



ДОБРОЕ ДЕЛО

Через «Призму» доступности

САМАРСКИХ ИНВАЛИДОВ ПРИГЛАШАЮТ НА ЗАНЯТИЯ В ЦЕНТР СЕМЕЙНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ

Самарская региональная общественная организация инвалидов «Призма» при поддержке Фонда президентских грантов реализует проект «Центр семейной реабилитации инвалидов. Качество жизни на равных!». Люди работают над своим физическим и психологическим состоянием, развивают творческие способности и навыки общения, пытаются устроить личную жизнь.

«Наша работа рассчитана на год, - рассказывает координатор проекта Екатерина Клименко. - Главная идея проекта - социализация людей с инвалидностью. Группы начали заниматься с января, в программе семь направлений».

Например, физическая реабилитация включает адаптивную физкультуру, йогу и скандинавскую ходьбу.

Занятия йогой проходят в спортзале. Упражнения могут быть статические и динамические - каждый выбирает наиболее комфортный для себя вариант. «Йогу ведет человек с рассеянным склерозом - в прошлом тренер по карате, - говорит Екатерина Клименко. - Он разработал и испытал на себе программу для людей с ограничениями по здоровью».

Еще одно направление - психологическая поддержка и сопровождение. Консультации могут быть групповыми и индивидуальными - в зависимости от проблемы. Упор делается на то, чтобы люди комфортно себя ощущали среди здоровых людей, выходили из дома, общались. Здесь очень важны тренинги на повышении самооценки.



ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО АВТОРОМ



ЕКАТЕРИНА КЛИМЕНКО,
координатор проекта
«Качество жизни на равных!»:

- Мы помогаем людям стать морально и физически готовыми к жизни в обществе. Прохожий с тростью в стереотипном мышлении большинства - это человек с ограниченными возможностями. А с палками для скандинавской ходьбы - физкультурник.

«Есть у нас занятия и по компьютерной грамотности для пользователей разного уровня - от новичков до продвинутых, - продолжает Екатерина. - Кстати, в ходе проекта мы создали сайт знакомств для особой категории граждан. Иногда люди настолько замыкаются в себе, что перестают и мечтать о создании пары. А, например, диагноз рассеянный склероз получают преимущественно молодые люди.

Наш портал позволяет организовать знакомство и общение».

Направление «прикладное творчество» помогает прежде всего развивать мелкую моторику. У тех, кто не может вышивать или собирать пазлы, популярна тестопластика. Замесить тесто и лепить фигурки могут практически все, а организм вспоминает, как он работал до постановки диагноза или получения травмы.

«Проводятся занятия по юридической грамотности. Актуальна тема «Как не стать жертвой мошенников», - добавляет Екатерина Клименко. - Не иссякают вопросы по жилищному и семейному праву, наследственным делам».

Занятия, проходящие в рамках проекта, направлены на комплексную реабилитацию.

«Группа из 15 человек занимается в течение двух недель. Позвонить и записаться можно в любое время», - говорит Екатерина Клименко.

Занятия проходят в Самаре по адресу: ул. Свободы, 71. Запись по телефону, в Viber и WhatsApp - 89277474619.

факт заражения ВИЧ? За что нарушителя закона ждет штраф, а какие действия могут обернуться реальным сроком лишения свободы? Подготовить ребят к разрешению этих и других жизненных ситуаций и призван проект.

Некоторые из участников тренинга, например, открыли для себя, что такая «шутка», как ложное сообщение о планируемом теракте, для лиц старше 14 лет влечет за собой серьезное наказание по статье 207 УК РФ. Если же нарушитель моложе, за него будут отвечать родители.

Программа проекта рассчитана на 8 месяцев. По мнению педагогов и самих ребят, это очень полезная практика, помогающая подготовить выпускников школ с ограниченными возможностями здоровья к жизни в обществе.

ЛЮДЯМ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ ПОМОГАЮТ КОМПЛЕКСНО

Открыты для всех

Самарская городская общественная организация инвалидов - больных рассеянным склерозом реализует поддержанный Фондом президентских грантов проект «PROдвижение к активной жизни! Центр социальной реабилитации людей с ограничениями в передвижении».

Ольга КАЗАКОВА

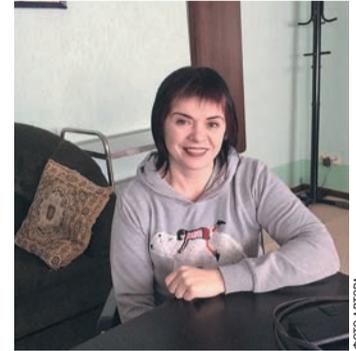


ФОТО АВТОРА

«Основная цель проекта - социальная реабилитация людей с ограничениями в передвижении и другими тяжелыми заболеваниями», - рассказывает ведущий специалист организации инвалидов, координатор проекта Елена Ануфриева.

Тренировки ведут специалисты из федерации эстетической гимнастики, прошедшие обучение по программе дополнительного профобразования «Адаптивная физическая культура» в Санкт-Петербурге.

«На средства гранта закуплено реабилитационное оборудование, в том числе имитатор ходьбы «Имитрон» и беговая дорожка American Motion Fitness, разработаны программы реабилитации, - продолжает Елена. - Помимо занятий по адаптивной физкультуре, люди с удовольствием посещают психологические тренинги и консультации. Мы обсуждаем различные проблемы, учимся общаться с окружающими, правильно выражать свои мысли и строить планы».

Еще одно популярное направление проекта - игровой клуб. В выходные дни люди собираются поиграть здесь в настольные игры. «Есть традиционные шашки и шахматы, здорово отключает от повседневных забот простая карточная игра «Уно», с удовольствием играем в «Имаджинариум». Большой популярностью пользуется «Мафия». Некоторые играют в «Твистер». Игры позволяют нам не только отдохнуть и развлечься, но и лучше узнать друг друга».

Занятия по рукоделию помогают развивать мелкую моторику. Центр приобрел наборы для рукоделия. Простые работы изготавливаются здесь, сложные изделия рукодельницы берут домой, а затем приносят в Центр и организуют выставки.

«Два раза в неделю по два часа мы занимаемся физкультурой, раз в неделю по два часа - занятия с психологом и рукоделие, - перечисляет Елена Ануфриева. - Мы не только «рассеянных» реабилитируем, у нас много друзей с другими диагнозами, это и ДЦП, и черепно-мозговая травма, и неврологические заболевания. Есть среди наших посетителей и мамы, которые приводят детей-аутистов. Сейчас мы налаживаем контакт с городской общественной организацией детей-инвалидов, инвалидов с детства «Парус надежды». Люди приходят и чувствуют себя как дома. Наши площадки открыты для всех».

СПРАВКА

Занятия адаптивной физкультурой проводятся на четырех площадках:
Центр семейной реабилитации инвалидов (Самара, ул. Свободы, 71);
Спортивно-досуговый центр «Виктория» (Борский район, с. Борское, ул. Ленинградская, 50);
СШОР №6 СК «Локомотив» (Самара, ул. Агибалова, 7А);
Школа-интернат № 117 им. Т.С. Зыковой для обучающихся с ОВЗ (Самара, ул. Майская, 49).
Телефон для записи 8-927-750-78-62.

Граждане правового государства

АССОЦИАЦИЯ «СОЦИАЛЬНАЯ ЗАЩИТА ДЕТЕЙ-ИНВАЛИДОВ» ПРОВОДИТ ПРАВОВЫЕ ТРЕНИНГИ ДЛЯ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ЗДОРОВЬЯ

В ноябре прошлого года в области стартовал социально значимый проект Ассоциации «Учимся защищать себя сами».

Татьяна ПАРХАЧЕВА

Проект ориентирован на старшеклассников специализированных образовательных учреждений Самарской области для детей с ограниченными возможностями здоровья. Семинары, тренинги и обучающие занятия прошли в самарских коррекционных школах-интернатах №4 и №117,

в тольяттинской школе-интернате №5.

На занятиях ребята подробно разбирают юридические вопросы разной направленности - от статей Трудового кодекса РФ и КоАП до уголовного права. С какого возраста можно привлечь гражданина к административной ответственности за совершение правонарушения? Что является основанием для увольнения человека с работы? Какое наказание предусмотрено для молодого человека, скрывавшего от своего полового партнера



ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО АВТОРОМ