



Мы «Вместе», Воспитанники «Добродеи» рассказывают о том,

а значит, мы сильнее! как проводят время на самоизоляции

→ живи на 100%

Мария Андрощук

Что значит «быть вместе»? За период самоизоляции в нашей стране я не раз задавалась этим вопросом.

Сейчас, когда многие близкие люди вынуждены находиться далеко друг от друга, наверное, каждый из нас понял, насколько важно сохранить «духовную» ниточку единства между родными людьми, родственниками и друзьями и как важно ее укреплять.

Для меня ярким примером того, как может быть прочна такая связь, стал клуб «Вместе» для семей, которые находятся на социальном сопровождении центра реабилитации и абилитации «Добродеи» для «особенных» детей. Я вступила в этот клуб совсем недавно в качестве корреспондента, как раз перед объявлением самоизоляции.

Тогда мое внимание привлекло то, что никто из мам в нашем общем чате в социальной сети не поднял панику, не стал причитать о том, как изменится обычный строй жизни в семье, когда режим «долгих выходных» был объявлен официально. А все потому, что мамы нашего клуба знают, как поднимать настроение и чем занять свое чадо. Дело в том, что родители детей с особенностями развития справляются с этой задачей ежедневно.

Отдельное внимание заслуживают и кураторы клуба. Они совместно с бессменным руководителем и создателем клуба Галиной Бубениной готовы прийти на помощь в любую минуту к своим подопечным, подсказать новые упражнения для детского развития, помочь принять участие в творческих конкурсах, да и просто поговорить. Ведь

общение сейчас так важно! Каждый день родители клуба стали присылать в чат фотографии, где их дети мастерицы, лепят, готовят, рисуют.

И в этом материале мы делимся трудами наших семей: Татьяна Толмачева - новый участник клуба. Каждый день вместе с внучкой Таней осваивала новые рецепты и технику вышивания.

- В эти дни очень важно было оставаться вместе, даже на расстоянии, - считает Татьяна Константиновна. - Ведь как бы ни было трудно, все же сейчас сильнее чувствуешь поддержку и заботу окружающих, в том числе и нашего клуба. За что огромное ему спасибо! Илья Ярцев помог маме на кухне и папе на даче. А еще семья вместе проводила вечера за развивающими играми.

- Главное - разрешить ребенку помогать. Настолько, насколько он может. Илюша - настоящий помощник для меня на кухне и папе в огороде. А все потому, что мы стараемся увлечь сына и показать, что его помощь важна для нас.

Семья Рындиных тщательно подготавливалась к светловому празднику Пасхи. Дочь Полина не только помогала маме на кухне, но и создала замечательную поделку к празднику:

- Эти дни - прекрасная возможность дарить друг другу тепло, внимание и любовь, - считает мама семейства Людмила.

А вот для семьи Сытник дни самоизоляции принесли

” Создавайте видеомонтаж каждого дня. Эффект будет только положительный!

еще значимую победу: в эти дни сын Артем научился целой каждодневной тирадой перелистывать страницы книг сам, несмотря на непослушные пальчики.

Настя Воронина помогала маме Наде с уборкой и осваивала азы игры на фортепиано.

Саша Колпаков вместе с семьей отдал предпочтение поделкам из разных материалов. Руководители клуба часто получали фото новой игрушки, сделанной своими руками.

Дети семьи Герасимовых учились в эти дни новым рецептам выпечки. Подробности всех событий подопечных семейного клуба «Вместе» в период самоизоляции едва ли поместятся в один материал: дети создавали, строили, познавали что-то новое, как в учебе, так и в окружающем мире, несмотря на новые обстоятельства и иной, «карантинный», режим жизни. И в заключение хотелось бы оставить вас, читатели, с письмом от Татьяны Константиновны Толмачевой - участницы клуба «Вместе», которое она написала кураторам проекта и другим подопечным:

«Сегодня воскресенье, и хочется в это чудесное утро пожелать вам всем, каждой семье здоровья и счастья. Берегите друг друга. Да, в этот день мы все вместе сидим дома, но, поверьте, это так нужно. Но не забывайте, что у нас есть еще одна большая и дружная семья. Это наш проект - «Город ангелов». Я надеюсь, что и мы будем вместе с вами. Мы случайно попали на этот проект, и мы очень рады, что так случилось. Мне кажется, что «Добродеи» - это островок здоровья, любви и счастья. Всем нашим деткам уделяется особое внимание, и то, что мы «Вместе», - это уже здорово! Большое спасибо всем организаторам этого чудесного проекта, и особенно Галине Ивановне, которая всю душу отдает нашим детям и внукам. В любое время дня и ночи она на связи: любой вопрос, любая просьба - все решает Галина Ивановна. А то, что мы дома - это даже не скучно, потому что мы знаем, кто и чем занимается.

Одни читают, другие вышивают, сказки сочиняют, пирожки пекут. Жизнь бьет ключом. Мы все живем вместе, мы счастливы каждый по-своему. Да будет в этом «Доме» (клуб - прим. ред.) и семья успех и радость. Пусть это место благословится безмятежностью и добрым здравием, так сказал Господь. А значит, у нас все будет хорошо!»



Творчество Тани Толмачевой.



Полина Рындина.



Саша Колпаков.



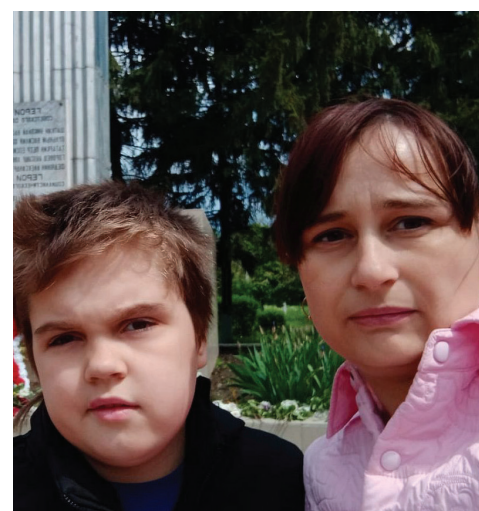
Артем Сытник.



Дети семьи Герасимовых.



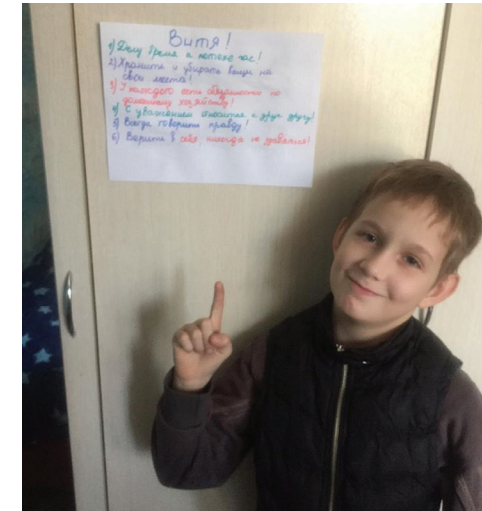
Анастасия Воронина.



Екатерина Винокурова с сыном Ваней.



Илья Ярцев.



Витя Оганьян.

” Каждый из нас понял, насколько важно сохранить «духовную» ниточку единства между родными людьми, родственниками и друзьями и как важно ее укреплять.

Самоизоляция пройдет, а опыт останется!

Для семей, имеющих детей с особыми потребностями, долгая социальная разобщенность - не повод для стресса и конфликтов, можно и нужно провести время с семьей на радость всем. Так считают члены семейного клуба «Вместе», поскольку они умеют организовывать время и пространство.

Этот период - прекрасная возможность узнать, что именно любят дети, уделить внимание каждому и повеселиться всем от души.

Члены семейного клуба «Вместе» предлагают свои идеи

✓ Для начала навести порядок во всем, что вас окружает. Хотим порядка в голове, сначала наведем его во всем: разберем вещи, выбросим все ненужное, проведем генеральную уборку и почувствуем, насколько легче, свободнее и спокойнее станет дышать и думать.

✓ На эмоциональное и психологическое благополучие человека влияет режим дня.

Старайтесь придерживаться того распорядка, который у вас в семье был прежде.

✓ Как быть с физическими активностями, если площадь квартиры не позволяет устраивать «марафоны»? Простой способ - делать «звериную» зарядку. Например, вы воображаете, что идете по зоопарку или лесу, видите зверей и повторяете их движения. Это может быть более целостный сюжет, например, вы идете в поход: маршрутируете, перепрыгиваете через канавы, ставите палатку. Все действия сопровождаются моторными движениями.

Подобные игры - возможность для ребенка и других членов семьи подвигаться, сделать крупные размашистые движения, прыжки, имитацию бега, взмахи руками. Можете танцевать, сделать у себя в коридоре с помощью скотча классики, построить полосу препятствий из диванных подушек.

✓ По окончании необычной зарядки можно сделать фотоальбом, это увлечет всю семью.

✓ Можно организовать домашний театр: поставить настоящий спектакль, раздать роли, сделать билеты, соорудить сцену.

✓ По окончании этого можно сделать фотоальбом или снять на видео.

✓ Готовим вместе еду - это поможет и время весело провести, и будет что поесть. Можно лепить пельмени всей семьей, печь пирожки и печенье... Главное при этом не сдерживать детскую фантазию. Если детям хочется лепить не по шаблону, а создать что-то свое, позвольте это сделать. Нет аппетита, устройте дома «пикник»: предложите ребенку придумать меню, собрать все нуж-

ные продукты для пикника, а потом найти место, где разложить покрывало.

✓ При организации жизни детей младшего возраста следует обратить внимание на доступность игрушек, насколько они в реальном доступе для ребенка. Если вдруг полка или какое-то оборудование оказывается для него недоступным, то ребенок к этим игрушкам не обратится.

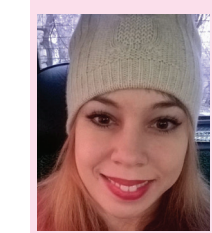
✓ У ребенка должна быть возможность уединиться, уйти в свою комнату. Если ее нет, важно подумать о том, чтобы у ребенка был свой уголок, в котором он может побыть один, уйти от суеты и шума.

✓ Еще ребенку необходимо место для игр, где он может спокойно разложиться: построить кукольный домик, шалаш из пледы и др. Эти три вещи: доступность, возможность уединения и возможность преобразования пространства - минимальные условия, чтобы ребенок почувствовал себя дома комфортно и мог хотя бы короткое время занять себя сам.

✓ Если вы работаете дома, найдите время от времени полчаса, чтобы пообщаться с детьми, увлечь их интересными делами. Если вы живете с семьей, старайтесь чаще делать что-то вместе: от совместных завтраков до настольных игр - прекрасный способ раскрыть свой внутренний потенциал и получить новый, интересный опыт. Первое, что приходит в голову, тем и занимайтесь, создавайте видеомонтаж каждого дня. Эффект будет только положительный!

✓ Что касается рисунков, поделок, аппликаций, то здесь вполне уместно дать волю воображению. Необходимо делать что-то по образцу; организация личной выставки - хорошая мотивация занятий творчеством.

Карантин «музе» не помеха!



Надежда ЛИТОВЧЕНКО, выпускница «Добродеи»:

В дни «карантинных каникул» у всех нас в той или иной степени был сбит привычный ритм жизни. Но, несмотря на некоторые минусы, и в этот период можно было найти много очевидных плюсов. Наша выпускница Надежда Литовченко, талантливая поэтесса из города Волгодонска, написала несколько новых стихотворений и вспомнила как она проводила время в «Добродеи», будучи подростком:

- В «Добродеи» я впервые приехала в 2000 году 14-летним подростком. Домашняя девочка, которая, в принципе, никогда не уезжала из дома. У меня всегда было много родительской заботы и любви, и в то время я наивно полагала, что ВОТ ТАК у всех. «Добродеи» показала мне, что бывает иначе. Я посмотрела на «мир» людей с ограниченными возможностями под другим углом, именно это научило гораздо больше ценить то, что есть у меня, гораздо глубже смотреть на некоторые ситуации, видеть не только вершущую айсберга, а что-то большее.

Как показалось время, все это оказалось хорошей школой жизни. «Добродеи» - это детство, это юность, это то, что никогда уже не повторится, но навсегда останется со мной в теплых прекрасных воспоминаниях. Сотрудники центра обладают замечательным качеством - выявлять и раскрывать таланты своих воспитанников. До санатория я уже год как пыталась писать стихи, но как и любой подросток, очень стеснялась показывать их кому-то. Первые читатели у меня появились здесь, в «Добродеи», это были не только ровесники, но и сотрудники реабилитационного центра.

А вот строки одного из недавних стихотворений Надежды:

“СИНДРОМ ЗАМЕТНОГО РЕБЕНКА”.
Ребенок - с детства приметный с виду, заметный ВСЕМ!
Он вроде счастье, он вроде чудо - не без проблем.
Его поили и врачевали не молоком, Ребенок ВСЮДУ и ВСЕМ заметный - таков синдром.
Но сквозь каркасы всех обстоятельств сочится жизнь, В которой радость, и тень предательства, и крик: “Держись!”
Свои реванши, свои победы, все, как у всех,
И каждый вторник сменяют среды, а слезы - смех...
Стихотворение полностью читайте на сайте <http://shakhty-media.ru/>

Подписывайтесь на нас в социальных сетях!

Одноклассники
<https://ok.ru/profile/530942048326>

ВКонтакте
<https://vk.com/shakhtymedia>

Фейсбук
<https://www.facebook.com/profile.php?id=100000394645439>

Твиттер
<https://twitter.com/Shakhtymedia>

Instagram
https://www.instagram.com/shakht_izvestia/
Электронный адрес gazeta-o-nas@mail.ru

Страницу подготовили социальный педагог центра реабилитации и абилитации «Добродеи» Г.Бубенина и журналист (магистр), выпускница центра «Добродеи» М.Андрощук

Вступайте в нашу группу в WHATSAPP

Новости в режиме онлайн на сайте www.shakhty-media.ru
Звоните по т. 8-928-226-80-91