



СОЮЗ
ЖЕНСКИХ
СИЛ

Женщина счастливая сегодня

Март 2020

№5 (05)

Мой дом - моя крепость: Елена Бойцова

«Защитить бизнес и семейные ценности»



Интернет-ресурс

Созданная в 2013 году общественная организация Союз Женских Сил базируется на современном, высокотехнологичном Интернет-ресурсе, обладающим широким спектром возможностей для освещения событий, обсуждения актуальных вопросов, межрегионального общения и диалога с органами власти на всех уровнях.

Для официального общения создана форумная часть портала, строго модерлируемая кураторами форумов (они же – стратегический совет общественной организации).

Итогом форумного общения могут быть предложения для общегражданского голосования, а также конкретные обращения к Законодательному Собранию, Правительству и Премьер-министру Российской Федерации, а также предложения к Президенту Российской Федерации.

Кроме общения Интернет-ресурс имеет инструменты для продвижения индивидуальных проектов и инициатив: благотворительных, социальных, политических и коммерческих. Заполнив личную анкету проектной деятельности, соискатель получает возможность найти партнеров и получить финансирование и другие виды поддержки.

ПАРТНЕРЫ НКО «СОЮЗ ЖЕНСКИХ СИЛ»:



**Ассоциация
Деловых Женщин
Казахстана**



**Объединение
многодетных семей
города Москвы**



**Общественное
движение
«Матери России»**



**Политическая
партия «Женский
Диалог»**



**Фонд поддержки
слепоглухих
«Со-единение»**



**Ассоциация
«Женщины и
бизнес»**



Издатель: СОЮЗ ЖЕНСКИХ СИЛ

Номер подготовлен совместно с
Информационным агентством СЖС и
Издательским домом
«Деловые люди»

Шеф-редактор –
Наталья Михайлова

Дизайн и верстка –
Вероника Галактионова

Над номером работали:

Галина Ташкова, Анна Пономарева,
Галина Турецкая, Мария Макарова,
Андрей Токарев

Корректор –
Анна Курчатова

Редакция не несет ответственности
за содержание рекламных
материалов. Перепечатка материалов
без письменного согласия редакции
запрещается

Наш адрес:

127025, г. Москва,
ул. Новый Арбат, д.19,
офисы 1818-1822

Телефон: +7 (495) 697-50-07

Факс: +7 (495) 697-57-36

Горячая линия: +7 (919) 999-51-33

E-mail: info@soyuzzenскихсил.рф

СОДЕРЖАНИЕ

КАРЬЕРА

- 2 Точки силы
Евдокии Бычковой
8 **Светлана Капанина**
«Это волшебное чувство полета»

ИСТОРИЯ

- 14 **Сельма Лагерлёф**
Открывающая двери

ЛИЧНЫЙ ОПЫТ

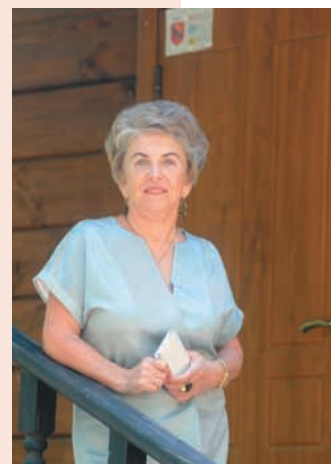
- 20 **Елена Чуйко**
Главное, чтобы Севастополь
всегда был мирным!
32 **Инга Экзархо**
Образцовая ферма московского
филолога Экзархо

МОЙ ДОМ – МОЯ КРЕПОСТЬ

- 26 **Елена Бойцова**
Защитить бизнес и семейные
ценности

КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ

- 36 **Анна Пименова**
Жизнь – Река
38 **Тамара Кожевникова**
Жизнь требует движения



Точки силы Евдокии Бычковой

У каждого человека есть своя точка силы. Когда она есть, ты крепко стоишь на земле. Ты можешь ставить цели и достигать их. Ты можешь достойно преодолевать трудности и радоваться жизни. По мнению нашей героини, у нее таких точек силы много. Устойчивость ее жизни создают и семья, и работа, и общественная деятельность, и друзья...

Семья

– Изначально для меня семья – это мои родители. Они прожили вместе полвека в согласии и любви. И в нас воспитали любовь к жизни, к людям, трудолюбие и порядочность.

Евдокия Ивановна Бычкова родилась в Воронежской области, в селе Нижний Икорец, известном своей судовой верфью, на которой строили корабли сначала Петр Первый, а потом Екатерина Великая... В семье было семеро детей, все хорошо учились, занимались спортом, уважали своих родителей и чтит память предков (рассказы о плотнике Силуане, работавшем на судовой верфи, передаются из поколения в поколение).

Сейчас у Евдокии сын, дочь, шестнадцать племянников и на всех (с сестрами и братьями) почти сорок внуков! "Это большая семья, это наш род! Это такая энергетическая мощь! Все – состоявшиеся и успешные люди!" – с гордостью говорит Евдокия Ивановна. Сестры, братья, их дети и внуки общаются самым тесным образом, заботятся друг о друге, помогают советом и делом, регулярно собираются вместе.

Евдокия Ивановна не забывает свое знаменитое село, где прошли детские годы, но родным становится место, где впервые полюбил, где родились твои дети. Таким местом стал для нашей героини город Липецк, куда юная выпускница Воронежского университета попала по распределению 45 лет назад.

– У меня в Липецке родились сын и дочь, шестеро внуков... Конечно, работа отнимала у меня много времени, но я всегда старалась находить время для мужа и детей, а теперь и для внуков. В выходные мы и ходим в музеи, занимаемся спортом, творчеством. На каникулах путешествуем. Вместе с ними играю в теннис, бильярд, волейбол, футбол. Катаемся зимой на лыжах, летом – на велосипедах. Самое главное, конечно, происходит, когда мы вместе работаем, что-то делаем руками – печем пироги, мастерим поделки, подметаем дорожки, поливаем цветы, чистим снег, собираем шишки, кормим белок и птиц... На мой взгляд, это самое настоящее единение с детьми и самое лучшее воспитание. Ведь результат совместной работы приносит настоящую радость! Вечерами мы играем, читаем сказки – в такие минуты буквально чувствую, как между нами циркулирует любовь!

С нежностью и тревогой Евдокия Ивановна говорит о муже: он прошел несколько сложных операций на сердце. Был между жизнь и смертью...



– Но какое счастье – он жив! Относительно здоров, конечно... Но занимается творчеством (он рисует картины, экспериментирует в дизайне, флористике). Благодарю судьбу за него, за то счастье, которое он мне дарит, за то, что он со мной! Я счастливая женщина!

Бизнес

В начале девяностых Евдокия Бычкова работала коммерческим директором на заводе "Росинка" и баллотировалась на должность генерального директора завода. Сама выдвинула свою кандидатуру, потому что была уверена в своих силах, чувствовала себя лидером. И... проиграла! Конечно, на ка-



кое-то время была выбита из колеи, но, наверное, именно этот проигрыш дал ей силы сделать новый рывок – нашла площадку, взяла кредит и построила свой завод. Так появилась компания "Живая вода".

– "Живая вода" – была моим первым самостоятельным бизнесом, где я была уже не только топ-менеджером, но и владельцем. Передовые технологии, строгий контроль качества, успешный маркетинг, узнаваемый бренд... Это было замечательное время для меня, для коллектива единомышленников, время саморазвития и самореализации! И не верьте никому, кто говорит о бизнесе как о холодном расчете. Бизнес – это территория эмоций. Здесь всем руководят любовь к своему делу, азарт, желание вести людей за собой. Но беда в том, что малый и средний бизнес практически не оказывает влияния на экономику страны, то есть на бюджет.

Евдокия Ивановна имеет полное право обсуждать проблемы малого и среднего бизнеса. И не только потому, что сама прошла путь становления своего дела, успеха, противостояния рейдерским

захватам, продажи, нового старта... Но и потому, что отстаивала интересы регионального бизнеса в городской и Государственной думе. Она знает, о чем говорит:

– Из 20 триллионов рублей в бюджете России только 1 триллион приносит малый бизнес, это 5%, а доля в ВВП – 15%, тогда как в других странах – 50 и выше. Просто нет экономической задачи вывести малый и средний бизнес на более высокий уровень. Вернее, существует она пока только на словах.

Структура рынка монополизирована и состоит в основном из крупного бизнеса, предприятий ТЭКа, металлургии, строительства, однако требования нормативных актов по всем направлениям одинаковы, как для предприятий с оборотом в сотни миллиардов, так и для предприятий до 100 миллионов рублей. С этим я столкнулась, когда владела заводом по производству питьевой и минеральной воды "Живая вода". А ведь малый бизнес – это не про прибыль, а про занятость.

На государственном уровне есть национальный проект "Развитие малого бизнеса", но он реализуется слабо и нет информированности о льготах и преференциях для субъектов малого бизнеса. Однако неплохо работает целевой проект "Мой бизнес", который финансирует Сбергосбанк России. В нем предусмотрены конкурсы, обучение, семинары, конференции, отдельно выделена тема женского предпринимательства. Вот такой подход, такого рода программа необходимы и на государственном уровне.

Евдокия Бычкова с горечью говорит о невозможности планировать свою деятельность, хотя бы на десять лет вперед, о высоких тарифах на электроэнергию, на воду, о высоких процентных ставках по кредитам для малого бизнеса в сфере производства и инноваций...

Но самым главным упущением государственной политики она считает недостаточное просвещение молодежи, которая до сих пор не понимает, что предпринимательство – это независимость, это свобода действий, это профессионализм и обеспеченность стабильного дохода. Это престиж, в конце концов!

– А у нас сегодня в приоритете – государственная служба! И это поддерживается государством, ведь уже третий год подряд в стране проводится конкурс "Лидеры России". Замечательный конкурс! Но он дает победителям возможность работать опять же на госслужбе. В крайнем случае – в госкорпорациях. Считаю, было бы целесообразно проводить такие конкурсы среди молодых предпринимателей, с широким освещением их идей, масштабированием бизнеса, освещением в средствах массовой информации, социальных сетях.

Важно отметить, что для Евдокии Ивановны успешный бизнес – это прежде всего честность, порядочность, верность слову и внимательность по отношению к потребителям твоей продукции. Опираясь именно на эти критерии, она подбирает и своих сотрудников.

– Раньше, к примеру, на завод по производству питьевой и минеральной воды я выбирала специалистов исключительно по образованию, опыту работы, возрасту (хотелось больше молодых, ведь и самой тогда было 40 лет). Такой технократический подход к людям плюс мой уход в политику, в Государственную думу, предопределил застой в работе завода, и я вынуждена была его продать. Затем я построила отель



"ДЖАЗ ЛОО" близ Сочи. И теперь людей набираю по главным ценностям – честность, порядочность, ответственность и позитивность. Мне должно быть комфортно с моими подчиненными, тогда у нас все получится.

Друзья и коллеги

– У меня очень много друзей. Вообще вокруг столько замечательных людей, которые через одного здороваются с тобой, ты постоянно ощущаешь свою необходимость – это счастье.



«Все, что мне удастся сделать для людей, для города, для восстановления сельского храма – это искренне и не напоказ»

А 30 лет назад Евдокия Ивановна вместе с единомышленниками создала в Липецке "Клуб деловых женщин", в который вошли руководители фабрик, заводов, производственных объединений, банков, бюджетных организаций.

– Вместе мы претворили в жизнь немало замечательных проектов. Удивительные, яркие, красивые, сильные женщины, у многих из них до сих пор учусь. Сегодня в стране и в мире происходят очень интересные процессы – женщины объединяются для решения социальных, экономических, политических задач. Возникают крупные женские сообщества, которые обсуждают серьезные вопросы, обмениваются опытом. Это "Союз женских сил", возглавляемый Ингой Легасовой. Это и "Социал-демократический союз женщин России", возглавляемый Натальей Великой. Это и Союз православных женщин России. Я вижу вокруг себя молодых, образованных, успешных, целеустремленных женщин, которые ничего не боятся, верят в себя, в свои мечты. Это вдохновляет, наполняет новой энергией. Это дает заряд молодости!

Общественная деятельность

45 лет назад Евдокия Бычкова, когда приехала в Липецк, была очень скромной девушкой, с заниженной самооценкой.

– Липчане приняли меня, поверили в меня. Именно благодаря поддержке многих замечательных людей я стала секретарем комитета ВЛКСМ

крупного строительного треста (комитет на правах райкома). Затем заместителем председателя райисполкома, депутатом районного, областного советов, Государственной думы...

Она шла в горсовет по единственной причине – сделать Липецк лучше! И в Госдуму пошла, мечтая привезти в ставший родным Липецк проекты с миллиардными бюджетами... Но система инвестирования оказалась намного жестче, чем можно было предположить. Евдокия Ивановна старалась, что-то продвигала, многое сделать не удалось.

И тогда она приняла решение вернуться в Липецк – здесь сфера ее возможностей полностью совпадает с ее задачами. Сейчас Евдокия Ивановна занимает должность вице-спикера городского Совета депутатов. Работает на общественных началах. Особую радость приносят социальные и благотворительные проекты.

– Хвалиться благотворительностью не стоит. Это такая вещь, которая идет изнутри. Но, думаю, жизненный успех, который нам дается, определяется и тем, насколько ты щедр, насколько умеешь отдавать. Ведь душу спасают только добрые дела! Все, что мне удастся сделать для людей, для города, для восстановления сельского храма – это искренне и не напоказ.

Я счастлива, что у сына тоже есть эта потребность. Уже более пяти лет в одном из помещений, которым он владеет, собираются семьи "солнечных" детей. Там с ними занимаются специалисты, дети интересно проводят время, родители общаются между собой, получают

какие-то навыки, от- дышают душой. Как мать, я очень радуюсь, что у сына есть такая потребность – помогать людям.

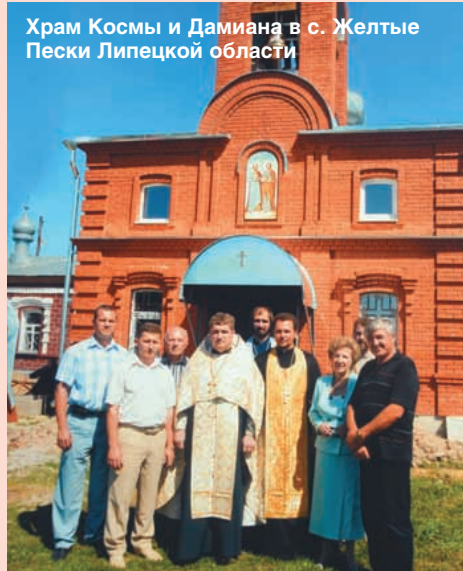
Кроме метафоры точек силы, у Евдокии Бычковой есть еще один образ "жизнь – это рулевое колесо на корабле, который всегда будет двигаться вперед, если все части – семья, друзья, увлечения, общественная жизнь, работа или бизнес, здоровье, финансы... – верно сбалансированы. Поэтому она старается уделять время и расходовать энергию равномерно, не забывая ни об одном из важных для нее аспектов.

Но куда движется это велико- колесное судно?

Мечты

Изучение свойств воды, ее роли в нашей жизни, значении для здоровья, легенды, сказки, религия, философия оказалось настолько увлекательным, что, даже перестав заниматься производством питьевой и минеральной воды, Евдокия Бычкова не оставила тему.

– И в моей жизни начался новый период. Известно, что наш город еще в начале XIX века славился своими минеральными источниками. Развитие Липецкого курорта началось во времена завоеваний Наполеона, когда российская знать, не имея возможности выехать на европейские курорты, открывала для себя целебный свойст-



ва воды из источников в небольшом городке в центре России... В советское время Липецкий санаторий был Всесоюзной здравницей, а в девяностые годы прошлого столетия начал потихоньку умирать. Я поставила себе задачей содействовать возрождению курорта. И вот открылся Музей воды, построен бювет, идет работа по привлечению сюда гостей из других регионов для отдыха и лечения. А главное – воспитание у липецкой молодежи понимания значения ценностей, подаренных нам природой.

Иногда я вижу Липецк в будущем – комфортный, красивый, ухоженный город, с парками и скверами, памятниками и музеями, федеральным образовательным центром, развитой промышленностью и – счастливыми людьми. Город, куда стремилась бы молодежь из других регионов России.

Много еще предстоит сделать – восстановить и реконструировать исторический центр Липецка, поставить памятники знаменитым землякам (Ивану Алексеевичу Бунину, Тихону Николаевичу Хренникову), открыть музеи, вообще сделать город более привлекательным для туристов. Не хватает элементарного – времени. Но даст бог – все успеем. Мечтаю, чтобы мои внуки и правнуки гордились своим родом, своим городом, своей страной, трудились и были счастливы.



СВЕТЛАНА КАПАНИНА:

«Это волшебное чувство полета»

Светлана Капанина внесена в Книгу рекордов Гиннеса как самый титулованный пилот в мировой спортивной авиации. Семикратная абсолютная чемпионка мира. Лучший пилот столетия по версии Международной авиационной федерации FAI. В декабре 2018 года Светлана Капанина отметила двойной юбилей – 50-летие в жизни и 30-летие в небе.

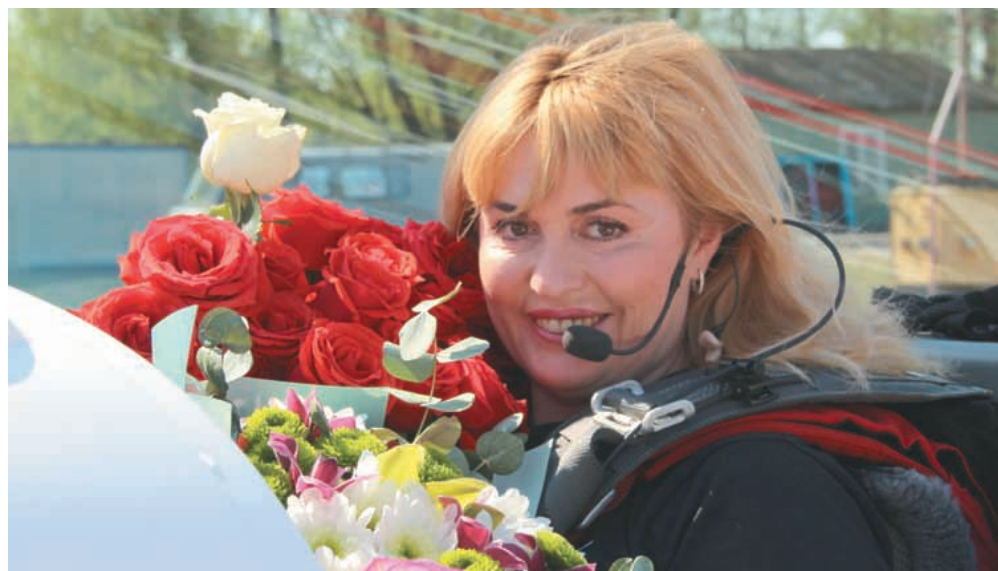
Пилот Капанина рассказала нашему журналу, как приобрести чувство полета, что общего у аварийных ситуаций с гитарными струнами и почему история о винте, улетевшем во время полета, может быть смешной.

– Количество женщин в авиации увеличивается год от года. Но если за границей за штурвал самолета садятся тысячи женщин, то в России – только сотни. Чем обусловлена такая большая разница?

– В нашей стране профессии долгое время разделялись на женские и мужские. И женщина в

авиации воспринималась почти как женщина на корабле, доступ в небо был ей закрыт. Но сейчас ситуация меняется: девушек берут в летное военное училище.

– Будет ли расти и дальше количество женщин в авиации?



– В гражданской, любительской – да. А что касается авиации спортивной – не уверена. Это очень непростой вид спорта, физически сложный, возрастной, дорогостоящий и без господдержки вытянуть его очень трудно. Женщин в спортивной авиации стало меньше не только в Российской Федерации, но и во всем мире. Если раньше на Чемпионатах мира и Европы выставлялись команды из 5 женщин (в зачет шло три лучших результата), то в последующем число женщин сократили сначала до 3, а теперь вообще до 2 человек. Но даже при таких условиях не всегда на чемпионаты приезжает достаточное для женского зачета количество участниц, тогда приходится соревноваться в одном ряду с мужчинами.

– Получается соревноваться с мужчинами на равных?

Справка:

Светлана Капанина – российский пилот, семикратная абсолютная чемпионка мира в женском зачёте (1996, 1998, 2001, 2003, 2005, 2007, 2011) по высшему пилотажу в самолетном спорте. Заслуженный мастер спорта России, заслуженный тренер России, летчик-инструктор I класса летно-испытательной и доводочной базы ПАО "Компания "Сухой", член Высшего совета Всероссийской политической партии "Единая Россия", доверенное лицо Президента РФ Владимира Путина. В 2003 году занесена в Книгу рекордов Гиннеса как самый титулованный пилот в мире.

– Бывало и побеждала. Но если рассматривать в глобальном масштабе, то это, скорее, исключение, чем закономерность. В жизни все перемешалось. Но из-за исключений ни в коем случае нельзя уравнивать женский и мужской зачеты. Женщина Богом создана быть слабее мужчины – и с этим не поспоришь.



– Какие проблемы существуют у авиационного спорта?

– Огромные. Отсутствие должного финансирования. Отсутствие авиационной техники. В стране нет молодежного авиационного спорта. Команда существует на бумагах, а на деле самолетов в сборной России нет. Все спортсмены самостоятельно ищут возможности для проведения тренировок: самолеты, спонсоров. Так и защищаем честь страны. О призовых за победы вообще не говорю, последний раз спортсмены сборной получали их еще при СССР. Тоже самое относится и к трудовой занятости – кто где может, тот там и устраивается. Мне еще двум спортсменами сборной в свое время очень повезло, мы работаем на фирме "Сухого", за что очень ей благодарны. Фирма поддерживаетна много лет, она же много лет ремонтировала для сборной самолеты, но сейчас и ремонтировать нечего – ресурс выработали полностью, а новых самолетов нет, производство лучших в Мире спортивных самолетов Сухого закрыто уже более 10 лет. И все же молодежь хочет летать, потребность в этом есть. Авиационные виды спорта в нашей стране не должны умереть, их необходимо развивать.

Сегодня в летные училища поступают ребята в основном без первоначальной подготовки, не имея представления о полетах. Обучают курсанта в летном училище год-два, потом начинается летная практика. И только тогда выясняется, что он вообще не способен летать, миллионы потрачены впустую. Во времена СССР к профессии летчика шли через аэроклубы, и это было очень разумно. При поступлении в летное училище у ребят должно быть понимание основ будущей профессии, уверенность в том, что они смогут переносить полеты хотя бы безболезненно.

Есть и еще одна больная тема. В гражданской авиации при обучении используются очень хорошие тренажеры, разработана качественная теоретическая база, но будущие пилоты выпускаются с очень маленьким налетом. К тому же этот налет проходит сразу на больших самолетах, на которых нет возможности "почувствовать" самолет, понять его возможности – это приходит только с годами, с опытом полетов... Но есть же возможность дать это все пилоту меньшими усилиями и за гораздо меньшие деньги – легкая авиация и, в частности, пилотаж на спортивных самолетах. Авиакомпании многих стран пришли к пониманию того, что гражданские пилоты должны

пройти дополнительную летную подготовку на спортивных самолетах – чтобы не только теоретически, но и практически прочувствовать "смысловые" моменты, научиться выводить самолет из штопорных вращений и других сложных ситуаций, которые могут случиться в полете... Мы пытаемся продвигать этот вопрос и у нас в России, но пока не видим к этому интереса.

– Летчикам, как известно, необходимы особые качества – хорошая физическая подготовка, стрессоустойчивость, умение быстро принимать решения. Может ли обычный человек, не обладающий ими в должной мере, сесть в легкомоторный самолет и полететь?

– Нет неспособных людей, но есть разница во временных интервалах, за которые люди доходят до цели. Даже в нашей сборной некоторые шли к абсолютному первенству десятилетиями. Но все равно дошли! Дошли – и закрепились. У меня получилось довольно легко. В 1989 году начала летать, в 91-м стала абсолютной чемпионкой России. 93-й год – серебряная медаль на Европе, 94-й



чемпионка мира, 96-й – абсолютная чемпионка мира. Семь лет – короткий интервал. У кого-то этот путь занимает двадцать лет, у кого-то – тридцать, но в любом случае можно прийти к поставленной цели, было бы желание.

– У ваших детей, Пересвета и Есени, есть желание вслед за мамой пойти в авиацию?

– Есения всегда говорила: "Я буду летать на мамино самолете и на самолете дяди Игоря". Дядя Игорь – это Игорь Ткаченко, который был командиром в "Русских витязях", герой России, к сожалению, он погиб... Пока Есения и Пересвет выбрали свой путь и "летают" с трамплинов на сноубордах, им хватает своего экстрима.

Есению на пилотаж я уже прокатила, она была в диком восторге! Думаю, что и Пересвету тоже понравится, они у меня очень спортивные и азартные.

– Поскольку Союз Женских Сил – это НКО, не можем не спросить про вашу общественную деятельность. Известно, к примеру, что благодаря вашему обращению к мэру Москвы было принято постановление о начислении ежемесячной компенсационной выплаты к пенсии чемпионам мира по самолётному, вертолётному и планёрному видам спорта.

– Да, и я признательна мэру Москвы Сергею Семеновичу Собянину за то, что он не отказал нам в

этой просьбе. Спасибо огромное! Это заслуженная спортсменами-ветеранами авиационных видов спорта надбавка. Что касается участия в общественной деятельности, то я очень часто посещаю школы, лицеи, рассказываю про авиационный спорт, про наши победы и их значимость для страны. Одним словом занимаюсь патриотическим воспитанием молодежи. Буквально на прошлой неделе была в 14-м лицее города Жуковский. Там есть классы с авиационным уклоном, у нас получился очень интересный разговор.

– Существует ли возрастной предел для летчиков? Как долго можно летать?

– Самый весомый ограничитель для летчика – это медкомиссия. Прошел медкомиссию – летаешь, не прошел – не летаешь. Что касается спортсменов, то история знает разные примеры. Пилот-итальянец выступал на чемпионате мира, когда ему было 73 года. Другой пилот, Витас Лапенас, летал без ноги и без руки – причем, летал на пилотаже без ограничений, в Unlimited! Для меня до сих пор загадка – как он это делал? К большому сожалению, его тоже больше нет с нами, он погиб.

– А вам случалось попадать в сложные критические ситуации?

– Было несколько аварийных ситуаций – отказы двигателя, срыв винта на пилотаже, отказ тормозной системы на короткой полосе... Очень не просто пришлось в Японии на Гран-при. Это был горный аэродром на скальном обрыве, короткая, в 500 м, полоса. Ме-



«В той ситуации с винтом тренер взял на себя управление, стал мне подсказывать высоту выравнивания. По его подсказкам я посадила самолет, остановила, и сразу мысль: "Завтра ехать на Чемпионат Европы – так, шлемофон мне там будет нужен, подушки нужны, комплекс нарисую" Выпрыгиваю из самолета – мало ли, вдруг загорится? – быстро собираю подушки, шлемофон, отхожу от самолета, падаю на землю и слышу – машина едет. Поднимаюсь и вижу: муж едет за мной быстрее всех скорых и пожарных. На следующий день я улетела на Чемпионат Европы и стала там абсолютной чемпионкой»

ня завели с попутным ветром, под уклон полосы – отказ тормозной системы. Самолет не останавливается, взлетать уже поздно, а полоса заканчивается ограждением с поворотом на автодорогу. Поэтому пришлось немножечко газануть, выключить двигатель и буквально ногой завести самолет вправо. Но все равно столкновение с ограждением было неизбежно. Самолет уткнулся в него капотом, винт аккуратно перешел за ограждение, и самолет встал вертикально, как будто бы заглянул в обрыв. Постоял-подумал и вернулся обратно на полосу. Слава Богу, двигатель и винт остались целы. Поменяли капот, и на следующий день я стала серебряным призером Кубка мира Гран-При.

Был еще очень сложный отказ в Борках при подготовке к чемпионату Европы. На фристайле у меня была фигура – три витка прямого плоского штопора, потом переворачивалась и делала три витка обратного плоского штопора. На втором витке обратного штопора разрушился винт, сначала ушла одна лопасть, пробила лонжерон (основной силовой элемент конструкции – редакция), потом "срезало" и весь винт с фала. Мне повезло, что "ушел" весь винт, потому что у нас было несколько катастроф, в которых при разрушении одной лопасти пилот погибал: идет разбалансировка самолета, такая сильная тряска, что пилот не состоянии ни выбраться из кабины, ни посадить самолет. Винт буквально пробил землю на пару метров, упав в 50 метрах от моей семьи, от детей. Самолет долго не хотел выходить из плоского штопора, а руководитель



полетов (РП) говорит: "38, у вас там что-то улетело с самолета, вы не наблюдаете?.."

И тут у меня в голове всплыла старая анекдотическая история. Одна девочка в команде как-то раз докладывает из полета: "У меня улетел винт". Все самолеты "разогнали", обеспечили ей аварийный-заход на посадку. Садится, к ней все подбегают и видят – винт вращается. "Что случилось? Винт же на месте?". Девочка говорит: "Вот!" и вытаскивает изо рта винтик. Оказалось, этот винтик открутился от приборной доски, она успела его поймать и весь полет держала во рту, чтобы не потерялся. Смеху, конечно, было! И вот, когда РП задал мне вопрос: "У вас что-то улетело, вы не наблюдаете?", я не нашла ничего другого, как ответить со смехом: "Наблюдаю. Винт улетел". И стала разворачиваться в сторону аэродрома, планировать с посадкой на полосу.

– Как возникает у вас правильное решение в критической ситуации? Как суметь его найти и принять?

– Во время таких аварийных ситуаций время растягивается настолько, что потом, на земле, когда заново прокручиваешь в голове все случившееся, не понимаешь, как это у тебя получилось. Все решения по выводу из сложившейся ситуации – как натяну-

тые гитарные струны, и ты просто дергаешь нужную струну, совершая то или иное действие. Вывести самолет из вращения, выключить двигатель, закрыть пожарный кран, дети, семья – у всего своя струна и все это не становится кашей в голове... На принятие решения – доли секунды, а по ощущениям – как будто вечность проходит. В той ситуации с винтом у меня залило фонарь маслом, я хотела уже его скидывать, но тренер стал подсказывать высоту выравнивания, так "вместе" и посадили самолет. Остановилась, и сразу мысль: "Завтра ехать на Чемпионат Европы – так, шлемофон нужен, подушки нужны, комплекс нарисую" Выпрыгиваю из самолета – мало ли, вдруг загорится? – быстро собираю подушки, шлемофон, отхожу от самолета, падаю на землю и слышу – машина едет. Думаю: "В самолете не разбилась, лишь бы машина теперь не задавила". Поднимаюсь и вижу: муж едет, быстрее всех скорых и пожарных. На следующий день я улетела на Чемпионат Европы и стала там абсолютной чемпионкой.

Подобные случаи, конечно, накладывают свой отпечаток, также, как и рождение детей – становишься более осторожной, более жестко оцениваешь любую ситуацию, не хочется необдуманного риска. Всегда помнишь о том, что тебя ждут на Земле. И ты еще кому то нужен.

Наталья Федина

Открывающая двери

У СИЛ

Сегодня женщина – лауреат Нобелевской премии – явление нечастое, однако возможное. Но еще век назад члены Нобелевского комитета считали: "Мир полетит в тартарары, если мы не удержим позиции и откроем двери женщине!" Однако в 1902 году все же нашлась женщина, которую мужчины не смогли удержать, – шведская писательница Сельма Лагерлёф впервые в истории получила Нобелевскую премию по литературе.

Книга не получалась. Сельма билась над ней вот уже 3 года. Собрала и изучила уйму материалов. От волнения потеряла сон. Часто ночами неуклюже выбиралась из постели, хватаясь за трость, – ведь ноги с детства держали ее плохо, – и доставала с полки свои сочинения. Вот же – на многих книгах стоит ее имя – "Сельма Лагерлёф". Значит, она может писать! Но почему же эта книга никак не сочиняется?..

Путешествие в детство

А все начиналось так замечательно! Три года назад, в 1901 году, Шведское общество учителей решило издать новый учебник по географии для 1 класса. Учителям хотелось, чтобы учебник был правдивым, но в то же время увлекательным для детей. Решено было обратиться к ней, Сельме Лагерлёф. Ведь она в юности больше 10 лет проработала учительницей начальных классов.

Написать высокохудожественный... учебник. Сельма ахнула – заманчиво, увлекательно! Однако как совместить несовместимое? В итоге – потерянный покой на 3 года. Но сегодня ночью случилось что-то невероятное. Сквозь дрему ей показалось: в окно стучат мощные ветви дуба. Вспомнилось, как в детстве, когда она жила в деревенской усадьбе Морбакка, в ее окно тоже частенько стучали ветки старого дуба-патриарха, которому исполнилось уже 300 лет. Но то было в усадьбе, а сейчас Сельма живет в Стокгольме, в городской квартире.

Перед ее окнами нет никаких деревьев. И вдруг родилась мысль – а не съездить ли ей в Морбакку? Вдруг вид родных стен принесет вдохновение?

Чуть свет писательница уже сидела в поезде. Хвала тому, кто изобрел железную дорогу! В ее детстве поезда были редкостью, а теперь вот – обычное дело. Правда, от станции до ее родной усадьбы надо еще идти пешком. Но ходить Сельме тяжело. Пришлось нанять экипаж с возницей. Пока ехали, писательнице казалось, будто с каждой минутой она становится все моложе и моложе. И вот уже вместо серьезной женщины в экипаже сидит улыбочивая девушка с длинной белокурой косой. Сельме вдруг пронзительно и больно представилось, что встречать ее на крыльцо выходят родные. Но когда экипаж завернул к дому – все было тихо. Ни одна дверь не открылась, никто не вышел навстречу. Сельма очнулась: зачем она, глупая, приехала в Морбакку? Здесь уже 16 лет живут чужие люди, которым пришлось продать усадьбу за долги после смерти отца. Не хватало еще, чтобы новые хозяева поймали ее здесь, как какого-то вора...

Таинственный человечек

Сельма стояла на посыпанной гравием дорожке. В голове крутилась одна мысль – зря она приехала. Солнце уже садилось. Золотило осенние листья кленов, высвечивало набухшие гроздья рябин. И вдруг в его последних лучах она отчетливо увидела странного человечка. В обычной старой рубашке, безрукавке и кожаных штанах, в башмаках с пряжками. Но человечек был такой крошечный – не больше ладони...

Сельма оторопела. Неужели она сходит с ума?! Но крошечное существо вдруг взвизгнуло, и Сельма от неожиданности чуть не кинулась прочь. С неба, прямо на кроху, спикировала громадная сова-неясыть. Ухватила за рукав крошечной рубашонки и стала трепать, бить о землю. Отбиваясь, малыш завопил еще жалобней. Такого Сельма стерпеть уже не смогла. Она бросилась на хищницу и отогнала прочь. Благо в руке у нее была прочная трость, без которой она никогда не выходила из дома.

– Спасибо за помощь! – отряхнувшись, с достоинством проговорил человечек.

Сельма оторопела. Вот как просто, оказывается, можно разговаривать с одним из домовых, или гномов, или... кто, собственно, он такой?..

– Думаете, я из малого народца? – засмеялся человечек. – Да я такой же человек, как и вы. Нильс Хольгерссон, к вашим услугам, госпожа! Мне – 14, и я был обычным мальчишкой. Да только меня заколдовал домовый, сделал таким крохой за то, что я его обидел. И теперь я летаю со стаей диких гусей, ищу этого домового, чтоб расколдовал.

Расколдовал?! Сельма оглянулась вокруг. Чары, наваждение – на заднем дворе усадьбы?! Конечно, в Морбакке все возможно. Но, скорее всего, она просто спит или потеряла рассудок. Хотя, вон – дуб, который посадил еще отец. А рядом разрослась черемуха, которую сажали ее братья и сестры. Все, вроде бы, на своих местах. Вот только этот крохотный мальчишка откуда взялся?!

Но ведь какой сюжет заколдованный мальчишка путешествует на спине гуся и видит природу и города Швеции, архитектурные достопримечательности и особенности каждой провинции! Да и название уже готово: "Путешествие Нильса с дикими гусями". Только где же он сам? Исчез, проказник...

Сельма вдруг вспомнила возницу, который ждет ее. Это же обойдется ей в кругленькую сумму! Ведь уже солнце село, и месяц осветил стены старого дома. Прощай, Морбакка, и спасибо тебе! Сельма подковыляла к отцовскому дубу и положила ладонь на шершавую кору. Дуб чуть дрогнул под ее пальцами, словно морщины разгладились на лице

старика. Сельма подняла голову к небу. И вдруг на землю рядом с ней опустилась стая голубей. Вся сияющая и призрачная в серебристых лучах луны. Господи, откуда? Голуби ведь не летают по вечерам. Конечно, раньше отец держал в усадьбе уйму птиц. Но сейчас Сельма поняла – это знак: Морбакка помнит о ней, и голуби приветствуют ее в усадьбе.

Необычный учебник

Сбиваясь и путаясь, фрекен Лагерлёф рассказывала историю странной встречи заказчику учебника из Общества учителей Альфреду Далину. Писательница всегда была робка и тяжело сходилась с людьми. Вот и сейчас никак не могла объясниться. Бедный господин Далин слушал, вздыхая, и лихорадочно выискивал в памяти адрес лучшего психиатра Стокгольма.

– Понимаете, это будет не обычный учебник, а описание путешествия по Швеции! – захлебывалась Сельма. – Но путешественники – дикие гуси, а отели – болота и топи. А все приключения разыграются среди лисиц, аистов, журавлей и всех тех загадочных жителей, что до сих пор живут в Швеции. Я могу подробно описать наших великанов, хранителей древних кладов и ископаемых. Получится не скучный, плохо запоминающийся учебник, а захватывающий сказочный роман.

Господин Далин, вспомнив, наконец, адрес одной приемлемой лечебницы, поднял на Сельму глаза: "А где же ваша очередная провожатая? Хочу ее попросить, чтобы она сходила по одному адресу". Ни о чем не подозревающая Сельма улыбнулась: "А я – одна. В последнее время хорошо себя чувствую. Хватает и ее! – Сельма легонько потрясла своей тростью. – Поверьте, рукопись скоро будет готова!"

И она ушла, почти "окрыленно" опираясь на свою "третью ногу". Что ж, ей действительно пока не нужны провожатые. Хотя подруги всегда к ее услугам. И баронесса Софи Алдеспарре, которая горячо поддерживала Сельму, когда та писала свой

первый роман, и давняя подруга Софи Элькин, и фрекен Уландер, ставшая ее литературным секретарем. Сельме регулярно приходится прибегать к чьей-нибудь помощи. А что тут поделаешь?..

Прикованная к постели

В 1861 году, когда Сельме едва исполнилось три года, ее разбил паралич. Она выжила только стараниями бабушки, которая не отходила от нее ни на

миг и утешала чудесными сказками. Только этот волшебный мир, в который погружала ее бабушка, и давал крохе Сельме силы, чтобы не плакать, не ломать игрушки и не впасть в безумие, видя, как все ее многочисленные братья и сестры бегают и играют. Но судьбе и этого было мало. Когда Сельме исполнилось 5 лет, она забрала у нее бабушку. Вот тогда и наступили воистину черные дни. Правда, вскоре нашлась еще одна домашняя волшебница – тетя Оттилиана, которую дети звали просто Наной. Теперь она заняла пост у кровати племянницы. Она тоже рассказывала о



принцах и принцессах, о русалках и водяных. Вечерами, освободившись от работы, к Сельме заходил отец. Отставной военный, он верил, что надо бороться с самыми непреодолимыми обстоятельствами. И чтобы поддержать дочку, тоже рассказывал, но уже другие истории – о предках рода Лагерлёф: прекрасных дамах и бесстрашных кавалерах, которые никогда не сдавались. Едва научившись грамоте, Сельма стала записывать все услышанное. А что еще остается делать, когда ты, прикованная к постели, лежишь на спине, и даже прилет обычной мухи становится событием? А уж если в комнату залетит бабочка, это просто – парад красоты!

Все изменилось в 1876 году. Отец прослышал о новых методах лечения и повез Сельму в Гимнастический институт Стокгольма. До сих пор она просыпается в горячем поту, вспоминая то время. Гимнастика, массаж, процедуры – и во всем боль! Адские мучения. Тогда Сельма рыдала ручьем, да что

ручьём – Ниагарским водопадом. Однако уже через год она смогла передвигаться. Сначала с чужой помощью, потом с палкой. Но – ходить! И опять пришла трагедия. На этот раз замаячил ужас неизбежного разорения семьи. Сельме надо было встать на ноги не только в прямом, но и в деловом смысле. Семья решила, что ей следует стать учительницей. И вот в 1881 году 23-летняя Сельма Лагерлёф поступила в лицей Стокгольма. Конечно, для лица она – явный переросток. Да и вечная "третья нога", хоть и дает устойчивость при ходьбе, но вызывает хихиканье у других учениц. Но разве это повод для огорчений тому, кто считал бабочку подарком судьбы, а теперь может по воскресеньям самостоятельно ходить в парк? Уже через год Сельма поступила в Высшую королевскую учительскую семинарию. И вот, наконец, в 1884 году она – учительница в школе для девочек маленького городка Ландскруне на юге Швеции.

Мерзкие фантазии

Перед ней – 20 пар любопытных глаз. А на столе – учебники, инструкции, а на уроках – сплошные правила. Сельма впала в панику. Она думала, что будет открывать девочкам мир, но на все оказались свои инструкции. Она мечтала рассказать о легендах своей далекой Морбакки, но начальница фру Скольбер не разрешала никаких "лишних рассказов". А тут еще начальница объявила на учебном совете, что фрекен Лагерлёф недостаточно полно прочла в классе какой-то абзац. Сельма и так всегда боялась ссор, а тут просто стала в стенку вжиматься, проходя мимо кабинета фру Скольбер. Да только разве с ее палкой тихо проскользнешь? Словом, неутомимая начальница прислала на урок Сельмы наблюдателей. Хорошо, те оказались не столь педантичными. Им понравились истории про старинные улочки и площади Ландскруне. Они даже поставили молодую преподавательницу другим в пример. Вот тут-то Сельма и развернулась. Она стала перемежать учебный материал живыми рассказами о настоящей жизни. Ученицы просто рты по-раскрывали. Теперь они запоминали все сразу. Ус-

певаемость подпрыгнула до небес. Сельма была счастлива.

Но счастье не длится долго. В 1885 году, умер отец, и пришлось продать Морбакку, чтобы оплатить долги семьи. А ведь усадьба принадлежала семейству Лагерлёф с 16 века! Триста лет они жили в ее стенах и вот остались без родного дома. Мир рушился, но что могла сделать Сельма на свое мизерное учительское жалованье?! Только одно – раз потеряв дом, сохранить хотя бы его легенды. Вот тогда-то она и начала сочинять роман "Сага о Йесте Берлинге" – о бродяге, который забрел в старинную усадьбу и познакомился с ее обитателями.

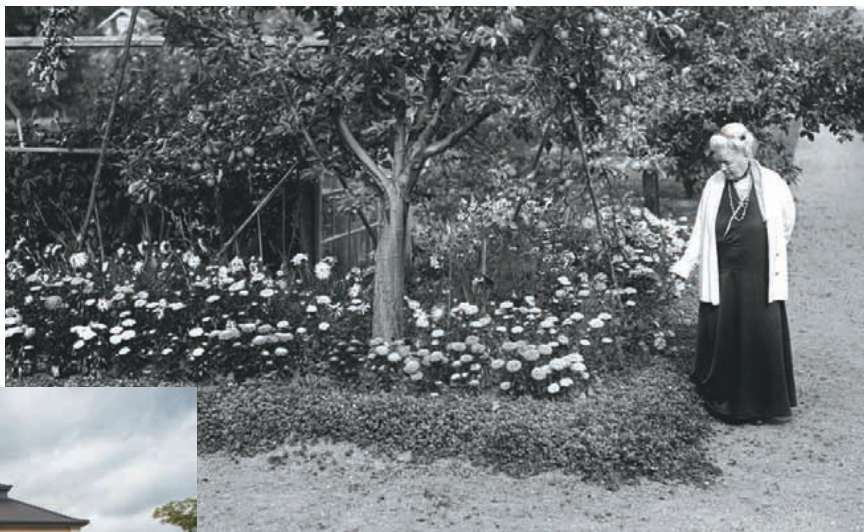
Кто знает, как рукопись попала в руки фру Скольбер? И кто мог бы измерить шум, который она подняла? "Что за глупость? – верещала она. – Реальные люди и танцующие привидения, исторические факты и происки ведьмы с домовым! Где это видано, чтобы богатый заводчик, пусть даже очень злой, превращался в косматого черта с копытами? Ну и мерзкие у вас фантазии, фрекен Лагерлёф. Извольте забыть о таких вещах!"

Сельма не стала оправдываться. Как объяснить слепому, что вокруг него разноцветный мир? И как убедить "прогрессивную" начальницу, что Сельма променяла бы любые городские удобства на простую жизнь в старой усадьбе? Вот бабушка, Нана и отец поняли бы Сельму. Ведь бабушка и сама оставляла домовому молоко в наперстке и уготваривала больную девочку не бояться ночных шорохов и шумов Морбакки. А однажды отец вынес дочку на солнышко и посадил на скамью напротив большого зала усадьбы. И Сельма вдруг увидела сквозь стекло, как в этом зале люди в старинных костюмах двигались в танце. "Папа, там наши предки танцуют на фантастическом балу!" – сказала она. И отец улыбнулся: "Хорошо, что у тебя богатая фантазия, дочка!"

И что теперь – выкинуть эти фантазии из головы, как требует фру Скольберг? Сельма упрямо тряхнула головой и отослала 5 глав своей "Саги" в газету "Идун". Благо та, как раз, объявила конкурс на лучшее современное произведение. Это было в августе 1890 года. И случилось чудо! Никому не известная 32-летняя учительница из провинции выиграла этот конкурс. Жюри отмети-



ло необычайную художественность произведения и богатую творческую фантазию. Особо понравился образ... Доврской ведьмы – маленькой сторбленной старушонки, которая насыляет на поля град, на скотину и людей – болезни. При этом никто не обратил внимания на чистосердечное признание Сельмы: "Я, кото-



рая пишу эти строки, видела ее своими глазами!" Критики в газете только изумились: какие, мол, яркие образы у этой начинающей писательницы. А фру Скольбер, прочтя главы, получившие одобрение печати, восторженно воскликнула: "Я же говорила: у вас необычайная фантазия!"

Полет хромоножки

С тех пор прошло 14 лет. Сельма Легерлэф приобрела широкую известность как писательница, автор исторических романов "Чудеса антихриста", "Иерусалим". Она получила стипендию от короля Оскара II и финансовую помощь Шведской академии. И все равно приходится доказывать, что ты как литератор не зря коптишь небо. Хорошо еще, у нее есть фрекен Уландер – не только подруга-секретарь, но и незаменимый мастер дипломатии.

Есть же люди, которые могут объяснить и уладить все! Сама Сельма явно не из их числа. Она вечно смущается, робеет – это в ее-то годы! А вот фрекен Уландер достаточно написать "ввиду того что", "опираясь на предыдущий опыт", "согласно нашим договоренностям", как ее понимают все заказчики и издатели. Вот и сейчас, написав всего несколько писем, блистательной секретарше удалось уломать Общество учителей. Те все-таки дали добро на необыкновенный замысел нового учебника географии.

Сельма со страстью набросилась на работу. Посреди вполне научных описаний шведских городов и провинций она включила множество ска-

зок-легенд, услышанных в детстве, рассказала о волшебной встрече с Нильсом и, конечно, о любимой Морбакке. Первый том "Удивительных путешествий Нильса Хольгерссона по Швеции с дикими гусями" вышел 24 ноября 1906 года. Через пару дней Сельма, доковыляв до стола, протянула руку к подносу со свежими газетами – она ожидала рецензий. Обычно фрекен Уландер приносила к завтраку много газет, но сегодня на подносе лежала всего одна. Там на первой полосе красовался хвалебный отзыв о новом учебнике. "Остальные я пока не купила", – виновато пожала плечами верная подруга.

Как только она ушла по делам, Сельма проскользнула в ее комнату. На кресле валялся ворох газет. Сельма начала лихорадочно листать. Так и есть – рецензии напечатаны везде! Но какие?! Одни критики и педагоги недоумевали: "Когда же кончится этот затянувшийся полет нудных птичек, и начнутся, наконец, правильные сведения, цифры и факты?" Другие просто уничижительно назвали сочинение "полетами хромой писательницы". Кто-то договорился до того, что счел все "неудавшимся попури из фантастических мечтаний старой девы".

"Нобелевка" для женщины

Сельма не представляла, как отвечать на эти злобствующие нападки. Ответили читатели – сами дети. Уже через месяц после выхода учебника они затеяли игру в "гусенавта" (именно так они прозвали Нильса, путешествующего на гусе): разметили маршрут и начали путешествие. Дети даже стали называть дни по датам полетов. "Это случилось, когда Нильс, играя на волшебной дудочке, увел крыс из старого замка", – говорили они. 1/1 все понимали, что речь идет о 28 марта.

А когда через год после выхода второго тома "Путешествий Нильса" – 20 ноября 1908 года – Сельма Лагерлёф справляла 50-летие, ее завалили горами цветов со всей страны. В газете появились шуточные строки:

*Куда девались все цветы?
Кто разорил оранжереи?
По всей стране не сыщешь ты
Ни лилии, ни орхидеи...*

Общественность потребовала вручить писательнице самую престижную литературную премию – знаменитую Нобелевскую. Не один раз жюри дотошно рассматривало творчество Сельмы Лагерлёф, но в последний момент солидные мужи откладывали кандидатуру женщины: "Не хватает только присудить "Нобелевку" даме! Тогда наш мир точно покатится в тартарары!"

Но нашлись и другие мнения. Прогрессивные учителя и преподаватели называли "Путешествие Нильса" "революцией в нашей педагогике". Простые же читатели считали: "Пусть Нобелевка откроет свои двери для фрекен Лагерлёф!"

И вот 10 декабря 1909 года Нобелевский комитет под давлением общественности вынужден был присудить Сельме Оттилиане Ловисе Лагерлёф свою премию "в знак признания возвышенного идеализма, яркого воображения и духовного восприятия, характеризующих ее труды". Газеты превозносили новоявленную лауреатку. Дети и родители вышли в центр Стокгольма встречать "маму Нильса". Король Швеции Густав V собственноручно вручил ей Диплом, Золотую медаль и денежный чек. Вот так впервые в мире лауреатом Нобелевской премии стала женщина.

На торжественном обеде Сельма сумела отличиться – сказала речь. Но какую! Чистосердечно поведала, что пока ехала на получение премии, к ней в вагон поезда зашел... отец. И они проговорили всю дорогу о нелегком писательском труде. Услышав такое, присутствовавшие остолбенели, ведь все знали: отец фрекен Лагерлёф давно умер. Кто-то быстро покрутил у виска – что возьмешь с экзальтированной дамочки? Кто-то подумал: раз дали бабе премию, приходится выслушивать и ба-

бы сказки. Кто-то даже умилился – какая трогательная женская фантазия! Но никто не понял, что Сельма рассказала правду. Ведь наши родные всегда помогают нам, в каком бы мире они не были.

Возвращение Морбакки

Первое, что сделала Сельма на деньги Нобелевской премии, – выкупила родную Морбакку. Недалом же в тот вечер, когда она встретила заколдованного Нильса в усадьбе, стая голубей вылетела ей навстречу – голуби ведь слетаются только на хозяйский зов. Да и усадьба, как оказалось, приготовила ей сюрприз. Через несколько лет туда забрел мальчик лет 14-ти. И что самое поразительное – его звали Нильс Хольгерссон! Он не особенно распространялся о своей жизни. Да Сельма и не спрашивала. Наверно, втайне она верила, что это – тот самый проказник, которого домовый

все-таки расколдовал. "Между нашими разными мирами – довольно тонкие двери, – говорила она подруге. – Ты открываешь одну, я другую, а мой Нильс – третью. Впрочем, мне повезло: я открываю эти двери чаще других".

Когда же, повзрослев, Нильс решил уехать в Европу на заработки, Сельма сказала ему: "Помни: куда бы тебя не забросила судьба, здесь, в Морбакке – твой дом!"

Сама же писательница прожила в усадьбе всю оставшуюся жизнь. Она часто болела.

Но неизменно справлялась со своими болезнями и снова приступала к работе. А когда фашизм накрыл Европу кровавой паутиной, неукротимая Сельма, которой в то время шел уже восьмой десяток, начала активно помогать иммигрантам, спасавшимся в нейтральной Швеции от гитлеровского режима. Не раз и не два ей угрожали профашистски настроенные молодчики. Но Сельма только плечами пожимала: "Чего бояться мне, видевшей настоящую Доврскую ведьму? Ненависть приходит и уходит. Любовь остается".

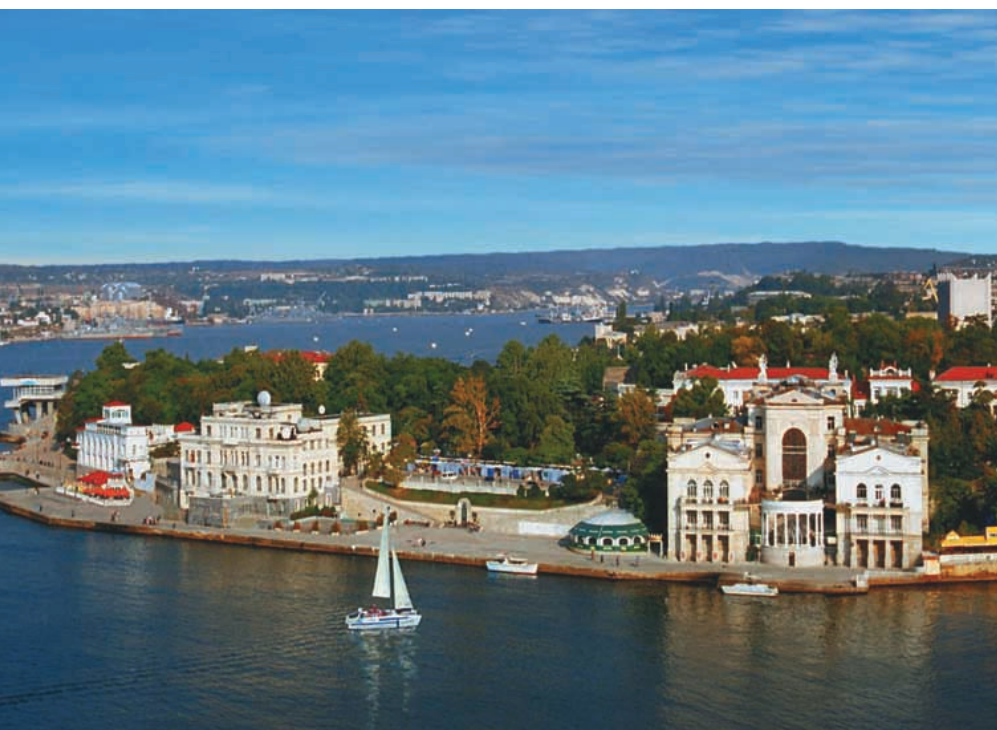
Сельмы Лагерлёф не стало 16 марта 1940 года. Она умерла в стенах родной Морбакки. А может, просто ушла. Ведь ей это было несложно – она приоткрыла еще одну дверь. Теперь – в Горный мир...

Елена Коровина



Главное, чтобы Севастополь всегда был мирным!

Новая торговая марка GlobalColor – бизнес-проект уже российского Севастополя. После Крымского референдума 2014 года, для севастопольцев и крымчан открылись новые возможности. Именно так Елена Борисовна Чуйко – предприниматель и основатель новой отечественной торговой марки Global Color приняла эти глобальные изменения: "Мы получили не только российский паспорт, новые законы, новые рынки, но и всеобъемлющую перезагрузку".



Короля, как известно, делает свита, а уверенного в себе человека – красивые качественные аксессуары и другие, окружающие его повседневные предметы. Модная качественная сумка, изящное портмоне, а для делового человека – функциональная, но при этом эффектная папка для деловых бумаг, кожаный кейс для компьютера – все это не просто удобные и красивые вещи, а еще то, что, делает образ владельца завершенным, гармоничным.



Это свойство красивых вещей поняла, скорее, почувствовала Елена еще в детстве. И в возрасте, когда кто-то мечтает о профессии балерины, актрисы, врача, она представляла себя директором предприятия, производящего красивые вещи. По ее мнению, благодарить за такую любовь к форме она должна родителей.

– Я родилась в Белоруссии, в городе Могилеве, в семье советских служащих. Отец – высоко-профессиональный инженер-строитель, мама – дирижер-хоровик. Родительское воспитание сформировало меня как рационально-творческую личность. В детстве я мечтала быть директором какого-нибудь "красивого" производства, помню картинки, которые мне

представлялись. Все очень похоже на сегодняшний день.

Однако мало, кто знает, что любое производство даже самой простой по форме, но качественной сумки, требует многочисленных знаний материалов, оборудования. А еще нужно быть экономистом и владеть наукой управления не только предприятием, но и проектом в целом.

И чтобы исполнить свою мечту Елена много училась. Технологию кожевенного производства она изучала в институте легкой промышленности. Экономические знания получала в Харькове, в политехническом институте. А специальность управления проектами осваивала в университете им. Жуковского в Харькове (знаменитый ХАИ).



«Мы и название торговой марке GlobalColor дали именно потому, что цвет в нашей продукции имеет большое значение. Ведь это первый фактор, на который потребитель обращает внимание. Это его эмоциональный посыл к покупке. Поэтому цвета нашего товара разнообразны и притягательны»

Родители повлияли не только на характер Елены, но и на выбор места проживания семьи Елены. Отца в 1987 году перевели в Севастополь, куда в 1995 году из-за проблем со здоровьем мамы, переехала и Елена с мужем. Здесь родилась их дочь Анна-Валентина, с двойным именем (так зовут ее бабушек).

Крымская весна 2014 обновила не только государственную систему в Крыму, но и образ мыслей,

идей, решений... Именно в этот период появился бизнес-проект Global Color – соединение рационального подхода и творчества.

– Это был симбиоз решений. Мы опирались на собственные возможности, опыт, изучение российских рынков, задаваемые векторы экономического развития крымского и севасто-

польского регионов и тенденции потребительского спроса.

Решение об открытии бизнес-проекта принималось в особых, нестандартных условиях. Севастопольские и крымские предприниматели, до сих пор являются своего рода бизнес-эмигрантами. Новый бизнес-климат, менталитет, законы, тенденции... Под зарегистрированной в России торговой маркой Global Color мы начали производить аксессуары для ежедневного использования – современные кейсы для девайсов, документов, альбомов, тетрадей, нот, портативных аккумуляторов, USB-проводов, зарядных устройств и т.д.

Компания Елены Борисовны стартовала уже в условиях санкций, поэтому было задумано использовать высококачественные материалы только российских производителей. Через интернет-магазин начали продавать товар в розницу обычному покупателю. Но очень скоро их продукт заинтересовал корпоративных клиентов.

– К идее имиджевой рекламы нас подтолкнули компании, которые начали заказывать у нас кейсы для документов и ноутбуков с логотипами своих компаний. Мы использовали эту идею и предложили компаниям новый формат имиджевой рекламы: продвигать свои продукты и марки через сувенирную, подарочную и комплиментарную продукцию. Результат такого маркетинга – 40 процентов конверсии. Такие высокие проценты зафиксированы в компаниях с высоким средним чеком продукта, например в строительных компаниях, у продавцов недвижимости, в гостиничном бизнесе.

Севастопольской компании помогали земляки – общества и сообщества таких же, как они предпринимателей. Это созданная в 2014 году Ассоциация предпринимателей Крыма и Севастополя во главе с председателем, г-ом Черновым А.В; Союз "Севастопольская торгово-промышленная палата" и ее председатель г-жа Криволицкая Т.И., сопредседатель севастопольского регионального отделения "Деловая Россия" Васильченко Е.В., председатель НКО "Женсовет Севастополя" Знаменская Э.В.



Очень поддерживал Елену Борисовну муж – любимый человека, близкий друг и надежный партнер в одном лице.

К великому сожалению, его не стало за несколько лет до открытия этого проекта. Ей помогал и отец Борис Семенович.

– Он всегда работал на руководящих должностях и был для меня примером. Его опыт, оказался для меня бесценным. Всегда прислушиваюсь к его советам и замечаниям.

Но найти незанятую нишу – не главное в успешном бизнесе. В эту нишу сразу устремляется множество конкурентов с похожими предложениями. Необходимо предложить свой уникальный подход и свой уникальный продукт.

– К разработке какого вида нашей продукции мы бы не подходили, в приоритете всегда практичность. Мы ведь, сами потребители и функциональные ошибки товара других мы исправляем своими уникальными решениями. Например, бескаркасные кресла – пуфы от нашей торговой марки – это полноценные кресла с высокой посадкой, в которых не только удобно сидеть, но в разработанной нами модели с правильной опорой для спины, снимается нагрузка с позвоночника.

Когда мы разрабатывали наш первый продукт Ультра Кейс, мы думали не только о практичности, а



о супер-практичности. Так появился продукт с двумя функциями в одном товаре. Это кейс для оргтехники, девайсов (так как в нем предусмотрена противударная подложка) и кейс для бумаг, документов. В этой модели кейса мы вышли за рамки одной функции, предложив потребителю сэкономить на необходимости покупать два кейса (чехол для ноутбука плюс папку для документов).

Продукция компании не только функциональна и практична, но и очень элегантна и жизнерадостна. Ведь эстетический аспект для Елены Борисовны очень важен.

– Мы и название такое торговой марке Global Color дали именно потому, что цвет в нашей продукции имеет большое значение. Ведь это первый фактор, на который потребитель обращает внимание. Это его эмоциональный посыл к покупке. Поэтому, цвета нашего товара разнообразны и притягательны.

Действительно, предложение Global Color корпоративным клиентам уникально. Компания единственная, кто на долгосрочном аксессуаре для ежедневного использования (функциональном товаре) предоставляет место для рекламы. Эстетический дизайн кейсов – это принты, нанесенные на лицевую сторону износостой-



кой УФ-печатью до сборки изделия. Для компаний – это логотипы, слоганы, символика, любая рекламная картинка, приводящая к рекламодателю. Для обычных потребителей – уникальные картинки из коллекций Global Color. Компания дорожит не только корпоративными клиентами. С большой ответственностью компания относится к каждому заказчику, независимо от объема заказа.

– *Главное, делать с любовью работу для любого клиента. Все остальное складывается автоматически.*

Бизнес развивается. В производственном цехе отшивается коллекция 2020 года, разрабатывается новая линейка товаров для супермаркетов и отдельных заказчиков, расширяется сеть партнеров, разрабатываются интересные предложения...

– *Мы планируем выйти со своими мобильными точками продаж в торговые центры, серьезно к этому готовимся. Для нас интересны все рынки.*

Планов много, а значит много и работы. А за окном Черное море, теплое солнце и абрикосы, рас-

«Мне кажется, что именно мой внук, когда-нибудь примет от меня предприятие. Главное, чтобы Севастополь всегда был мирным!»

тущие вдоль улиц прекрасного мирного города. И Елена ждет весну, любит читать, путешествовать, проводить время с семьей и близкими, заниматься обычными женскими делами...

– *Очень помогает соблюдать равновесие гендерных начал в себе. Как только пробивается чрезмерно мужской характер – сразу на "кухню": мыть, чистить, готовить. Очень помогает, рекомендую.*

Подрастает внук Артур. В апреле ему будет 5 лет. Он с детства приобщается к бабушкиному предпринятию, снимается в рекламном материале.

– *Когда Артур приходит в цех, он садится рядом со швейной машинкой и заворуженно наблюдает за работой швеи. Выполняет разные простые поручения, вливается в процесс... Мне кажется, что именно мой внук, когда-нибудь примет от меня предприятие. Главное, чтобы Севастополь всегда был мирным!*

Защитить бизнес и семейные ценности

Или о том, для чего нужен брачный контракт

Елене Анатольевне Бойцовой – председателю коллегии адвокатов города Москвы "Центр Правовых Экспертиз" удается просто и понятно объяснять неоднозначные темы брачно-семейных отношений. В том числе, как управлять рисками семьи и бизнеса с помощью брачного договора. Елена утверждает, что не всегда семейные конфликты можно решить с помощью юриспруденции, поэтому помогает и учит своих клиентов умению договариваться.

– Елена Анатольевна, кто чаще всего обращается к вам за помощью?

– Наш "Центр Правовых Экспертиз" – семейная компания. Мы работаем вместе с мужем, и наша семья помогает таким же семейным парам, как и мы.

Поэтому к каждому клиенту мы относимся как к близкому человеку, и они приходят к нам, как к родным. Когда ты на протяжении двадцати лет находишься рядом с человеком: помогаешь открыть бизнес, приобрести или продать недвижимость, подать налоговую декларацию, заключить брачный договор, развестись, поделить имущество, оформить завещание и решить еще очень много самых разных вопросов, связанных с ним и его семьей, то вы уже не можете быть чужими друг другу. Возникает доверие, понимание, сострадание. Клиенты уже не хотят обращаться в другие компании, и ты должен быть суметь помочь им.

Такие взаимоотношения привели меня к осознанию того, что надо специализироваться именно на тех юридических услугах, которые полезны семьям наших клиентов. Поэтому я решила заниматься семейным и наследственным правом. Многие меня знают, как фанатку брачных договоров. Помогать в их заключении – мое любимое занятие.

Когда я училась, семейное право еще не было востребовано, Семейному кодексу был всего один год, соответственно столько же и брачным договорам в новой России. Но я уже тогда обожала этот инструмент и понимала, что постепенно отношение к брачным договорам изменится, что они станут востребованными. Увлекалась я темой брачных контрактов еще в университете благодаря своему преподавателю семейного права Пчелинцевой Л.М.. Сейчас она, кстати, судья Верховного суда. Я всегда буду благодарна за это Любови Михайловне.

– Не секрет, что многие из нас не знают элементарных основ семейных имущественных отношений. Что можете сказать, насколько подготовлены к решению этих вопросов ваши клиенты?

– Азбука семейного и наследственного права не сложна. Но ее практически никто не знает. И из-за



этого запуганность и ощущение незащищенности (особенно у женщин), потери имущества семьи (когда на него обращается взыскание по требованиям кредиторов), войны родителей за детей и наследников за имущество. К сожалению, статистика жестока – 58-65 процентов браков распадается. Большинство конфликтов возникает из-за раздела имущества. Их можно было бы избежать, оформив брачный договор до заключения брака или в спокойный период жизни семьи. Я не говорю, что брачный договор – это панацея от всего, но уверена, что это эффективный юридический инструмент, который работает.

О семейном праве и брачном договоре рассказывают старшеклассникам на общественности. Возможно, современная молодежь будет более ма-

стерски управляться на семейной "юридической кухне". Время покажет. Пока же бывшие супруги учатся на своих ошибках, и при заключении второго или третьего брака они более лояльны к брачным договорам.

– В чем видите свою главную задачу как специалиста по семейному праву?

– Моя миссия – сформировать в семьях России правовую культуру имущественных отношений.

Правовая культура имущественных отношений в семьях России отсутствует. И первая причина в том, что люди ничего не знают об этом, поэтому необходимо рассказывать, писать, снимать ролики. Вторая – наш российский менталитет. Несколько поколений выросло без брачных договоров, полагая, что стыдно обсуждать в семье имущественные вопросы, да и делить особенно было нечего. В настоящее время есть, что делить, но начать разговор по-прежнему стыдно.

Поэтому я в университетах рассказываю студентам (не юристам) азы права по 4 направлениям: семейному и наследственному праву, сделки с недвижимостью и налоги семьи. В планах проводить уроки в школах. Это делается для того, чтобы молодые люди, как можно раньше, стали обладать полезными знаниями, которые, возможно, пригодятся им в жизни больше, чем геометрия и химия.

Также читаю лекции в ГБУ "Малый бизнес Москвы, преподаю в Московской торгово-промышленной палате на программе EQMBA, веду тематический канал на YouTube "Брачные договоры. Инструкция по применению от адвоката Бойцовой Елены", выступаю на телевидении и радио, написала две книги "Брачный договор. Как договориться об этом

с партнером по браку или бизнесу", "Как защитить бизнес от семейных рисков, а семью – от рисков бизнеса". Вторую книгу в 2018 году выпустил журнал "Корпоративный юрист" в качестве приложения к журналу и назвал "Способы защиты от правовых рисков".

– Как вы сами относитесь к самому понятию "брачный договор" и "завещание"?

– С этой фразы я всегда начинаю свои лекции. Раньше все рассказывали о неприятных эмоциях. Сейчас ответы меняются. Есть те, кто конструктивно реагируют на эти документы. Однако, к сожалению, у многих в голове: брачный договор равно развод, завещание равно смерть. Это неправильно. Всегда напоминаю, что мы пишем брачный договор не для того, чтобы развесить, а для того, чтобы установить правила имущественных отношений в семье и защитить семью. А завещание – не для того, чтобы завтра пойти и умереть, а чтобы позаботиться о лю-



«Не устаю повторять, что суд – это долго, дорого, непредсказуемо. Никто не знает, что тебе присудят при разделе имущества. Бывают сюрпризы – бизнес мужа отдают жене. В любом случае решение суда не устроит одну из сторон»

дях, которые зависели от тебя при жизни, чтобы исключить ссоры между наследниками и чтобы передать тот или иной актив лицу, способному управлять им.

Когда изменится понимание цели заключения брачного договора и написания завещания, тогда изменится отношение к ним и возникнет желание оформить.

– Основной вопрос – как начать говорить о брачном договоре?

– Существует много возражений против заключения брачного договора: "брачный договор не работает", "в России нет брачных договоров", "мы никогда не разведемся". Все они прикрывают страх начать обсуждение брачного договора.

Как сказать так, чтобы не обидеть? Как не испугать, будто готовится развод? Как убедить невесту/жениха или супруга, что брачный договор семье необходим?

Прежде всего, инициатору подписания этого документа необходимо понять, что представляет собой брачный договор и зачем он ему требуется. Затем следует разобраться в преимуществах заключения брачного договора для второго супруга, именно они сыграют ключевую роль в переговорах. Далее следует создавать поводы для разговора о брачных договорах вообще, а не конкретно о вашем (скандальные разводы миллиардеров и война за имущество в семье соседей, курьезные условия брачных договоров звезд и интересная книга или ролик на YouTube, фильмы и оперы, в которых есть упоминание о брачных договорах, брачные договоры в тех странах, куда вы отправляетесь путешествовать). Следует разбирать ситуации в чужих семьях. Это поможет подготовить почву и сделать обсуждение вашего договора менее болезненным. Идеальная ситуация – когда супруг сам предложит заключить брачный договор.

– А как научить своих клиентов договариваться?

– Ни для кого не секрет, что адвокаты больше всего зарабатывают на судах. Тем не менее я отговариваю клиентов от похода в суд.

Не устаю повторять, что суд – это долго, дорого, непредсказуемо. Никто не знает, что тебе присудят при разделе имущества. Бывают сюрпризы – бизнес мужа отдают жене. В любом случае решение суда не устроит одну из сторон. Либо бывшие супруги и после вынесения судом решения остаются "заложниками долевой собственности", тогда они вынуждены терпеть друг друга, договариваясь о порядке пользования и распоряжения имуществом. А чтобы так не произошло, необходимо договариваться. И для этого семейный адвокат должен уметь проводить переговоры между двумя людьми





ми, даже если им кажется, что они уже никогда не договорятся. Для этого нужны навыки психолога и медиатора: надо уметь слушать людей и переключать их мысли с обид, переживаний, сожаления и самобичевания на поиск выхода из сложившейся ситуации и сохранение человеческих отношений.

– Что же может уберечь семью от рисков бизнеса?

– Брачный договор – это самый действенный документ для защиты семьи от рисков бизнеса.

Собственников компаний, членов коллегиальных исполнительных органов, руководителей организаций могут привлечь к ответственности по

долгам бизнеса. В случае недостаточности личного имущества взыскание будет обращаться на долю супруга-должника в общем имуществе супругов. Это огромный стресс для "безрискового" супруга осознать, что семейное имущество под угрозой. Именно поэтому муж и жена должны решить, какое имущество они считают ценным. Я называю его "семейное гнездо". Это имущество следует оформить брачным контрактом в раздельную собственность супруга, который не занимается бизнесом.

Следует помнить, что и бизнес требует защиты от "семейных" рисков – раздела имущества и ухода из жизни владельца компании. Здесь помогут

брачный договор, завещание и правильные формулировки устава компании.

– А как вам самой удается защитит себя от элементарного эмоционального выгорания? Ведь семейному адвокату необходимо умение противостоять чужим переживаниям.

– Все дела о расторжении брака, разделе имущества супругов, споры о детях, наследственные споры – психологически тяжелые. Семейному адвокату следует быть эмпатом и уметь осознанно сопереживать текущему эмоциональному состоянию клиента. Клиент чувствует, что не одинок, благодарен поддержке. Однако, недопустимо принимать его проблемы как личную обиду и боль. Но, не скрою, бывают ужасающие ситуации с человеческой точки зрения, и тогда эмоции, действительно, включаются.

Непросто делать документы человеку, который умирает, но нужно осознавать для чего ты это делаешь. Во-первых, это его воля, а во-вторых он, действительно, желает сделать добро своим близким.

Гораздо спокойнее и для клиента, и для адвоката оформлять брачный договор, когда семья только создается и нечего еще делить, а завещание – когда человек здоров и намерен долго жить. И меня радует, что я могу помочь в этом.

– Знаю, что вы, кроме юридической поддержки, всегда стремитесь своим клиентам оказать еще и психологическую. Для чего?

– Это дает уверенность в том, что ты занимаешь полезным делом.

Иногда обращаются супруги, которые хотят подписать документы, ставящие юридическую точку в их семейных отношениях. Для них уже большой подвиг прийти вместе, ведь, по факту, для их семьи все закончено. Торги по условиям соглашений проходят жестко. Поэтому испытываешь большое удовлетворение, когда получается уравновесить взаимные требования супругов так, что они договариваются и выходят из переговорной комнаты, порой, улыбаясь, и в обнимку. В результате те люди, которые решили расстаться, сохраняют добрые отношения. Поэтому я всегда агитирую оформлять все вопросы, связанные с расторжением брака, соглашениями. В суд всегда успею обратиться. Но после судов сложно вернуться к хорошим взаимоотношениям.

Получать образование психолога я не собираюсь. Все адвокаты немного психологи. Но в 2018 году прошла обучение медиации.

– В России появился новый тренд – наследственное планирование. Что оно поможет предотвратить, спасти, защитит?

– Люди начали задумываться о том, как распорядиться тем, что они заработали. Главная задача – чтобы не было войн между наследниками, чтобы имущество не дробилось между ними и перешло тем, кто способен им управлять и преумножать. Необходимо продумать, как правильно спланировать и описать процесс мирной передачи наследства.

Большая задача всех владельцев бизнеса – подготовить наследников к управлению бизнеса. Но это уже более глобальная задача, нежели оформление завещания.

«Люди начали задумываться о том, как распорядиться тем, что они заработали. Главная задача – чтобы не было войн между наследниками, чтобы имущество не дробилось между ними и перешло тем, кто способен им управлять и преумножать»

Моя третья книжка будет как раз про наследование. Начали мы ее писать в соавторстве с нотариусом города Санкт-Петербург Антоновой Еленой. Хотим написать полезную и понятную книгу, основанную на историях.

– Вы утверждаете, что нужно обязательно себя хвалить за то, что ты сделал. Не завидовать и не останавливаться. Почему считаете, что жить нужно, следуя этому правилу?

– Я не считаю себя успешным человеком, хотя понимаю, что меня такой считают. Когда смотрю на своих коллег, восхищаюсь и понимаю, как я далеко от них. Гораздо лучше радоваться успехам своих коллег, учиться у них, обмениваться знаниями и опытом, чем завидовать.

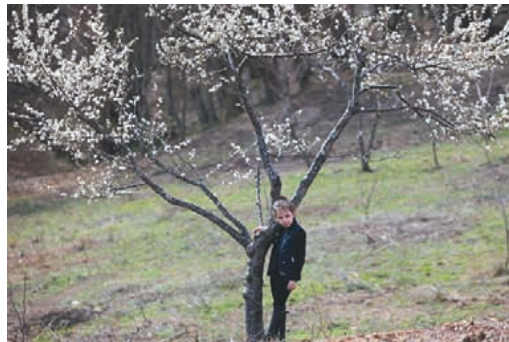
Я порой думаю: "А вот если бы я начала это делать 10 лет назад, где бы я сейчас была?". Самоедство мне порой мешает. Но я верю, что все, что случается в моей жизни, должно случиться именно в тот момент, когда это должно произойти.

Не следует сравнивать свои результаты с результатами других людей. Бессмысленно кого-то догонять. Надо сравнивать себя сегодняшнего с собой 5 или 10 лет назад. Вспомнить все свои успехи. Похвалить себя за сделанное. И после этого появляется мощнейший заряд энергии и желание двигаться вперед!

В статье использована публикация журнала "Корпоративный юрист" за июнь, 2019 г.

Образцовая ферма московского филолога Экзархо

Почти 20 лет назад Инга Экзархо оставила Москву и приехала с мужем в Сочи. Сначала они открыли на набережной ресторан "Восточный квартал", а затем ферму, которая стала поставлять в него свежие органические продукты. И постепенно то, что казалось большинству людей чудачеством, переросло в мощный гастрономический тренд. Сейчас продукцию "Эко Мир Сочи" покупают самые фешенебельные заведения Краснодарского края.

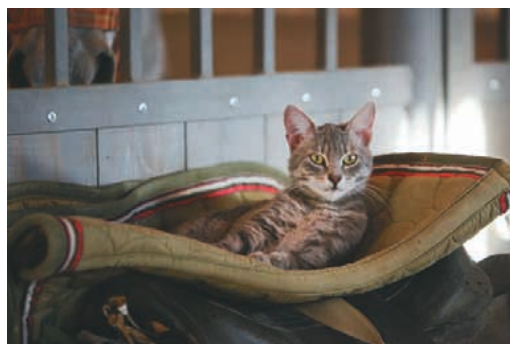
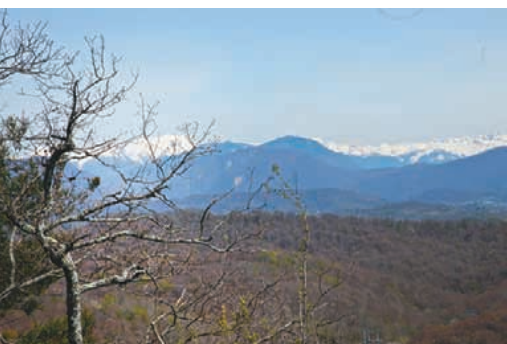


Дух захватывает от вида, который открывается со смотровой площадки фермы Инги Экзархо. Кругом зелень и горы, пейзаж истинно кавказский, но такой ухоженный, что невольно ловишь себя на мысли: в России так быть не может. Стройная красивая женщина, без грамма косметики, улыбается и ведет показывать "свое хозяйство", как она его называет.

Первое, что бросается в глаза, – огромный красивый манеж для выездки и конюшня с массивными деревянными дверями. Инга их открывает и представляет своих лошадей: "Вот терский жеребец серой масти, именно на таком маршал Жуков гарцевал на Параде Победы. У этого жеребца была тяжелая судьба, но он попал к нам и мы его вывели. А это чистокровный арабский скакун, уже в возрасте. Тут лошадь Вальвия и ее жеребенок Дивный. Он родился два месяца назад. Вот эти крупные животные – ганноверской породы, а вот трактененской – они поизящнее".

Инга рассказывает, что конный клуб "КСК Со-звездие Sochi" начался со спасения лошадей – люди звонили ей и просили забрать у них животных. По разным причинам: кто-то отдавал землю за долги и коня некуда было деть, кроме как отвезти на бойню, кто-то переоценил свои возможности, каких-то лошадей нужно было спасти от жестокого обращения. По словам Инги, самым трудным было не вылечить животных, а вернуть им любовь и доверие к людям.

Кроме обучения верховой езде, в клубе есть конные прогулки в горы. "Настоящую красоту этого края можно оценить только верхом, – убеждена Инга. – У нас много разных маршрутов. Один из них – на Орлиные скалы, оттуда бесподобный вид на горное ущелье с высоты птичьего полета и на статую Прометея. Для таких походов мы снаряжаем лошадей кабардинской породы. Это настоящие "внедорожники". Маленького роста, коротконогие, с крепки-



ми сухожилиями и копытами – они испокон веков жили в горах. Им не надо смотреть вниз, выбирать, куда наступить, – горные дороги они чувствуют интуитивно. В походе гостей сопровождают два инструктора".

Инга показывает рукой вдаль и рассказывает, что через две недели в-о-он там будет беседка для гостей, а вот здесь инструктор станет встречать людей с уже оседланными лошадьми. Тем, кто приезжает в первый раз, предлагают взять несколько вводных занятий верховой езды с инструкторами и рассказывают, как подходить к лошади, как ее седлать и как вести себя с животным. Здесь есть даже специальный небольшой манеж – "бочка", для безопасных и комфортных занятий новичков.

Мы выходим на площадку, с которой открывается прекрасный вид на горы и огромный сад. К нам подходит Иосиф, старший сын Инги, ему 18 лет. Тут же подбегает и младшая Изабель, она хохочет и здоровается с нами. Оказывается, что у Инги

трое детей, есть еще Лев, ему 14. И решение выращивать органические овощи-фрукты, разводить коз, держать коров было принято по одной причине – накормить свою семью качественной натуральной едой.

"В саду 700 фруктовых деревьев – все, какие только растут на юге, – рассказывает хозяйка. – Есть, например, сочинские персики. За ними сложно ухаживать, но если правильно все делать, фрукты просто великолепны. Или вот фиговые деревья – нет ничего вкуснее сочинского инжира. Еще яблони, груши, слива, алыча, виноград. К слову, в ресторане "Восточный квартал" соусы готовят только из продуктов нашего сада и огорода. Недалеко от сада мы планируем разбить три больших пруда, организовать зону отдыха и открыть сырный ресторан".

Для такого ресторана здесь есть все необходимое: живописнейшие пастбища, чистый горный



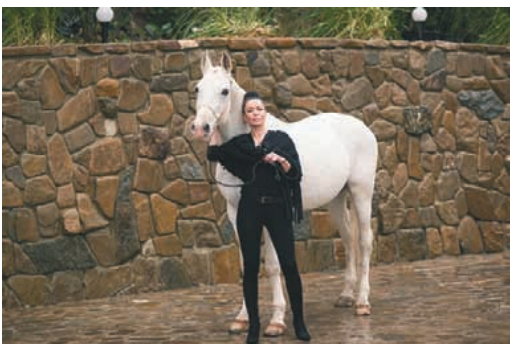
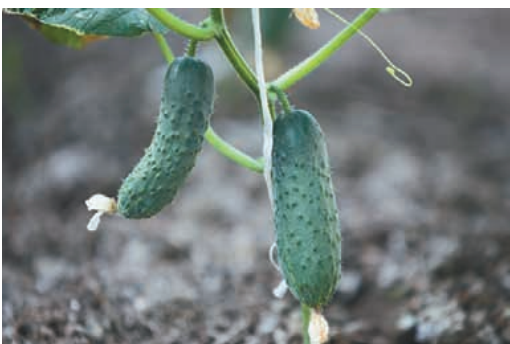
воздух, артезианская вода и, самое главное, коровы и козы, которые пасутся прямо перед вашим взором. Мы подходим к ферме, откуда на нас выбегает десяток маленьких белоснежных козлят. Им всем по полтора месяца – такой своеобразный детский сад.

"После переезда мы долго вынашивали идею организации здесь собственного хозяйства, – говорит Инга. – Похоже, у нас получилось. Козья ферма, телочки, коровы... Сыры мы делаем вегетарианские, не используем в качестве закваски продукты животного происхождения, такие как сычуг. Это очень важно. Только в январе, феврале и марте у коз в рационе сухая трава, а так практически круглый год они на вольном выгуле. Сколько сыров мы выпускаем? Ну надо посчитать. Прежде всего мы делаем четыре вида классических, с благородной белой плесенью. В них кроме цельного пастеризованного козьего молока и заквасок – французских или

датских – нет больше ничего. Еще производим несколько видов простых "домашних" сыров, таких, как брынза. Кроме того, есть козий полутвердый сыр – вкуснейший, сладко-сливочный. Еще мы делаем творог из цельного козьего молока – это вообще что-то уникальное".

Скоро на ферме появится птичник. В Европе мясо птицы вольерного содержания стоит на пару евро дороже, но зато оно органическое, натуральное. А спрос на продукты со знаком Bio или Organic постоянно растет.

"Качество куриного мяса, которое продают в большинстве наших магазинов, – ужасное. Птицу на убой выращивают за 40-50 дней и пичкают стимуляторами роста, гормонами, антибиотиками. Содержат их в клетках, гулять не выпускают – бедные куры дышат спертым воздухом, а воду пьют водопроводную, хлорированную", – сокрушается Инга.



По ее словам, в 2015 году в России вышел документ, регламентирующий органическое производство. В частности, там указано, какими удобрениями подкармливать плодовые деревья, чтобы фрукты можно было законно называть органическими, какие препараты использовать для лечения птиц и животных и многое другое. Благодаря этой важной бумаге, считает Инга, в России появилась возможность развивать выпуск экологически чистых продуктов и экотуризм.

О себе же она рассказывает немного: "Я коренная москвичка, родилась на 5-й Парковой улице. По образованию филолог и раньше никогда сельским хозяйством не занималась. Мы с мужем подолгу жили за границей и уже подумывали о том, чтобы уехать из России насов-

«Сколько сыров мы выпускаем? Прежде всего мы делаем четыре вида классических, с благородной белой плесенью. Еще производим несколько видов простых "домашних" сыров, таких, как брынза. Кроме того, есть козий полутвердый сыр – вкуснейший, сладко-сливочный»

сем. Но он побывал в Сочи, а потом позвал и меня. Я вышла из самолета, вдохнула местный воздух и поняла, что здесь настоящая жизнь. Поначалу мы часто ходили с детьми в походы – тут много красивейших мест. За один день в Сочи я успеваю почти все: отвезти детей в школу, заехать на работу, потом на ферму, позаниматься спортом и еще вечером куда-то выбраться. В Москве это невозможно. Я очень довольна, что 20 лет назад переехала сюда. Уверена, что сделала правильный выбор".

Ника Ганич

Жизнь – Река

*Ежегодный всероссийском фестиваль
здорового образа жизни и саморазвития "Жизнь"*

В 2020 году фестиваль пройдет в Горном Алтае с 10 по 15 августа 2020 года



Цель фестиваля: *Повышение качества жизни и здоровья населения, создание семейных ценностей и традиций. Привлечение внимания на природу туризма, а значит и экономического развития данного региона, путем ежегодных традиционных фестивалей и мероприятий. Также каждый участник может проявить свои творческие способности.*

Новый этап Фестиваля "Жизнь" – объединение самых крупных фестивалей страны! Взявшись за руки – мы люди Света спасём планету! Здоровье человека и здоровье нашей матушки "Земли" – основа долголетия и счастья наших потомков! Фестиваль есть – сохранение нашего здоровья, нашей культуры, семейных ценностей, успеха и всеобъемлющей любви!

Мы вместе и нас становится все больше и больше! Подготовка набирает обороты и мы ищем организаторов, спикеров, участников, партнеров, спонсоров во всех городах страны!

Телефон для связи : 89619477807
Пименова Анна

"Жизнь" начинается!

"Жизнь" – это музыканты из разных стран, мастера йоги, медитации, целители, художники, дизайнеры, путешественники с мировыми именами. Более десяти тематических площадок, на которых вы найдете пользу для тела и души и получите новые силы и знания для того, чтобы Жить в Здравии и Согласии.

Анна Пименова – руководитель и главный идейный вдохновитель фестиваля "ЖИЗНЬ"

Прошла семинар-обучение в Индии с мастером Сурья Кант Джи в Ашраме г. Харидвар с Прамананд Махарадж.

- Тренинг Боброва Геннадия "Автор жизни".
- прошла обучение уровню Сёден согласно японской традиции Усуи Рейки Риохо – системы естественного исцеления Усуи.
- имеет сертификат трансформационной игры "Джуманджи".
- Космоэнергет 5 частот.
- Раскрывает потенциал жизни человека, мотивирует.

вирует на развитие.

- Инератор 2/4
- Расчет по квадрату Пифагора

Автор семинаров:

- "Любовь дарует мне успех"
- "Жизнь без боли"

Практический авторский курс самолечения "Жизнь без боли":

- Что такое боль?
- Что такое мозг?
- Что такое позвоночник?

Комплекс упражнений:

- Дыхание
- Расслабление
- Растяжение
- Избавление от блоков в спине
- Вытяжение спинного Поезда.

На собственном опыте я расскажу, как после тяжелого заболевания спины и позвоночника, психосоматизма и неврологии стала 100% здоровым человеком! И я – счастлива!

Фестиваль "Жизнь" шагает по России!

• В 2020 году к фестивалю присоединятся многие регионы России.

• Место проведения фестиваля – Горный Алтай.
• Кто мечтал побывать в живописном месте? Отдохнуть, сходить в горы, посмотреть и познакомиться с необычайной красотой Алтая? Вам выпала такая возможность. Вместе с красотой и горным чистым воздухом можно бесплатно пройти мастер-классы по различным направлениям для оздоровления и развития себя, как личности!

Впервые! Авторский семинар с практикой, пережитых на собственных взлетах и падениях. Я расскажу все тонкости наших ошибок.

1. Как понять, что ты хочешь от жизни:
 - в эмоциональном плане
 - в материальном плане
 - в духовном плане.
2. Разберем понятие "Любовь"
 - как вы его понимаете?
 - как вы его применяете?
 - как можно раскрыть в себе его!
 - что такое "любовь всеобъемлющая"?

Локации Фестиваля "ЖИЗНЬ"

На фестивале Вас ждут 10 тематических локаций, в каждой из них можно узнать для себя что-то новое: Аллея танцев, Аллея Исцеления, Аллея художников, Аллея дизайнеров, Аллея звука, Аллея медитаций, Аллея банных традиций, Аллея детства, Аллея спорта, Маркет-караван.



Наш сайт:
<http://lifefestival.ru/>



Жизнь требует движения

О преданности профессии, заботе о здоровье пациентов, призвании и умении помогать в интервью Тамары Николаевны Кожевниковой – генерального директора московской КЛИНИКИ РЕАБИЛИТАЦИИ В ХАМОВНИКАХ.

– Тамара Николаевна, начну с провокационного вопроса: кто вы в первую очередь: управленец в области медицины или прежде всего – врач?

– В моем случае эти два понятия неразделимы: безусловно, как топ-менеджер я выполняю функции управленца – это и контроль за бизнес-процессами в Клинике, экономическими показателями, плюс одна из моих основных задач – создание условий для развития компании. И вместе с тем, имея высшее медицинское образование, клиническое мышление и, зная изнутри взаимоотношения формата "врач-пациент", я придаю огромное значение качеству оказания медицинской помощи в нашей Клинике, собственно, как и вся команда руководителей подразделений и врачей-специалистов.

– Для кого в первую очередь создавалась Клиника реабилитации в Хамовниках?

– Основали Клинику признанные профессионалы в развитии медицинской сферы в России, а штат сотрудников составляют ведущие специалисты восстановительной медицины, в том числе кандидаты и доктора медицинских наук более чем с 25-летним опытом практической работы.

Клиника создана с любовью и заботой о здоровье, комфорте и уюте пациента. Это и атмосфера, и интерьер, и уровень сервиса в целом, и команда высококвалифицированных специалистов, и уровень качества оказания медицинской помощи.

Поскольку приоритетными направлениями нашей клиники являются ортопедия, неврология и реабилитация, мы помогаем прежде всего пациентам с проблемами опорно-двигательного аппарата: это и посттравматические состояния, в том числе у спортсменов, и восстановление после эндопротезирования суставов, и нарушение осанки как у взрослых, так и у детей; острые и хронические заболевания позвоночника и суставов различного генеза, включая грыжи и болевой синдром всех отделов позвоночника.

Среди наших благодарных пациентов – спортсмены мирового уровня и звезды первой величины, известные политики и бизнесмены. Нас выбирают за высокий профессионализм и чуткое, внимательное отношение к каждому пациенту.

– Почему для Клиники реабилитации в Хамовниках был выбран основным именно такой профиль деятельности, как неврология, ортопедия, реабилитация?

– Как ни странно, несмотря на то, что мы живем в Москве, сфера развернутой комплексной реабилитации опорно-двигательной системы с хорошим европейским оснащением в центре города практически не была представлена. Как дополнение – да, это имело место быть, но как современная Клиника со всем необходимым, начиная с диагностики, лечения и реабилитацией позвоночника и суставов – таких не было. Большинство пациентов проходили курс реабилитации на периферии в специализиро-



ванных Центрах. Учредители нашей Клиники дали возможность пациентам получать качественную медицинскую помощь в сегменте неврология-ортопедия-реабилитация в самом сердце Москвы как для взрослых, так и для детей, что само по себе уникально для мегаполиса. А название наглядно отображает именно эти смыслы. Все гениальное – просто.

– Какие еще проблемы здоровья современного человека в центре внимания ваших специалистов?

– Площадь Клиники на данный момент составляет 1500 м² и, если подробнее говорить об основных направлениях, то это, как я уже сказала выше, – неврология, ортопедия, реабилитация, а также рефлексотерапия, мануальная терапия, лечебная физкультура, детская неврология и ортопедия, МРТ-диагностика, физиотерапия.

Но помимо всего перечисленного у нас представлена развернутая амбулатория с врачами-экспертами более 30 специализаций, включая акушерство и гинекологию, урологию, эндокринологию, кардиологию, оториноларингологию, офтальмологию, дерматологию, УЗИ-диагностику, психотерапию, сомнологию. То есть полноценный многопрофиль.

О КЛИНИКЕ:

Клиника реабилитации в Хамовниках – современный медицинский центр, где приоритетно занимаются лечением опорно-двигательного аппарата (суставов и позвоночника), начиная с диагностики, лечения на базе индивидуально составленных программ и полноценной комплексной реабилитации. Кроме того, здесь оказывается полный спектр услуг по всем основным направлениям медицины. Основателям клиники удалось соединить наиболее сильные стороны государственной и частной медицины для того, чтобы достичь тех результатов лечения и реабилитации, на которые пациенты и рассчитывают, обращаясь за помощью.

Клиника реабилитации в Хамовниках предлагает жителям Москвы, соседних областей и регионов, пациентам всех возрастов воспользоваться своевременной медицинской помощью, доверив заботу о своем здоровье настоящим профессионалам.

Залогом эффективности процедур служат высокая квалификация врачей, мастерство инструкторов ЛФК, составление персональных программ для каждого пациента на основе специально подобранных методик лечения и восстановления. Здесь можно заняться суставной гимнастикой, йогой в гамаках, ЛФК, пройти курс индивидуальных занятий на реабилитационном оборудовании с обратной биологической связью, пройти курс физиотерапевтического лечения. Особого внимания заслуживают лечебные массажи: спортивный, оздоровительный, лимфодренажный, шицу, антицеллюлитный.

Сотрудниками разработаны программы реабилитации для решения неврологических и ортопедических проблем, есть и методы профилактической реабилитации, предупреждающие развитие хронических заболеваний, связанных с опорно-двигательным аппаратом и другими системами органов.

Из воспоминаний детства:

"Я родилась в Прикарпатье, в семье врачей в городе Черновцы – красивейшем городе с великолепной архитектурой и европейским духом. Это бывшая территория Австро-Венгрии, а ныне Украина. Когда я появилась на свет, родители на тот момент еще были студентами Черновицкого Государственного Медицинского Института. Я же много лет спустя окончила Воронежскую Государственную Медицинскую Академию.

Мама и папа – это те люди, которые сделали все возможное и невозможное для того, чтобы вдохнуть в меня безграничную любовь к жизни, к людям, чтобы развить мое творческое начало, научить усердию и быть ответственной, смело идти вперед, не взирая ни на какие трудности. Я им обязана всем.

С раннего детства мне была привита любовь к балету, я окончила музыкальную школу по классу хореографии и классу фортепиано, поэтому еще ребенком мечтала стать балериной. Впоследствии, в подростковом возрасте, часто бывая на работе у родителей, пришло осознание, что мне тоже хочется помогать людям. В школе мне легко давались химия и биология, училась я в специализированном, профильном по этим дисциплинам классе, и, по сути, путь был предрешен – я мечтала поступить в медицинский ВУЗ и стать врачом. В семье я – врач в третьем поколении"

А это значит, что мы оказываем медицинскую помощь по ряду заболеваний самого широкого спектра.

Кроме того, пристально занимаемся вопросами активного долголетия, комплексной антиэйдж-терапией всего организма в целом и сами же пациенты стали для нас генераторами идеи медицинского фитнеса в рамках нашей Клиники, заменяя тренировки в фитнес-центрах на персональные занятия у наших специалистов на немецком оборудовании с биологически обратной связью, полным, детальным учетом всех показаний и

противопоказаний, с соответствующей предварительной медицинской диагностикой.

Со всеми вопросами по здоровью позвоночника, суставов(и не только) для своих родителей и детей пациенты тоже охотно обращаются в нашу Клинику, однажды поняв и испытав на себе то, что лечение и реабилитация дают устойчивый результат, что мы действительно помогаем.

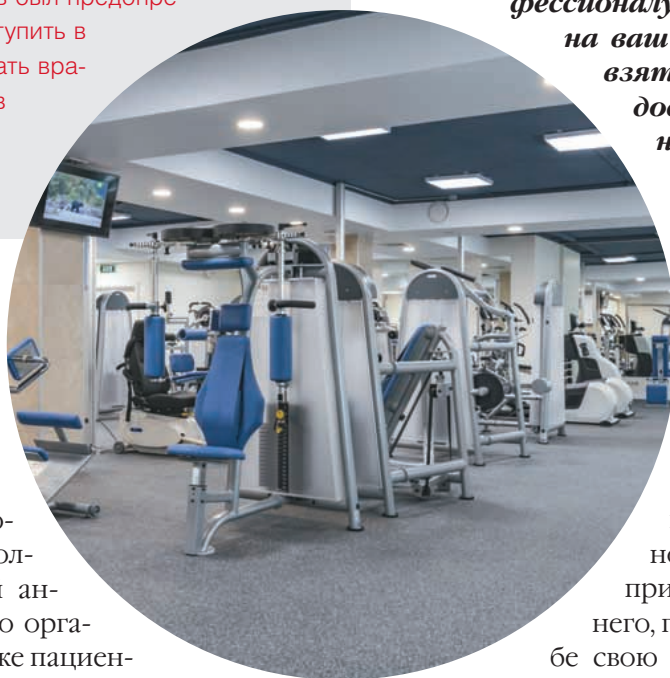
– Будет ли происходить трансформация Клиники по мере ее развития?

– Клиника – это живой организм и по мере ее развития принимаются необходимые управленческие решения, касающиеся и расширения штата сотрудников, и закупок нового оборудования, и лицензирования нужных видов деятельности. К примеру, оказание медицинской помощи детям у нас появилось не сразу, а только в мае 2019 года. Изначально на базе нашей Клиники не было и Центра патологии сна под руководством профессора Бузунова Р.В. Сомнология появилась позже.

Площади позволяют нам задумываться и о трансформации в части усиления наших приоритетных направлений путем внедрения новых методик и нового оборудования. Всё это и есть процесс развития, он неизбежен.

– Не могу не задать вам вопрос как профессионалу: что есть наше тело, на ваш взгляд? Поскольку, если взять в качестве примера достижения людей с ограниченными возможностями при условии работы над собой, а также невероятные спортивные достижения паралимпийцев – все это доказывает, что возможности человеческого тела безграничны.

– По моему мнению, наше тело – самое уникальное и продуманное явление природы, где нет ничего лишнего, где каждая клетка несёт в себе свою специфичную функцию и гениально обеспечены все взаимодействия между системами органов, включая работу центральной и периферической нервной системы. Кроме того, наше тело с самым совершенным биокомпьютером в мире – головным мозгом – генератор и вместилище всех происходящих созна-



тельных и бессознательных процессов. Обратная связь "мозг-тело" и "тело-мозг" – это цепь сложнейших взаимодействий, которые являются предметом пристального научного интереса специалистов во всем мире. Несмотря на то, что мы далеко не все детали этого взаимодействия знаем, однако, имеющиеся научные данные подтверждают: целенаправленная работа над сознательными процессами с формированием четких установок и закреплении соответствующих поведенческих правил и установок позволяет запрограммировать своё тело и себя в целом на достижение необходимых будь то личностных, будь то спортивных результатов. И, действительно, человеческие возможности очень велики, когда включается сила духа, сила воли, что проявляется в неоспоримом влиянии наших психических процессов на возможности организма в целом. Это единая, уникально отлаженная мирозданием система.

– Какие наиболее эффективные методики используют специалисты Клиники реабилитации в Хамовниках в лечении и профилактике заболеваний позвоночника?

– Здесь я хочу подчеркнуть, что не менее важна качественная диагностика, а уже далее основой в решении проблем позвоночника является персональная комплексная реабилитация: это индивидуальные занятия со специалистами в зале ЛФК на тренажерах с биологически-обратной связью для всех групп мышц с грамотно выстроенной программой под конкретного пациента, а также занятия с собственным весом, то есть интегративная кинезиотерапия в полном объеме, применение авторских техник, разработанных нашими врачами и инструкторами ЛФК, также используем техники вытяжения позвоночника на специализированном оборудовании, FDM-терапию – модель фасциальных дисторсий. Фасция – это оболочка из соединительной ткани, покрывающая все органы, сосуды, нервы и мышцы. Деформация, дисторсия фасций часто приводит к защемлениям нервов, сдавливанию сосудов, вследствие чего нарушается кровоток и лимфоток. Все это вызывает у пациента боль, различные нарушения двигательной активнос-

ти. Сам метод такой терапии основывается на "языке боли" конкретного человека. Все фасциальные дисторсии успешно поддаются коррекции с помощью техник FDM-терапии. Кроме того, в лечении позвоночника важны физиотерапевтические процедуры, включая лазерные, важно использование рефлексо- и мануальной терапии, лечебного массажа.



– На ваш взгляд, современная медицина и такие Клиники, как ваша, при всех ее достижениях, способна влиять на то, чтобы и будущее поколение рождалось здоровым?

– Считаю, что вполне способна. Объясню: к нам приходят пациенты разных возрастных категорий – как женщины, так и мужчины. И задача нашей команды специалистов не просто оказать помощь на момент прохождения диагностики, лечения и реабилитации у нас, но привить правильный навык двигательной активности, научить грамотной физической нагрузке в социуме после завершения курса лечения и реабилитации в условиях клиники, рекомендовать подходящее питание, выстроить режим сна, оказать при необходимости психотерапевтическую помощь и предложить способы сохранения здоровья на долгие годы с устойчивым антиэйдж эффектом. На сегодняшний день здоровье в тренде. А если люди фертильного возраста из уст профессионалов будут знать и понимать, как сберечь и преумножить своё здоровье, а также своевременно справиться с проблемами, когда они появились или возобновились, то тогда эти знания значительно улучшают состояние здоровья, помо-

гают его поддерживать на хорошем уровне, что способствуют рождению здорового будущего поколения и возможности привить все эти навыки уже своим детям.

– Как добиться, чтобы таких клиник реабилитации, таких центров здоровья и воспитания в духе здорового образа жизни и жизни в движении становилось больше?

– Первое – спрос рождает предложение и второе – повышение уровня осознанности общества в части сохранения здоровья позвоночника и суставов (а их патология встречается в наш век практически у каждого, начиная с чуть ли не младшего детского возраста) позволит инвесторам активно выбирать данную нишу для вложений.



– Клиника еще совсем молода, работает лишь 3 года, но можете ли вы сказать, что медицинский бизнес – дело прибыльное?

– Медицинский бизнес – дело, действительно, прибыльное тогда, когда слаженно работает команда профессионалов всех звеньев и всех структурных подразделений, когда грамотно построена система управления, а целью всех процессов, происходящих в клинике, является довольный пациент и высокий уровень качества оказания медицинской помощи. При соблюдении этих условий медицинский бизнес рентабелен.

– С какими сложностями в управлении медицинским предприятием чаще всего приходится вам сталкиваться?

– Для меня это закономерная удача и неизбежный результат моего труда. В медицине я поэтапно прошла путь от врача, заведующей отделением, заместителя главного врача по медицинской части, главного врача и до генерального директора. Это нетривиальный путь и каждая новая ступень даёт мощную точку роста и возможность, через преодоление себя, своих сомнений, страхов, развить и усилить понимание сути вещей, объёмный взгляд на бизнес-процессы, при-

нятие эффективных решений, ответственность не только за себя, но и за коллектив и здоровую атмосферу в нем.

Преимущество управления именно частной клиникой в том, что этот бизнес вполне может быть гибким и адаптивным, но и ошибки обойдутся дороже. Я не люблю слово "сложности", поэтому скажу, что важнейшей задачей медицинского менеджмента является повышение конкуренто-

способности медицинского предприятия, и все усилия, конечно, должны быть направлены на обеспечение менеджмента качества. Но есть и другие серьёзные моменты: это и дефицит на рынке квалифицированных медицинских кадров, и высокие требования к медицинским помещениям, устаревшие стандарты оснащения меди-

цинских кабинетов, высокая конкуренция в сфере медицинского маркетинга и много чего ещё, с чем приходится ежедневно иметь дело.

– А чем вы сами любите заниматься, кроме работы?

– Увлекаюсь латинскими танцами, лепкой глиной, люблю балет – классические постановки, посещаю фотовыставки, мне нравятся нестандартные фильмы с психологическими, а порой и психоделическими сюжетными линиями. Обожаю читать, держа в руках книгу, перелистывая в тишине страницы, погружаясь в историю персонажей.

– Если не секрет, ваше главное правило или жизненное кредо?

– Давно для себя поняла, что настоящее становление, в моем случае, возможно только в социуме, с массой всех вытекающих каждодневных вопросов задач и челленджей, которые зачастую приходится решать впервые – разных, срочных, запутанных, противоречивых, бесперывных.

Именно поэтому мое незыблемое кредо: Мир – наш лучший Учитель.

В 2019 ГОДУ МЫ ПОМОГЛИ

12966 пациентам

КОМПЛЕКСНОЕ ЛЕЧЕНИЕ И ВОССТАНОВЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ВЗРОСЛЫХ И ДЕТЕЙ

Квалифицированные специалисты клиники помогут восстановить здоровье и научат о нём заботиться всю Вашу семью.

ТЩАТЕЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА — ЗАЛОГ УСПЕШНОГО ВОССТАНОВЛЕНИЯ

- Магнитно-резонансная томография (МРТ) Philips Achieva 1.5 Тесла
- Ультразвуковые исследования (УЗИ) Aplio 500 с 4D для акушерства
- Ультразвуковая доплерография (УЗДГ)
- Электрокардиография (ЭКГ)
- Электронейромиография (ЭНМГ)

ПРИЯТНОЕ С ПОЛЕЗНЫМ

Мы делаем все возможное для комфорта наших пациентов, чтобы они чувствовали себя, как дома:

- В нашем кафе разработано меню полезных завтраков и обедов.
- Составлены специальные программы для всех членов семьи: от коррекции осанки у детей до сохранения молодости и активности для людей почтенного возраста.
- В перерывах между процедурами или после занятий в зале ЛФК есть приятная возможность оздоровиться кислородным коктейлем.



Диагностика · Лечение · Реабилитация

+7 (495) 775-60-33

Москва, ул. Ефремова, 12с2

www.mos-clinics.ru

Соцсети: @mos_clinics_ru

@mosclinics

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.