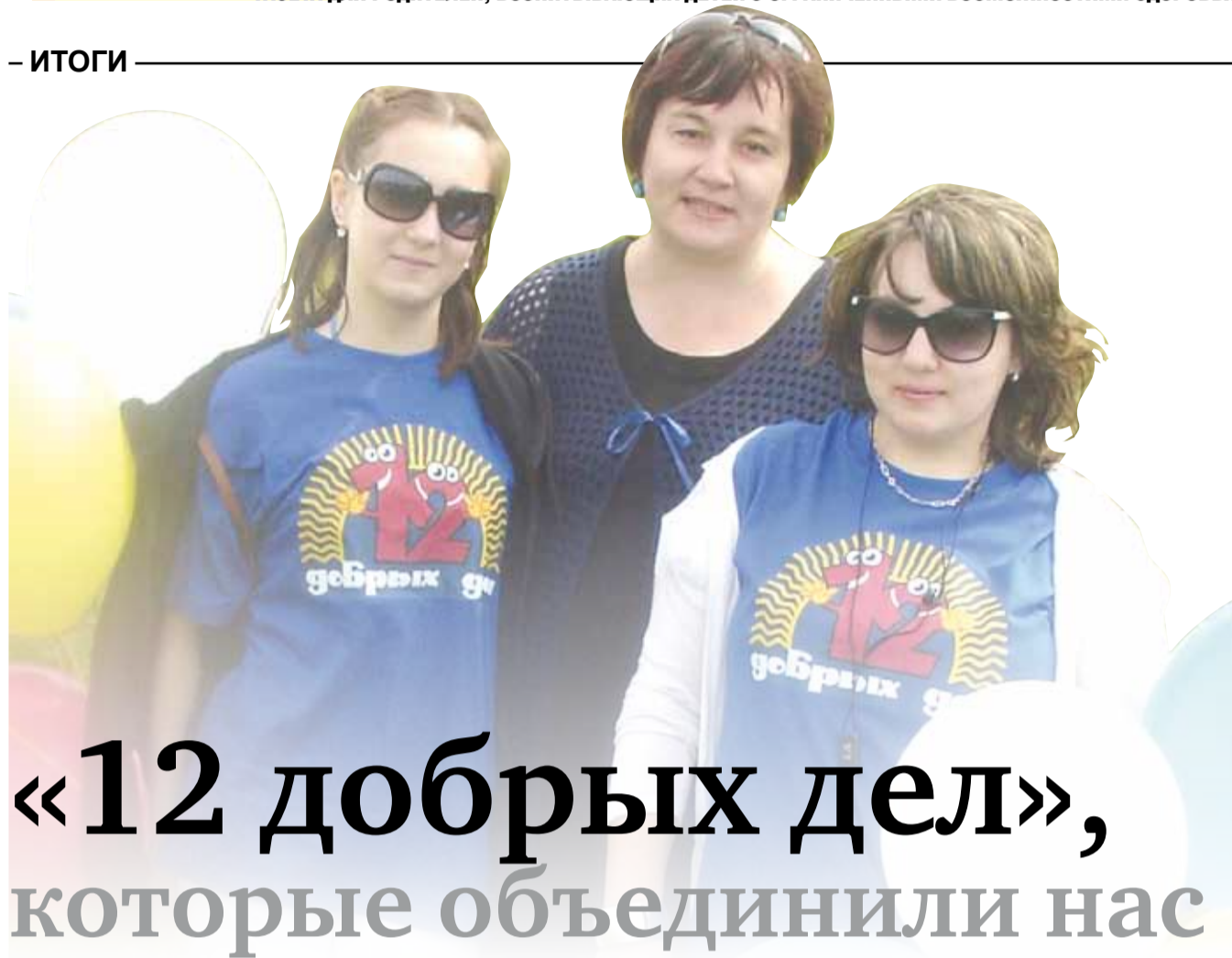


– ИТОГИ



## «12 добрых дел», которые объединили нас

Завершилась реализация социального проекта «12 добрых дел», ставшего победителем XII городского конкурса социально значимых проектов «Город – это мы». Этот проект стал очередным шагом благотворительного фонда «Социальная деревня Светлая» к достижению главной цели – появлению в Пермском крае альтернативной модели проживания для людей с ограниченными возможностями здоровья. О том, как прошла эта акция, мы побеседовали с руководителем проекта Ольгой Владимировной Рыпневской.

– Ольга, проект завершен, какие чувства вы испытываете?

– Огромное чувство удовлетворения от проделанной работы. За прошедшие месяцы мы многое сделали. Трудно было начинать, потому что в продвижении этого проекта было задействовано большое количество людей. Много сил и времени заняли организационные моменты, но когда нам удалось раскрутить этот маховик, то акции, встречи, события, знакомства только успевали сменять друг друга.

– Какие цели вы ставили, организуя мероприятия для семей, имеющих детей с ограниченными возможностями здоровья?

– Одной из главных целей было создание условий для эффективного партнерства органов власти, представителей бизнеса, общественных организаций на благо семей, имеющих детей с ограниченными возможностями здоровья. Организуя проведение благотворительного марафона, мы хотели расширить банк данных таких семей, желающих улучшить качество жизни. Мы стремились оказать им помощь в виде информационной поддержки, старались сгладить дефицит общения с внешним миром и, конечно же, содействовали позитивному изменению отношения общества к инвалидам.

– Какие достигнуты результаты?

– Совместными усилиями мы смогли расширить круг людей, готовых оказать поддержку в продвижении нашей главной цели – появлению в Пермском крае социальной деревни. За время действия акции нам удалось сплотить вокруг себя заинтересованных и неравнодушных людей, желающих принимать участие

в деятельности фонда и оказывать разноплановую помощь семьям, где есть дети с ограниченными возможностями здоровья.



– Таких людей действительно много?

– Да, это так. Всех их и не перечислить. От имени всего благотворительного фонда хочется отметить и поблагодарить партнеров проекта, без помощи которых было бы трудно реализовать наш марафон. Каждый оказывал ту форму участия, на которую был способен. Удивительно, что в процессе взаимодействия партнеры раскрывались совершенно с неожиданной стороны. Например, Лариса Рослякова, генеральный директор ООО «Камский завод масел», на благотворительном концерте просто удивила и поразила своим прекрасным голосом. Для меня это стало приятным открытием.

Словом, работа проделана большая и нужная.

– Что же больше всего вас удивило во время проведения акции?

– Это люди. Начну с наших ребят волонтеров. В проекте их было задействовано порядка тридцати человек. Они оказались такими неутомимыми – «настоящие зажигалки». Акции

за летние месяцы было проведено немало. Много общались с пермяками. Волонтеры подходили к ним, рассказывали, объясняли – и искренне реагировали на реакцию людей. Порадовало, что большинство жителей города не остались безучастными к чужой беде, шли на диалог. Многие люди честно признавались, что до этого момента даже не предполагали, что для некоторых людей существует проблема преодоления недуга. Человек останавливался, задумывался и предлагал свою форму участия в благотворительном марафоне... Я думаю, что для наших волонтеров участие в марафоне не прошло бесследно. Это стало для них огромным жизненным, социальным и нравственным опытом.

– А какое участие в проведении благотворительного марафона принимали люди с ограниченными возможностями?

– Самое активное. Так, для благотворительного аукциона в Москве были сделаны поделки руками детей-инвалидов, многие творческие номера были подготовлены самими взрослыми инвалидами, которые могли показать всем свои вокальные и танцевальные таланты.

– С какими сложностями вы столкнулись?

– Нам не удалось провести акции с кафе и торговыми сетями – «Доброе кафе» и «Добрый час». Так получилось, что им было проще перечислить сумму на наш счет. Возможно, чего-то мы не доработали.

– Благотворительный марафон достаточно широко освещался в средствах массовой информации. В каком ключе подавалась информация?

– Очень позитивно. Хотелось поблагодарить наши СМИ за оказанную нам информационную поддержку.

– Повлиял ли проведенный марафон на продвижение проекта «Социальная деревня Светлая для людей с ограниченными возможностями здоровья»?

– Безусловно. Пусть это маленький, но твердый и решительный шаг.

Беседовала Светлана Галина

– ПАРТНЕРЫ

## Вместе мы – сила

Проект «Благотворительный марафон «12 ДОБРЫХ ДЕЛ» стал победителем XII городского конкурса социально значимых проектов «Город – это мы».

**Марафон проходил при поддержке:**

- Министерства социального развития Пермского края;
- заместителя руководителя администрации губернатора Николая Новичкова;
- депутата Государственной думы Константина Бесчетнова;
- комитета по культуре администрации города Перми;
- председателя комитета по социальной политике Пермской городской думы Алексея Грибанова;
- молодежного парламента при Законодательном собрании Пермского края;
- Пермской гильдии добросовестных предприятий;
- общероссийской общественной организации «Поколение «Ай Пи».

**Партнерами проекта выступили:**

- Пермская благотворительная общественная организация «Общество помощи аутичным детям»;
- МОУ ДОД «Центр детского творчества» (г. Краснокамск);
- общественная организация инвалидов «Пермская краевая федерация физической культуры, спорта и творчества инвалидов»;
- Пермская торгово-промышленная палата;
- рекламная группа «Подсолнух»;
- ООО «Камский завод масел»;
- ООО «Аргументы и факты в Перми»;
- ООО «Аструм»;
- ООО «Свободная касса»;
- ООО «Западно-Уральская информационная компания»;
- служба такси «Фентази»;
- киносалон «Премьер»;
- Дом детского и юношеского творчества (г. Пермь);
- телерадиокомпания «Т7», «Рифей», «УралинформТВ»;
- ГАУК «Пермская краевая филармония»;
- Центральный парк развлечений им. Горького.

**Творческие коллективы:**

- квартет «Каравай»;
- ансамбль жестовой песни «Поющие руки»;
- образцовый эстрадный ансамбль «Капельки»;
- образцовый вокально-хореографический ансамбль «Веснушки» (г. Краснокамск);
- образцовый хореографический ансамбль «Сороконожка» (г. Добрянка);
- вокальная студия «Ассоль» (г. Добрянка);
- мужское вокальное трио «Виват»;
- «Балет Евгения Панфилова»;
- танцевальный коллектив «Гротеск».

**Огромную поддержку в проведении марафона оказали:**

- Анатолий Михайлович Седых, председатель совета директоров ЗАО «Объединенная металлургическая компания»;
- Юлия Александровна Драницына, директор рекламной группы «Подсолнух»;
- Александр Петрович Никифоров, генеральный директор ЗАО «Алендвик»;
- Евгений Михайлович Михеев, генеральный директор ООО «Пермрегионгаз».

— ПЕРСОНА —

# Помогая друг другу, мы сделаем этот мир лучше!

В начале октября 2010 года прошло заседание совета благотворительного фонда «Социальная деревня Светлая для людей с ограниченными возможностями», на котором был дан отчет деятельности фонда за 2009 – 2010 годы, внесены изменения в Устав фонда, одним из вопросов, обсуждаемых на заседании, было принятие в совет фонда Алексея Ивановича Порошина. Алексей Иванович – предприниматель, руководитель молодежной секции Пермского землячества, много лет живет и работает в Москве. О том, почему ему интересна и близка идея благотворительности и почему его заинтересовал проект «Социальная деревня Светлая», он поделился с корреспондентом нашей газеты.

– Алексей Иванович, почему вы решили войти в состав совета благотворительного фонда?

– Я сам родом из Перми и счастлив, что такой проект возник и воплощается в жизнь именно здесь – в городе больших возможностей и добрых людей. У меня в Перми много друзей, одноклассников. К сожалению, не у всех членов их семей крепкое здоровье... Так случилось, что с ранних лет я видел, как тяжело ухаживать за детьми с физическими недугами, не имеющими возможности жить полноценной жизнью. Я очень люблю детей. У меня самого растет дочь. А сейчас мы с женой ждем рождения второго ребенка. В будущем мы планируем иметь еще детей. Хотелось бы видеть их счастливыми. Но мне хотелось бы видеть счастливыми и других детей. Для этого у меня есть и желание, и возможности. Это мой долг.

– Чем вы можете помочь фонду?

– Восемь лет я живу и работаю в Москве, добился определенного уровня, имею опыт и знания в благотворительной деятельности. И на сегодняшний день для фонда «Социальная деревня» я изыскиваю имеющиеся наработанные административные ресурсы. Помогая друг другу, мы сделаем этот мир лучше.

– Что вы планируете сделать в самое ближайшее время?

– В первую очередь нужно четко определиться со стратегией дальнейшего раз-

вития, необходимо однозначное понимание назначенных и сопутствующих целей, а также методов и средств для их достижения. На себя я готов взять ответственность помогать в привлечении грантов, оформлении земли, оказании посильной помощи фонду с выходом на федеральный уровень. Я готов сделать все, что в моих силах.

– Почему, на ваш взгляд, проект «Социальная деревня Светлая» необходим?

– Много людей в наше время находятся на грани выживания. И если в такой семье появляется ребенок-инвалид – это очень тяжело. В зарубежных странах система жизнеобеспечения таких детей уже давно развита, функционирует и действительно помогает, а самое главное – мало сопоставима с ситуацией в России, где это только-только зарождается. Значит, нам надо как можно быстрее прорабатывать и внедрять новые проекты, нацеленные на улучшение качества жизни людей с ограниченными возможностями. Если не мы, то кто поможет улучшить жизнь нашим детям?

– Какой вы видите деревню Светлую?

– Светлой, жизнерадостной, в которой будут жить люди, движимые общей идеей здорового мира. В этой деревне люди с ограниченными возможностями смогут полноценно работать, заниматься спортом и развиваться. Дети – будущее страны, и мы должны заботиться о них.



Алексей Порошин: «Если не мы, то кто поможет улучшить жизнь нашим детям?»

– Кто, на ваш взгляд, в первую очередь должен помочь осуществлению проекта?

– Могу однозначно сказать, что без привлечения государственных средств этот проект не осуществится. Нужны огромные средства для строительства такой деревни. Только благотворительностью эту сумму не собрать.

– Каково отношение к благотворительности наших современников?

– Современный мир очерствяет людей. Все больше людей в первую очередь дума-

ют о собственном карьерном росте и о собственной прибыли, даже не задумываясь о тех, кто в силу независимости от них обстоятельств не может полноценно жить и обеспечивать себя самостоятельно. Увы, нынче сам факт благотворительности зарыт в недрах тщеславия. Считаю, что никакая политика и никакое государство не могут считать себя полноценными, если в них редко звучат слова о социальной ответственности. И лишь в недавнее время ситуация в стране начала меняться в лучшую сторону.

Когда я выезжаю в другие регионы, то вижу удивительную картину: хотя в Москве и сосредоточена большая часть денег страны, но люди там менее жертвуют на благотворительность, нежели в других регионах.

– Что нужно сделать, чтобы ситуация изменилась в лучшую сторону?

– Все идет из семьи. Любовь к другим людям нельзя просто так привить, она должна воспитываться с самого детства родителями. «Не убей, не укради, поделись с ближним...» – эти простые истины прививаются с рождения, и взрослых людей потом довольно сложно переучить. Немаловажную роль в благотворительности играет и политика государства.

– Станет ли мир лучше, когда проект воплотится в жизнь?

– Конечно, станет! И явное тому доказательство – последняя параолимпиада. Посмотрите, в газетах писали о победах людей, имеющих физические недостатки! Многие из нас испытывали гордость за свою страну, за наших победителей, за их силу духа. Тогда мы все стали чуть-чуть счастливее. И как только первые выпускники социальной деревни «Светлая» начнут добиваться успехов в жизни, все сомнения о необходимости такого поселения отпадут окончательно.

Беседовала  
Ольга Илларионова

— РАЗВИТИЕ —

## Дополнительное образование как средство социализации в современном обществе

Проблема социальной адаптации инвалидов – это проблема приспособленности их к полноценной жизни в обществе здоровых людей. Поэтому немаловажную роль здесь играет дополнительное образование детей, способствующее развитию их склонностей, способностей, интересов и будущего самоопределения. О том, где и какие услуги дополнительного образования могут получить дети с ограниченными возможностями здоровья, рассказывает начальник отдела дополнительного образования и воспитания департамента образования администрации города Перми Людмила Олеговна Зотова.

### О ЦЕЛЯХ

Родители, делая выбор в пользу того или иного кружка, студии или секции, прежде всего обязаны учитывать конкретные нужды и особенности своего ребенка. Для этого они должны ответить себе на такой вопрос: что их ребенок должен приобрести, получая дополнительное образование.

### ДОМАШНЕЕ ОБУЧЕНИЕ

Детям, получающим основное образование на дому, дается возможность получать на дому и

услуги дополнительного образования. Педагоги приходят к ним домой. В Перми по такой форме обучения занимаются около 90 детей. Для такой формы обучения необходимо заключение бюро медико-социальной экспертизы, где конкретному ребенку будут рекомендованы развивающие занятия.

### ДЕТСТВО. РАВНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ

Уже много лет в городском дворце детского и юноше-

ского творчества действует программа «Детство. Равные возможности». По этой программе в основном занимаются дети с ДЦП. На базе Станций юных техников тоже занимаются с детьми, имеющими заболевания опорно-двигательного аппарата, – это занятия по прикладному творчеству, шахматы, шашки.

### ЧТО ДЕЛАТЬ?

Есть такая категория детей с ограниченными возможностями, которые основное образование получают в специализированных образовательных учреждениях, но вполне успешно могут заниматься в учреждениях дополнительного образования детей наравне с другими здоровыми сверстниками. Как следует поступить?

Путь один: для этого достаточно прийти в учреждение, написать заявление о прие-

ме и приложить копию свидетельства о рождении. На данный момент больше ничего не требуется.

### В РОДНОЙ ШКОЛЕ

У нас достаточно много детей с особыми возможностями здоровья обучаются в учреждениях дополнительного образования. Но инвалидность у детей разная, соответственно и потребности, поэтому сложно дать какой-то единый алгоритм, как надо поступать. Иногда, может быть, удобнее привлекать специалистов из учреждений дополнительного образования в те специальные учреждения, где обучаются такие дети.

### О СОЦИАЛИЗАЦИИ

Система дополнительного образования – важное звено в воспитании и социализации ребенка. Для детей с огра-

ниченными возможностями здоровья занятие в группах с обычными детьми зачастую является основным путем к социализации, их постепенному включению в современное общество как полноценных членов.

### ВАЖНЫЙ ВЫБОР

Прежде всего ознакомьтесь со всем перечнем учреждений дополнительного образования детей, который имеется на сайте администрации города Перми, просмотрите сайты этих учреждений и ознакомьтесь со всей необходимой информацией. Также рекомендуем познакомиться и поговорить с педагогами, работающими в этих учреждениях. Тогда совместно с ребенком вы сможете подобрать наиболее подходящее занятие, учитывая индивидуальные особенности и состояние здоровья ребенка.

## – ПРОБЛЕМА

29 сентября 2010 года в Пермском институте повышения квалификации работников образования прошло заседание круглого стола, посвященного проблемам доступности образования детей с расстройствами аутистического спектра (РАС).

В поисках  
выхода

## из замкнутого круга

Заседание открыл Сергей Алексеевич Морозов. Он, рассказывая об оказании помощи лицам с расстройствами аутистического спектра в современной России, обратил особое внимание на их ограниченные возможности абилитации и реабилитации. Им было отмечено, что для обучения и воспитания таких детей нужны особые условия, формы и методы, которые бы соответствовали их психофизическим особенностям. До сих пор аутизм как заболевание не входит в перечень нарушений развития, которые бы предусматривали создание специальных (коррекционных) школ. Таким образом, в нормативном обеспечении коррекционного воспитания и обучения детей и подростков с аутизмом образовался законодательный вакуум. Результат плачевный: нет специализированных детских садов и школ, нет профессионалов, подготовленных специально для работы с аутичными детьми; вообще нет системы специализированной помощи детям с РАС. При этом частота встречаемости за последние десятилетия с РАС увеличивается. В заключение Сергей Алексеевич отметил, что в будущем это может привести к серьезной социальной напряженности.

Эту мысль в своем выступлении развила Юлия Валентиновна Корелина (председатель Общества помощи аутичным детям), отметив, что некоторые родители даже готовы выйти с протестом на улицы, чтобы тем самым привлечь общественное внимание к существующей проблеме. В своем выступлении она зачитала коллективное обращение, копии которого будут отправлены в Законодательное собрание, Министерство образования, Министерство социального развития, Министерство здравоохранения, Уполномоченному по правам ребенка в Пермском крае П. В. Микову, Уполномоченному по правам ребенка при Президенте РФ П. А. Астахову и уполномоченному по правам человека в РФ В. П. Лукину. В этом обращении были предложены конкретные пути выхода из сложившейся ситуации. Ю.В. Корелина, опираясь на конституционное право каждого гражданина РФ на получение образования, вышла с предложением проработать законодательную и нормативную базу, которая обеспечила бы реализацию данного права для лиц с РАС. А на данный момент Пермское общество помощи аутичным детям, отстаивая права своих детей, попало в замкнутый круг. Как сказал Аверкиев (председатель Пермской гражданской палаты), «в регионе родители с такими детьми и само Общество помощи аутичным детям попали в бюрократический затык». Поэтому на круглом столе прозвучало предложение – на федеральном уровне помогать продвигать закон о специальном образовании для детей с аутизмом, если на региональном уровне это решить невозможно. Для изменения существующей реальности было решено сформировать государству социальный заказ, а для придания большей весомости вышеуказанному заказу – подключить и другие регионы. По завершении круглого стола было решено написать программу комплексной помощи детям с аутизмом и с детальным описанием самого центра для лиц с РАС.

## Участники:

- Морозов С. А. – председатель московского общества «Добро», доцент кафедры коррекционной педагогики и специальной психологии АПК и ППРО, кандидат биологических наук, член Координационного совета по правам ребенка при Уполномоченном по правам человека в Российской Федерации;
- министерство образования Пермского края;
- департамент образования г. Перми;
- Гражданская палата Перми и другие.

## Обсуждаемые вопросы:

- повышение квалификации и подготовка кадров для работы с детьми с РАС;
- организация диагностических групп;
- проблемы доступа к дошкольному и дополнительному образованию;
- технологии обучения и социальная реабилитация в школе.

## – ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Сергей Морозов:  
«Родители таких детей  
умеют держать удар...»

По завершении круглого стола Сергей Алексеевич Морозов поделился с нами, насколько, на его взгляд, был конструктивным диалог.

– Диалог был достаточно открытым, а что касается его конструктивности, в этом я не очень уверен. Польза от круглого стола есть: хотя бы сказали то, что думаем, потому что знать любую правду лучше, чем ее не знать. Нащупали какие-то новые направления в дальнейшей работе. Но все равно у большинства представителей государственных структур параграф, норматив, функционал гораздо важнее, чем дети. Сегодня мы пытались приспособить существующее законодательство, нормативы под те потребности, которые есть у детей с РАС.

Словом, надо дальше встречаться, обсуждать, а для этого нужна совместная активность. Я думаю, что родителей таких детей не надо учить держать удар, они и так его держат.

– Во время беседы на круглом столе вы сказали, что за время вашей работы с такими детьми потеряно, по сути, пять поколений аутистов.

– Реально даже больше. Я в этой теме уже более 35 лет. Несмотря на то что кто-то из них чего-то достигает, как правило, реализовать себя в полной мере мало кому удается. Полностью реализуются буквально единицы благодаря невероятному стечению обстоятельств или везению. К сожалению, в нашем государстве нет закономерной системы их профессиональной подготовки, трудоустройства.

– Вы рассказывали о положительном опыте работы с аутичными детьми в Пскове. Можно ли этот опыт перенести на другие регионы?

– Это сложно хотя бы потому, что с самого начального этапа и до сегодняшнего дня работа центра проходит при серьезной финансовой поддержке немцев. Скажите, кто бы в регионе – резко дотационном – стал строить учреждение для аутичных детей? Построили немцы. Кто бы из городского начальства взял и дал бы центру трехкомнатную квартиру для отработки навыков самостоятельного проживания? Помогли немцы. В Перми я не в первый раз и вижу, что за прошедшие годы данная проблема стала более известна, о ней стали говорить – это, безусловно, плюс. А что касается чисто образовательной сути: когда-то она менялась в лучшую сторону, но сейчас – не самое лучшее время. И принципиальных изменений в лучшую сторону я, увы, не вижу.

– С 27 сентября по 1 октября 2010 года в Пермском институте повышения квалификации ра-

ботников образования для пермских педагогов вы проводили курсы по диагностике и коррекции детского аутизма. Актуальна ли на сегодняшний день эта тема для педагогов?

– В этот раз как никогда! Здесь собрались специалисты, которые на местах работают с такими детьми. Отрадно было увидеть у них стремление получить конкретные знания.

– Удалось ли достичь каких-то конкретных решений на круглом столе?

– Предлагались вещи достаточно реальные. С курсами повышения квалификации для педагогов, безусловно, получится. Я думаю, что академия на это откликнется. Единственно, что на подготовку потребуется несколько месяцев. В отношении законодательной инициативы, составления программы, написать, конечно, можно, но на реализацию программы могут уйти годы. А решать через оперативное управление – там никто не хочет, потому что надо выходить за пределы своих функционалов, инструкций и пр. А не хочет или не может – это вопрос достаточно сложный.



## ОТЗЫВ

С 27 сентября по 1 октября 2010 года в Перми на базе ПКПКО прошел уникальный семинар «Основы диагностики и коррекции расстройств аутистического спектра», где собрались педагоги и родители детей с аутизмом Перми и Пермского края. Лекции читал С. А. Морозов, доцент кафедры коррекционной педагогики и специальной психологии РАН, кандидат биологических наук.

Потребность в научно-обоснованной и проверенной на практике информации о специальном (коррекционном) воспитании и обучении детей с РАС существует и у родителей, и у педагогов. С чего начинать? Какой путь помощи выбрать? Где эту помощь найти? Что может подойти ребенку, а что только навредит?

Этот семинар дал нам возможность восполнить пробелы знаний. Слушатели познакомились с характеристикой традиционных и альтернативных подходов к коррекции детского аутизма, принципами выбора ведущего коррекционного подхода, новыми тенденциями в подходах к коррекции аутизма.

От нашей школы – СКОШ № 23 VIII вида г. Перми – на семинаре побывали четыре педагога, так как у нас есть ученики с РАС и, возможно, их количество будет увеличиваться.

Есть апробированные методы работы с детьми с аутизмом, и мы, педагоги, готовы перекалываться. Но, к большому сожалению, в нашей стране нет государственной системы помощи людям с аутизмом. А в одиночку ни родителям, ни образовательным учреждениям проблемы обучения и воспитания детей с РАС не решить.

Юлия Владимировна Суворова,  
заместитель директора по воспитательной работе  
МС (КОУ) «Специальная (коррекционная) общеобразовательная  
школа № 23 VIII вида» г. Перми



Педагоги Пермского края на семинаре для учителей

— ВМЕСТЕ С ДЕТЬМИ —

## А ну-ка, расскажи, доскажи, повтори

Предлагаем вашему вниманию упражнения для закрепления правильного произношения звуков. Эти стихи, считалки и скороговорки будут способствовать речевому развитию вашего ребенка. Вы, играя с ним, сможете снять у него умственную усталость и весело проведете время.

### ЗВУКИ С-З-Ц

#### Доскажи словечко:

И в море не купаются,  
И нет у них щетинки,  
А все же называются  
Они морские... (свинки).



#### Расскажи считалочку:

Начинается считалка.  
На дубу скворец и галка.  
Улетел домой скворец,  
И считалочке – конец.

#### Повтори скороговорку:

Летит скворец – зиме конец.  
Зоиного Зайку зовут Зазнайка.

### ЗВУКИ Ш-Ч-Щ

#### Доскажи словечко:

Если мы растем на ели,  
Мы на месте, мы при деле.  
А на лбах у ребятшек  
Никому не нужно... (шишек).



#### Расскажи считалку:

Ежик – ежик, чудачок,  
Сшил колючий пиджачок,  
Встал в кружок и ну считать,  
Нам водилку выбирать.

#### Повтори скороговорку:

На окошке крошку мошку  
Ловко ловит лапкой кошка.

### ЗВУКИ Л-Р

#### Доскажи словечко:

Заставил плакать всех вокруг,  
Хоть он и не драчун, а... (лук).



#### Расскажи считалку:

Шла коза по мостику  
И виляла хвостиком,  
Зацепила за перила,  
Прямо в речку угодила,  
Кто не верит – это он,  
Выходи из круга вон!



#### Повтори скороговорку:

Проворонила ворона вороненка.  
У реки росла рябина, а река текла  
рыбила.

Из книги «Психические расстройства у детей. Речевые нарушения у детей». – Пермь, «Здравствуй», 2009.

— ЦВЕТОТЕРАПИЯ —

Цветотерапия часто используется для активации самоврачающих сил нашего организма. Чтобы грамотно использовать цветовые сочетания в интерьере, необходимо знать индивидуальные свойства каждого цвета. О том, какое цветовое воздействие на эмоциональное состояние и здоровье человека оказывает цвет, наш материал.

## В мире красок и света

Цветовое воздействие на эмоциональное состояние и здоровье человека издавна отмечалось лекарями многих народов. Еще Авиценна (около 980 – 1037) прописывал своим пациентам воздействие определенными цветами в зависимости от характера заболевания и душевного состояния больных. Применялись ванны с окрашенной водой, окна завешивали цветными шторами, считалось эффективным также облачение пациентов в одежду определенного цвета. В Европе серьезные научные исследования цвета начались в середине 19 века. Особое внимание привлекал красный цвет; еще средневековые врачи прибегали к нему при лечении ветряной оспы, скарлатины, кори и некоторых кожных заболеваний. Современная медицина активно не использует цвет, однако известно, что цвет, как и звук, является естественным интегратором физиологических и психических процессов. Каждый цвет по своему многозначен. Цвет влияет на наши мысли, поведение в обществе, здоровье и взаимоотношения с людьми. Язык цвета при правильном использовании способен укрепить здоровье и избавить от недугов.

При выборе цветовой гаммы для отделки квартиры учитывайте пожелания всех членов семьи. Лучше использовать нейтральные, ненасыщенные тона.

### КРАСНЫЙ

Красный цвет способен поднять настроение, мобилизовать на свершение, сподвигнуть к активным действиям. Он положительно влияет на тело: помогает расслабиться застывшим членам и суставам, особенно ногам, останавливает воспалительные процессы. Если вы часто простужаетесь, используйте красный цвет для согревания. Однако злоупотребление этим цветом может привести к беспокойству и повышению артериального давления. Для оформления детской комнаты этот цвет не подходит. Используйте его в интерьере в качестве праздничного акцента. Такое цветовое пятно поможет гармонизировать нервное состояние и восстановит необходимые силы.

### ОРАНЖЕВЫЙ

Влияние этого цвета благоприятно для нервной системы. Благоприятно вли-

яет на пищеварительный тракт, возбуждает аппетит, поэтому оптимально его присутствие на кухне. В общем, он способен улучшить работу всего организма.

### ЖЕЛТЫЙ

Это цвет радости, солнечного оптимизма. Помогает усваивать информацию, способствует ясности и точности мысли, улучшает зрение. Идеально подходит для оформления гостиной.

### ЗЕЛЕНый

Повышает производительность. Этот цвет обладает существенным воздействием на жизнь человека. Этот цвет считают самым гармоничным, ведь недаром и трава, и деревья зеленого цвета. Зеленый цвет успокаивает и уравнивает эмоции, восстанавливает стабильность. Хорошо для любого помещения в квартире. Но будьте осторожны с оттенком и насыщенностью, иначе можно добиться эффекта мрачности. Зеленый цвет прекрасно лечит заболевания сердца, снимает головную боль, улучшает работу печени, стабилизирует и успокаивает нервы, является замечательным тонизирующим средством.

### ГОЛУБОЙ

Этот цвет помогает при стрессах и волнениях, способен снизить артериальное давление. Бессонница отступит, если в вашей спальне будет голубой абажур или покрывало голубого оттенка. Но учтите, что в больших количествах голубой может привести к упадку сил. Не следует использовать голубой на кухне или в столовой. Он успокаивает и умиротворяет. А вот для ванной сочетание белого и голубого/синего дает ощущение чистоты и свежести.

При выборе цветовой гаммы в жилых помещениях не следует руководствоваться исключительно модными тенденциями. Во внимание нужно принимать индивидуальные склонности хозяев, род деятельности, а также архитектурные особенности самих помещений. На выбор цвета влияет размер помещений, освещенность, высота потолков.

Держайте! Умело подобранная гамма цветов способна благотворно воздействовать на нервную систему, сильнее, чем иные микстуры.



### СИНИЙ

Обладает свойством снижать болевые ощущения. Он помогает при заболеваниях мозга, глаз, носовых пазух, положительно влияет на костную систему, особенно на позвоночник. Но следует помнить, что насыщенный синий в действительности не успокаивает психику, а угнетает, недаром в психиатрических лечебницах больных помещают в комнату с ярко-синими стенами. Этот цвет также способствует творческому вдохновению.

### ФИОЛЕТОВЫЙ

Очень мощный по своему воздействию цвет требует крайне осторожного применения. Фиолетовый цвет сочетается в себе силу и мягкость. Это цвет скрытых возможностей, а также цвет защиты. Однако избыток может вызвать тяжелую депрессию. Поддерживает иммунную систему и может успокоить расшатанные нервы, уравновесить эмоционально неустойчивых людей.

Из книги В. В. Михайловой «Экология жилого дома...», – Покровский дар, 2005 г.

ДОБРЫЙ СВЕТ. ГАЗЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Учредитель и издатель: благотворительный фонд «Социальная деревня Светлая для людей с ограниченными возможностями».  
Адрес: 614087, г. Пермь, ул. Рабочая, 9.  
Тел. (342) 235-14-77. E-mail: svetlay-derevnya@yandex.ru  
www.svetlay-derevnya.ru  
Директор фонда: Светлана Калина (сот. 89028067002).

Газета издается на средства депутата Государственной думы, члена комитета по экономической политике и предпринимательству Бесчетнова Константина Викторовича; генерального директора ООО «Камский завод масел» Росляковой Ларисы Юрьевны; члена совета благотворительного фонда «Социальная деревня Светлая для людей с ограниченными возможностями» Алексея Ивановича Порошина.

Выпускающий редактор: Светлана Галина.  
Корректор: Оксана Усталова. Компьютерная верстка: Павел Нагорских.

Подписано в печать: 15 октября 2010 года.  
Отпечатано в ООО «ПКФ «Картонтара». Адрес: 617060, Пермский край, г. Краснокамск, ул. Шоссейная, 24а.  
Тираж 999 экземпляров. Распространяется бесплатно.

Мнение редакции может не совпадать с позицией авторов публикаций. Письма и рукописи не рецензируются и не возвращаются.