

# РЕАБИЛИТАЦИЯ ПО СУЩЕСТВУ

## Остров единения

Пичуг укромная возня  
В чересполосице цветений  
Освобождает вновь меня  
От шелухи предубеждений.  
Пьянящий воздух слишком чист,  
Нектар духмяного разлива  
Под неумолчный пересвист  
Приятно пить неторопливо.  
Но коль прорвётся чуждый звук,  
Былую слаженность корёжа,  
То сразу благостность вокруг  
На какофонию похожа.  
В шедевре выстраданных нот  
Любая фальшь невыносима —  
Греховность множит всплеск забот,  
А заповедность так ранима!

Поныне в каменных джунглях мегаполиса хватает проблемных неудобств индивидуального характера, поэтому многие тотальники десятилетиями томятся в жестких тисках мучительных тревог и неизбежных невзгод. Совсем нередко, из-за ужаса остаться наедине с гибельными мелочами повседневности, тысячи недужных москвичей становятся добровольными узниками своих персональных застенков со всеми удобствами. Понятно, что испытания закаляют, однако при постоянном нега-

тивном давлении можно невзначай и палку перегнуть. Если же это белая трость, то и до трагедии недалече!

Насущные проблемы граждан с дефектами зрения в публичном пространстве обсуждаются довольно часто, что призвано коренным образом улучшить их адаптацию в современном социуме. Вообще-то у нас любят опрометчиво высказываться о слабой продуктивности реальных действий на благо слепых и слабовидящих. Уже стало привычным делом жёстко критиковать меры социальной защиты, походя давая негативную оценку научно-практической деятельности в данной области. Такая позиция однобока и необъективна.

Достаточно сказать, что в семи километрах от живописного посёлка Малино сохранился заповедник «пенсионного благополучия», который является эталонным примером для подражания. Имеется в виду Государственное бюджетное учреждение города Москвы «Реабилитационный центр для инвалидов по зрению». Его создали на основании распоряжения столичного Правительства от 15 марта 2004 года. Правда, почти двадцать лет назад это был всего лишь благоустроенный пансионат с аналогичной специализацией, но совсем недавно его коренным образом перепрофилировали. Вместе со статусом изменилось и полное наименование.

До уединённой территории добра можно добраться на электричке с Павелецкого вокзала, а далее от станции Михнево на местном транспорте или напрямую на

междугородном экспрессе. Разумеется, в дни заездов от площади возле метро «Орехово» и вплоть до крыльца жилого корпуса курсирует бесплатный автобус. По окончании сроков путёвок путь осуществляется в обратном порядке. Идентичным образом осуществляются регулярные хозяйственные поездки, а также желающие отправляются на церковные службы и экскурсии. Если удаётся сделать предварительный заказ в мировой паутине или чудом дозвониться в диспетчерскую социального такси, то к заветной цели можно прибыть достаточно быстро и с повышенным комфортом. Не вредно помнить, что шоссе проходит почти в километре от укромного уголка, который отделён от него речкой Городёнка с немудрящим мостом, что усугубляет «островное» положение реабилитационного Центра, у которого нестандартный официальный адрес: Московская область, город Ступино, село Аксиныно. Ну, а при всём этом для переписки было решено использовать почтовое отделение «Малино».

Разумеется, это важное звено в структуре Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы осуществляет реальную реабилитацию и абилитацию соотечественников. Согласно правилам пребывания, совершеннолетние инвалиды первой и второй группы, не имеющие медицинских противопоказаний, в течение семнадцати дней проходят курс оздоровления. Размещение ста двадцати москвичей осуществляется в номерах на одного или двух человек. Причём лишь ме-

нее десяти процентов путёвок реализуются в свободной продаже, но прежде всего среди маломобильных граждан. Это позволяет некоторым членам ВОС повторно побывать в райском уголке. Нужно иметь в виду, что визит за собственный счёт обойдётся в немалую копеечку, хотя и на четверть дешевле, чем зрячим отдыхающим.

Порой мероприятия по формированию безбарьерного пространства или созданию доброжелательного микроклимата даже не требуют заоблачных затрат, а результат поражает. Можно вспомнить, как спортсменов порадовали недорогие, но долгожданные приобретения, в частности, защитные перчатки для тенниса слепых и новый кий. Стремительное возвращение со склада стола с бортиками вообще ничего не стоило. Об этом попросили любители традиционных настольных игр, которые, кроме всего прочего, укрепляют память и развивают мелкую моторику пальцев.

На решение данных задач направлена и социокультурная деятельность соответствующих специалистов ГБУ. В их прямые обязанности входит организация активного досуга, включая регулярный показ популярных художественных и документальных фильмов, в том числе с тифлокомментариями, а также проведение концертов силами самодеятельных артистов с дефектами зрения.

Не удивительно, что у поклонников непринуждённой манеры общения повышенным спросом пользуются танцевальные программы и вечера знакомств. Впрочем,

в налаживании «свеженьких контактов» острой необходимости вроде бы нет, так как преданные фанаты «Острова единения» уже не раз встречались на общегородских совещаниях или торжествах, праздниках или творческих состязаниях, ведь даже в мегаполисе круг активных незрячих чрезвычайно узок.

Как и прежде, в развлекательных мероприятиях на общественных началах участвуют и некоторые сотрудники. Скажем, хорошо известный завсегдашним охранник Юрий Верных после вынужденного антракта в пандемию снова на всю катушку зажигает на клубной сцене, заряжаясь от собственного дискотечного репертуара и даже делая кульбиты в Газмановском стиле. Застоявшийся самородок щедро дарит феерическое действо, а восторженная публика не скупится на дружные овации. Так что уровень выступления далеко не всегда зависит от гонорара.

Кстати, в Центре уже давно трудоустроен и тотальник Николай Чикляев, который обучает нуждающихся пользоваться смартфоном и компьютером, применяя систему «Джоз», а кроме того, задействован и в качестве баяниста. Это само по себе важно и должно приветствоваться, ведь он является наглядным доказательством того, что маломобильным реабилитантам очень многие свершения по плечу! Такая перспектива необходима растерянным поздноослепшим, потому что становится дополнительным импульсом для освоения новых навыков, помогая справиться с депрессией.

Следует подчеркнуть, что текучесть кадров в ГБУ крайне мала. Кое-кто из «гвардейцев» спянного коллектива ездит за сорок километров, даже из районного центра, так как их привлекает достойная заработная плата и сравнительно комфортные условия труда. Для удобства уважаемых пациентов, прямо на втором этаже жилого корпуса священнодействуют мастера массажа, а внизу принимает терапевт и находится процедурный кабинет. В нём круглосуточно дежурит медицинская сестра, благодаря чему можно провести курс уколов, измерить давление и взвеситься, а главное — оперативно получить необходимое лекарство или другую неотложную помощь.

Слепым и сопровождающим для адаптации в социуме предоставляются: бытовые, медицинские и психологические услуги. Усилия персонала направляются на поддержку профилактических мер по коррекции эмоционального состояния и повышение коммуникативного потенциала каждого подопечного с учётом его индивидуальных качеств.

Как известно, благожелательный профессионализм играет ключевую роль в формировании образцовых условий комплексной реабилитации, а при постоянном и плотном общении очень важна духовная совместимость. Надо сказать, что на страждущих оказывают мощное воздействие умиротворяющие голоса квалифицированных сотрудниц, искренние улыбки которых

ободряют даже очень пожилых незрячих с дополнительными заболеваниями.

Наперекор санкциям уже сейчас в Государственном бюджетном учреждении города Москвы активно и удачно применяют отечественные разработки. Как правило, при формировании зоны безопасного пребывания используется бесценный опыт минувших поколений, причём строго соблюдается принцип максимально возможного удовлетворения потребностей лиц без остатка зрения, а упор делается на создании действительно доступной среды.

Несомненно, направляющие из стальных труб замечательно выполняют свои реабилитационные функции. Как положено, ими снабжены все довольно пологие пандусы и лестницы, первые и последнее ступеньки которых выделены жёлтой краской. Именно этот цвет спектра дольше других различают слабовидящие, такой предупредительный сигнал важен и для стариков с ослабленным вниманием. Полые перила из нержавеющей стали пронизывают буквально все помещения внутри зданий, включая места общего пользования. За них удобно цепляться ущемленным путникам, что снижает риск получения травм.

Привычные каменные бордюры и приглушённые радиомаяки превосходно содействуют поиску нужного объекта. К тому же даже едва заметные ландшафтные подъёмы и спуски очень к месту, ведь перепады высот в несколько градусов помогают сосредоточенному то-

тальнику вполне уверенно фиксировать своё конкретное положение в пространстве. Естественно, яростная борьба с беспощадной гиподинамией является одной из главных задач оздоровительной реабилитации, а лёгкая мышечная нагрузка оказывает благотворное влияние на общее состояние даже самых ленивых или немощных россиян.

Вблизи от проходной, чуть на отшибе в отдельном домике, базируется отлично оборудованный тренажёрный зал. Весь день и в любую погоду к нему тянутся желающие похудеть или минимизировать последствия столичных стрессов. Как обычно, тон задают представители спортивной элиты ВОС. Естественно, среди них преобладают решительные дамы всех возрастов.

Впрочем, популярные занятия лечебной физкультурой в основном проводятся на свежем воздухе, что способствует быстрейшему восстановлению важнейших функций изнурённых организмов. Довольно часто адаптированные комплексы упражнений, рассчитанные на групповое применение, способствуют налаживанию личностных связей. Видимо, поэтому самые продвинутые чаровницы самозабвенно увлекаются скандинавской ходьбой.

Понятно, что длительные прогулки по приветливым закоулкам реабилитационного комплекса благоприятно воздействуют на душевное и физическое состояние закоренелых горожан. Чтобы закрепить положительный эффект немудрёной процедуры, они часами нарезают

большие круги по досконально изученному маршруту, проложенному вдоль периметра основной территории. Кстати, его протяжённость целых восемьсот метров с приличным гаком, что составляет почти тысячу двести среднестатистических шагов.

Вообще-то для опытного стайера в порядке вещей за несколько приёмов спокойно намотать с десятков вёрст по замкнутой траектории восхитительного напряжения. Даже немолодые любители бега трусцой при поддержке болельщиков в состоянии тряхнуть стариной. Вот и многие одинокие тотальники получают истинное наслаждение от долгожданных блужданий в условиях почти безбарьерной среды, ведь они давно мечтали поменять сидячее существование на изматывающие рейды в автономном режиме.

Благолепие умильной идиллии очаровательной глубинки нравится практически всем патриотам чудесной природы Подмосковья. Не случайно с раннего утра до позднего вечера по хитросплетениям затенённых дорожек в различном темпе двигаются целеустремлённые сопровождающие с их подопечными, сплочённые супружеские пары и говорливые компании закадычных приятельниц. По рекомендации врача ради содержательной беседы или попросту для аппетита, эти «зачарованные странники» неспешно совершают свой ежедневный моцион, как водится, частенько направляясь к заветному пищеблоку.

Следует заметить, что обширная столовая располагается поодаль от других корпусов. Кроме вкусных и полезных блюд общего потребления, по давней традиции, в ней каждому имениннику вручают праздничный пирог. Подобное персональное внимание до слёз трогает виновников торжества. Недаром некоторые предприимчивые завсегдатаи очередной визит в приют отдохновения приурочивают к собственной знаменательной дате. В том же здании обосновалось и уютное кафе с отдельным входом, где выдают кислородный коктейль и фиточай. При желании посетители могут там посидеть с друзьями или отметить юбилей. За вполне умеренную цену местные гурманы с удовольствием лакомятся ароматным напитком и отличным мороженым на любой вкус.

Слава Богу, в комфортабельную глухомань лесных угодий, прославленную изобилием грибов и орехов, так и не докатилась вредная мода на слишком скользкие тротуарные плитки с избыточно выпуклым рельефом, которые ещё недавно почти повсеместно сбивали с толку маломобильных граждан, назойливо мешая им передвигаться по улицам, запруженным людьми. К тому же чрезвычайно дорогие строительные материалы социального назначения зачастую бывают безграмотно уложены, из-за чего люди с ограниченными возможностями здоровья по сей день кое-где рискуют завершить жизненный марафон под колёсами. Недаром москвичи остерегаются на них наступать, но по сей день иной раз

спотыкаются на, казалось бы, ровном месте, наткнувшись на мини-преграды западноевропейского типа. Подобные коварно замаскированные антиориентиры таят серьёзную угрозу и абсолютно непригодны для наших сравнительно суровых погодных условий.

Впрочем, у хорошо развитой инфраструктуры бывшего пансионата существуют и свои застарелые напасти. Довольно удобные дороги внутреннего назначения щербатят трещины да выбоины, а ещё их очень портят излишне углублённые люки коммуникационных колодцев с осыпающимися краями. Эти дефекты наспех своими силами не раз пытались ликвидировать соответствующие технические специалисты. К сожалению, только вялотекущим косметическим ремонтом здесь не обойтись!

Кроме того, роковым бичом импровизированных терренкуров является сезонный елово-сосновый шишкопад, который регулярно становится причиной внезапных «приземлений», порой с хирургическими последствиями. Конечно, пагубные дары величавых деревьев с утра убирают, но досадные неудобства имеют круглосуточный характер, а значит, требуют постоянной профилактической работы. Возможно, есть смысл прикрыть основные направления движения потенциальных жертв лёгкими тентами. Они же и от дождя защитят. Надеюсь, что мелкие недочёты будут исправлены в ближайшее время. Ну, а на замену асфальтовому покрытию или хотя бы на его комплексную реставрацию потребуются

довольно крупные целевые ассигнования, которые необходимо предусмотреть в бюджете на следующий год.

Радует, что всего в семидесяти пяти километрах от МКАД естественным путём сберегается несколько старомодный колорит искренних отношений. В уникальном пристанище утомлённых «странников во тьме» непринуждённо культивируется скромный провинциализм, бережно изолированный от столичной суеты. Наверное, родовая память общинного уклада жизни у нас сохраняется на генетическом уровне, не случайно ведь в охотку так приятно соблюдать крепко подзабытые деревенские обычаи, согласно которым здесь не проходят мимо чужой беды и принято здороваться с каждым встречным, а не только с давними знакомцами.

Увы, уровень культуры межличностного общения отдельных неуравновешенных горожан оставляет желать лучшего. Убеждённый эгоизм «записных кляузников» нередко создаёт нервозную обстановку, просто поражая надуманностью их капризов. Самоуверенные отщепенцы беззастенчиво выражают недовольство по сущим пустякам. Утверждённое время обеда их почему-то не устраивает и нервирует шестиразовое питание. Причём просто так отказаться от булочки на полдник или от дополнительного биоюгурта на второй ужин у них силы воли не хватает. Они огульно хаотят всё подряд, но через несколько месяцев опять рвутся в цивилизованное захолустье, настырно требуя себе одноместный номер и обязательно в разгар лета.

К сожалению, практически в каждом коллективе, формируемом на принципах добровольности, встречаются такие неуёмные себялюбцы с неоправданно завышенными потребностями. Из-за них председатели местных организаций Всероссийского общества слепых регулярно оказываются в затруднительном положении, когда в сезон отпусков намечают кандидатов на получение бесплатных путёвок Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.

Вновь прибывшие реабилитанты поневоле сразу же становятся членами сообщества товарищей по несчастью, негласные законы которого откровенно игнорировать рискованно, потому что на грубый выпад иной раз можно и резкий отпор огрести. Однако лидеры агрессивного меньшинства, чрезвычайно избалованные гуманным отношением окружающих, всё равно с патологическим упорством пытаются провоцировать возникновение конфликтных ситуаций, а вопиющая безнаказанность их только подзадоривает.

Так, может быть, этих возмутителей общественного спокойствия пора для профилактики вносить в чёрные списки? Тогда они, по крайней мере, на определённый срок лишатся возможности за государственный счёт портить настроение адекватным незрячим, составляющим подавляющее большинство временных обитателей Центра. Хочется подчеркнуть, что другие инвалиды по зрению тоже имеют законное право на содержательный отдых и комфортное оздоровление. Пренебре-

гать их интересами ради кучки жалобщиков вряд ли стоит! Злополучные примеры свидетельствуют, что попустительство в итоге обходится слишком дорого!

Гнетёт загруженность в делах,  
А нервам хочется в починку...  
Что ж мало ценим впопыхах  
Земной эдем на дармовщину?  
Как прежде, радости просты,  
Привычно нежимся в покое.  
Среди природной чистоты  
Видней убожество людское.  
Буквально рвутся напоказ  
Противоречия тщеславий.  
Чужое мнение не указ  
В приоритете равноправий.  
Исподтишка зануды бьют.  
Гордыня ж числится пороком.  
Того гляди крутой уют  
Утрачен будет ненароком!

**Владимир Бухтияров,**  
**Вера Букварёва,**  
председатель МО «Лосиноостровский округ» МГО  
ВОС

Продолжение следует.