

√ День пожилого человека

## Заходите, двери открыты!

**Мы настороженно поглядывали друг на друга – собрались у кабинета психиатра все-таки. И первые слова о том, что лечит в этом кабинете врач, многие восприняли, удрученно кивая. Подавленное настроение, чувство безысходности, бессонница, навязчивые страхи, тревога... Работа, семья, бытовые заботы не могут не держаться в напряжении.**

Если сознанию не оказать помощи, напряжение приводит к болезням тела. Поэтому у кабинета врача-психиатра высшей категории Дорожной клинической больницы на улице Таллинской Екатерины Мисевич все время народ. И не только машинисты, путейцы и проводники поездов, приходящие на комиссионный осмотр за

допуском к работе. Наша растущая медицинская грамотность, культура заботы о своем здоровье все чаще приводят к таким кабинетам всякого, кто осознает, что начальная причина надвигающейся болезни связана с психикой.

Заинтересован в стабильном уровне здоровья сотрудников и

любой серьезный руководитель на наших рабочих местах. Российские железные дороги – в первую очередь. Именно поэтому железнодорожная медицина во все времена имела самый высокий рейтинг: отличных профессионалов, оборудование последнего поколения.

Мы, члены ВОИ, дружим с железнодорожными медиками. Нас в нижегородской общественной организации больше 80 тысяч и мало кто не слышал об огромном вкладе врачей РЖД в отечественную медицину. Эти отзывчивые люди часто приходят на помощь и нам, дают ценные консультации, предлагают грамотное лечение. Поэтому мы об-

радовались подарку этого года – обновленной поликлинике ДКБ на улице Таллинской.

Перед торжественным моментом разрезания красной ленты начальник Горьковской железной дороги, которая вложила в капитальный ремонт солидные средства, Анатолий Федорович Лесун сказал, что сегодня здесь много сделано для удобства работы персонала – 121 сотрудника, 42 врачей. Созданы прекрасные условия для приема пациентов – у поликлиники 15 тысяч приписного населения Нижнего Новгорода.

Знаменательно, что День открытых дверей в обновленной поликлинике состоялся 1 октября 2018 года – это 15-й день рождения компании «Российские железные дороги». Эта же дата – Всероссийский день пожилого человека.

А имя Екатерины Мисевич нижегородскому активу ВОИ известно много лет. Она помогает людям не только как психиатр, но и как психотерапевт, имеет звание действительного члена Общероссийской профессиональной Лиги психотерапевтов. Автозаводским мамам детей с инвалидностью особенно понравилась последняя встреча с Екатериной Владимировной – арт-терапевтическое занятие со взрослыми и детьми. Кстати, в День открытых дверей каждый мог взять в поликлинике её книжку «От души к душе», под-



готовленную к печати редакцией областной социальной газеты – сборник из вопросов и ответов рубрики с таким же названием, которую вела в газете Екатерина Владимировна.

На Дне открытых дверей у кабинета врача собралось больше всего народа. Было объявлено, что здесь пройдет групповое занятие по тренировке памяти. Задания были в форме игр. Через несколько минут вся настороженность публики пропала. И если наша встреча началась с вопросов типа «Как победить постоянную октябрьскую депрессию», то к середине ее в игре все уже получили кучу советов на эту тему. И когда по этажу мимо кабинета психиатра пошло высокое региональное начальство, то даже на фотографиях видно, что и они заулыбались.

**Наталья СОЛДАТОВА,**  
член Автозаводской  
районной организации ВОИ



**Близится к завершению юбилейный год ВОИ – такой праздничный и богатый на уникальные события. Рассказать о каждом из них – не хватило бы газетных страниц, даже если мы увеличим объем полос вдвое. Многие из проектов, посвящённых знаменательной дате, будут иметь продолжение, и мы познакомим с ними читателей в следующих номерах. А сегодня – о масштабном физкультурном празднике, который провела Борская городская организация, собрав на своей территории «гостей со всех волостей».**

**БОРЧАНЕ** – спортсмены отменные. И оздоровительную работу здесь последнюю семилетку проводят продуманно. А как только открыли физкультурно-оздоровительный комплекс «Красная горка», – еще и с хорошим размахом. Шутка ли – один универсальный спортивный зал со стационарными трибунами аж на 770 человек!

И пусть на этом празднике заняты были не все зрительские места, но действие получилось яркое и самобытное – областной фестиваль «Спорт без границ».

Парад команд, построение, поднятие флага, гимн – начало было в лучших олимпийских традициях. Следом за приветствовавшим спортсменов с ограниченными возможностями здоровья заместителем главы администрации городского округа города Бор Алексеем Боровским напутственное слово сказал Эдуард Самарин. Это имя читателям нашей газеты, да и большинству членов общества инвалидов известно. Эдуард Владимирович – призёр летних Паралимпийских игр, заслуженный мастер спорта России по плаванию среди спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата. Эстафету горячих пожеланий от него перенял чемпион России, мастер спорта международного класса по лёгкой атлетике Василий Копейкин. И завершила торжественную часть мероприятия председатель Бор-

ской городской организации Марина Никифорова.

Марина Михайловна – вдохновитель и исполнитель десятков проектов по развитию физкультуры и спорта в регионе. За восемь лет её руководства борчанами трехтысячный коллектив основательно помолодел, потому что сама она начинала карьеру председателя как одна из самых молодых лидеров областной организации ВОИ. Осознав, что абсолютная часть членов ВОИ – пожилые люди, Марина обратилась в отдел по спорту и молодёжной политике городской администрации: «Давайте привлечём молодежь!»

Чем же можно было привлечь юношей и девушек, по адресам которых Марина ходила изо дня в день первые месяцы своей работы? Спортивными сборами – в первую очередь. И в городе, и на природе. В ФОКе «Красная горка», например, сразу же открылась группа здоровья под руководством тренера Светланы Тихомировой. Лечебная гимнастика, теннис, дартс, плавание – это ли не драгоценные часы оздоровления и общения.

А в играх и весёлых стартах, как известно, закаляются участники будущих соревнований, которые отстаивают сейчас честь Борской организации в регионе. И своим примером поднимают общий уровень здоровья не только среди близких товарищей, но и со-

## Красная горка

седей по районам области. Вот и на фестивале «Спорт без границ» собрались единомышленники из Городца, Дзержинска, Нижнего Новгорода – всего 6 команд.

**ПЕРВЫЕ** состязания на таких праздниках – всегда творческие, интеллектуальные: защита названия своей команды. Рифмованные девизы – кладёшь житейской мудрости и психологический портрет группы. «В спорте важен позитив, благодаря ему, ты жив!» Не очень в рифму и прихрамывает ритмический рисунок? Зато смысл – в точку! «Все за одного, один за всех – тогда команда ждёт успех!» «Мы, команда самых крепких, не привыкли отступать. Наш девиз: всегда и всюду вверх стремиться, побеждать!»

И наконец наступило время спорта.

– На старт, внимание, марш! – знакомые всем с детства слова звучат сигналом к действию, и по залу рассыпаются все цвета радуги. Спортсмены из Городца

в белых футболках с красными галстуками, дзержинцы в синих майках и кепках, нижегородцы – в ярко жёлтом, хозяева территории – в форме с логотипом ВОИ, в зелёных, голубых и алых банданах. И началось. Эстафеты в волейболе, баскетбол, «Кольцеброс», целая серия настольных игр...

Свистки судей, возгласы спортсменов, стук мячей, аплодисменты самым удачливым соперникам...

Зрители ещё живописнее: вплоть до карнавальных костюмов. В руках – транспаранты, свистульки, воздушные шары и флаги. И почти каждый болельщик – с выставленным на вытянутой руке телефоном: снимают своих и себя любимого на камеру.

**ОТДЕЛЬНОЙ** группой – нарядные дамы в одинаковых шифоновых шарфах апельсинового цвета. Это члены борской организации ВОИ – волонтеры. К ним – любой с любым вопросом. К сожалению, кроме репор-

тёров: «Интервью не даём, даём только справки: нам некогда!». И вправду, без дела они не сидели, откликались на каждую просьбу – от порядкового номера того или другого состязания до следования месторасположения туалета. Кого нужно – сопровождали лично. До чего терпеливые и всезнающие оказались волонтеры!

Но, в конце концов наконец-то подвели к журналистам первых участников состязаний, ждущих «сказать на камеру»: Павла Солнцева и Алексея Белякова.

Павлу Солцеву 29 лет. Он из затона «40 лет Октября», из семьи речников. Ему хотелось рассказать о том, как в затоне ремонтируют маленькие катера и крупные суда. Как знатные рабочие сноровисто и умело перебирают движки. У Павла сестра работала на теплоходе «Суворов», она повар. Он очень любит своих родных и обязательно расскажет всем им о празднике, на котором ему удалось выступить в команде.

